

Jia-Yi Melanie Tang

Your challenge is my motivation.

Ich begleite Menschen dabei, Veränderungen bewusst zu gestalten, Klarheit zu gewinnen und Potenziale zu entfalten.



Beruflicher Hintergrund und Erfahrung

Als systemische Coach arbeite ich mit dem Fokus auf mentaler Gesundheit, gesunden Beziehungen und Persönlichkeitsentwicklung.

Parallel dazu bin ich im Innovationsumfeld eines deutschen Automobilkonzerns tätig und arbeite an der Schnittstelle zwischen etablierten Strukturen und neuen Ideen. Die Zusammenarbeit mit Startups und der Umgang mit komplexen Herausforderungen prägen meinen Blick auf Veränderung.

In meinem Podcast „ChangeAhead“ teile ich meine Gedanken, Erfahrungen und Ratschläge dazu.

Als Mutter von zwei Kindern kenne ich die Spannungsfelder zwischen Verantwortung, Selbstfürsorge und persönlichem Wachstum aus eigener Erfahrung. Dies macht meine Arbeit praxisnah, ehrlich und alltagstauglich.

Persönliches

Bewegung, Reflexion und echte Begegnungen sind meine wichtigsten Energiequellen. Sport hilft mir, mental stark und präsent zu bleiben.

Ich liebe es, mich weiterzuentwickeln, neue Perspektiven zu entdecken und gleichzeitig bewusst Raum für Ruhe und Klarheit zu schaffen.

Meine Familie ist mein Anker. Sie erinnert mich täglich daran, was wirklich zählt: Präsenz, Verbundenheit und ein achtsamer Umgang mit mir selbst und anderen.

Haltung und Arbeitsweise

„Be the change you wish to see in the world“ – Mahatma Ghandi

Ich arbeite einfühlsam, klar und auf Augenhöhe und verbinde emotionale Tiefe mit Struktur und alltagstauglicher Umsetzbarkeit. Dabei schaffe ich einen Raum für ehrliche Selbstbegegnung und nachhaltige Veränderung. Ich bin überzeugt: Jeder Mensch trägt bereits alles in sich. Manchmal braucht es nur die richtigen Fragen, um Zugang dazu zu finden.

Coaching Schwerpunkte

Ich unterstütze Menschen dabei, sich selbst besser zu verstehen und ihr Leben bewusst zu gestalten:

- **Selbstwert & Selbstvertrauen:** Eigene Stärken erkennen und innere Zweifel lösen
- **Mentale Gesundheit & emotionale Balance:** Mit Überforderung umgehen, Gedankenmuster verändern und innere Ruhe finden
- **Gesunde Beziehungen:** Klar kommunizieren und Grenzen setzen
- **Persönlichkeitsentwicklung & Sinn:** Eigene Werte erkennen, Klarheit gewinnen und Entscheidungen stimmig treffen

Kontakt und Website

Weitere Informationen zu meinem Coachingangebot finden Sie unter: www.tang-coaching.com