

# TORBEN KUMAR

COACH FÜR EIN SICHERES AUFTRETEN  
AM (ARBEITSPLATZ)



**“Wenn du edas Problem hast, bist du auch der Schlüssel dazu”**

---

## ÜBER MICH

Ich heiße Torben Kumar und bin 30 Jahre alt, ich begleite Berufstätige dabei, selbstsicherer am Arbeitsplatz zu agieren.

Wir müssen uns täglich präsentieren, nicht nur vor der Tafel oder in Meetings, sondern einfach in jeder Lebenssituation.

Durch die **Ausbildung zum Meditationslehrer** habe ich gelernt, dass die **innere Stärke zählt** um sicher aufzutreten. Diese **innere Stärke** wird durch regelmäßige **Achtsamkeitstechniken konsequent gesteigert**.

Durch meine **Ausbildung zum Hypnosetherapeuten**, erlernte ich die **rhetorischen Techniken** und Fähigkeiten um andere während **Vorträgen oder Verhandlungen wahrlich zu fesseln**.

Dieses Wissen teile ich jetzt exklusiv mit Schulen, denn ein **sicheres Auftreten benötigen wir alle schon früher als nur am Arbeitsplatz**. Die Herausforderungen der Schüler\*innen wachsen täglich, hier gilt es sich sicher zu behaupten.

## REFERENZEN

**Meditationslehrer (UTA COLOGNE)**

Ausbildung 2016-2017

**Hypnosetherapeut (Hypnoticintent)**

Ausbildung 2017

**Achtsamkeitstrainer Stadtkultur Hamburg e.V.**

ab Januar 2017 regelmäßige Achtsamkeits- und Kommunikationsschulungen für die Bundesfreiwilligendienstler

**Achtsamkeits- und Kommunikationstrainer in der Speicherstadt Kaffeerösterei**

während meiner 2 jährigen 2022-2024 Tätigkeit im Onlineshop und dem Kundenservice, schulte ich die Mitarbeiter in Themen wie Achtsamkeit und Umgang mit unseren Gästen

---

## BESONDERE FÄHIGKEITEN

- **Selbstorganisation**
- **Zeitmanagement**
- **Stressbewältigung**
- **sicheres Auftreten**
- **Kommunikation**

## KONTAKTINFORMATIONEN

Handy	017645803873
E-Mail	torbenkumar@hotmail.de
Anschrift	Perthesweg 60 20535 Hamburg