



Life- & Business-Coaching · Stress-Management · Kommunikations-Beratung

Ingo A. Koch – Profil / Vita

1989 – 1992	Duales Studium der Betriebswirtschaft an der Staatl. Studienakademie / Berufsakademie Mannheim, in Verbindung mit SIEMENS/NIXDORF Abschluss: Dipl.-Betriebswirt (BA)
1992 – 1998	BULL AG - zuletzt als Leiter Unternehmenskommunikation (DACH)
1998 – 2001	EPSON Deutschl. - Manager Marketing Communications
2001 – 2014	AXA Konzern - Bereichsleiter Konzernkommunikation & CR
2014 – 2021	SCHUFA Holding - Leiter Media-Relations, Kommunikation & Online Marketing
Seit 2019	Selbständig - Life- & Business-Coach, Trainer für Stress-Prävention, Speaker-Trainer, Moderator, Redner, Krisenkommunikator

Practices: Krisenkommunikation, Medienarbeit/PR, Marketing-Kommunikation
Präsentations-, Medien- und Bühnentraining
Veranstaltungs-Moderation, Vorträge, Workshops

Robbins-Madanes Trained Life-Coach (Strategic Intervention)
Stress-Management-Trainer (UT)
Achtsamkeits-Lehrer (Yoga, Meditation, Atem, Yoga Philosophie)

„Gerade in Krisen und Veränderungssituationen kommt es darauf an, einen kühlen Kopf zu bewahren, mit Perspektive und klaren Zielen zu handeln und wirkungsvoll zu kommunizieren.“

Ingo A. Koch (Jahrgang 1968) ist selbständiger Life- & Business-Coach, Trainer für Stress-Prävention und Kommunikations-Berater. Zuvor war der Dipl.-Betriebswirt rund 30 Jahre als Manager bei großen Unternehmen tätig, darunter als Marketing- und Kommunikationschef bei der Bull AG, EPSON Deutschland, dem AXA Konzern und der SCHUFA Holding.

Als zertifizierter Strategic Intervention Life-Coach (Ausbildung bei Robbins-Madanes Training, der weltweit führenden Akademie für Life-Coaches CA/USA), Stress-Management-Trainer, Yoga-Lehrer und Yoga Philosophie-Master unterstützt er heute in 1:1-Coachings, Seminaren und Team-Workshops sowohl Privatpersonen als auch Mitarbeitende und Führungskräfte von Unternehmen dabei, besonders in Krisen und Veränderungssituationen ihr Stress-Niveau zu senken, neue Perspektiven und Klarheit über Ziele und Wege zu entwickeln und mit Energie ins überzeugende Handeln zu kommen.

Ebenso bereitet der erfahrene Kommunikations- und Bühnenprofi Menschen auf ihren souveränen Auftritt vor Publikum oder in den Medien vor, hält Vorträge, moderiert Veranstaltungen und berät bei der Entwicklung und Umsetzung einer wirkungsvollen Kommunikation; intern/extern und in Krisen.

Kontakt:

Ingo A. Koch
Life- & Business-Coaching · Stress-Management · Kommunikations-Beratung

Benzenbergweg 14
42781 Haan
Tel: 0160 / 97 88 3000
Mail: coach@ingoakoch.de
Web: www.ingoakoch.de

