

# CV

Stand: 2026

## SONJA REGEN, MA

Jahrgang 1987

tätig in Wien & Umgebung

0680 230 13 43

[kontakt@sonja-regen.at](mailto:kontakt@sonja-regen.at)

[www.sonja-regen.at](http://www.sonja-regen.at)

## Verbindende Entwicklungsräume



### ORGANISATIONSENTWICKLUNG

Beraterin für Team- & Organisationsentwicklung



### PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG

Trainerin für Persönlichkeitsentwicklung



### BODYMIND MOVEMENT

Facilitator für BodyMind Movement



# Berufserfahrung

## Gestaltung von Entwicklungsräumen

in Organisationen in den Feldern **Soziales, Bildung, Kultur** und **Gesellschaft**



### ● **Begleitung von Entwicklungsprozessen**

*SELBSTSTÄNDIG* | nebenberuflich

Moderation, Facilitation, Training | seit 2014

Team- & Organisationsentwicklung, Leadership-Coaching | seit 2020

BodyMind Movement & Persönlichkeitsentwicklung | seit 2025

### ● **Prozessgestaltung & Organisationsentwicklung**

*DACHVERBAND WIENER SOZIALEINRICHTUNGEN* | seit 2022

Gestaltung interdisziplinärer Multi-Stakeholder-Prozesse in der Wiener Sozialwirtschaft |  
interne Organisationsentwicklung mit Schwerpunkt interdisziplinäre Zusammenarbeit,  
Agilität und Lernende Organisation

### ● **Universitätsentwicklung & Qualitätsentwicklung**

*UNIVERSITÄT FÜR ANGEWANDTE KUNST WIEN* | 2019-2023

Koordination von Entwicklungs- und Implementierungsprozessen neuer  
Studienrichtungen inklusive Curriculumsentwicklung & Aufbau neuer Abteilungen |  
Konzeption & Umsetzung von Evaluierungen zur Qualitätsentwicklung

### ● **FH-Lektorin für Innovation & Co-Creation**

*FH CAMPUS WIEN, Studiengang Public Management* | 2020-2022

Co-Leitung „*Innovationslabor Public Governance*“

### ● **Lehrende für Kommunikation & Persönlichkeitsbildung**

*HTL SPENGERGASSE WIEN, Höhere Lehranstalt & Kolleg für Design* | 2015-2020

Lehrende für Kommunikation, Persönlichkeitsbildung und soziale Kompetenzen |  
Mitwirkung an Schulentwicklungsprojekten | individuelle Lernbegleiterin &  
Vertrauenslehrerin | Co-Leitung der Theatergruppe

### ● **Freie Journalistin**

*RADIO Ö1/ORF, Ressort Gesellschaft* | 2012-2015

Beitragsgestaltung für die Sendungen „Moment – Leben heute“ und „Diagonal“

### ● **Bildungsmanagerin & Trainerin in der Jugendarbeit** | 2002-2015

Mitwirkung in vielfältigen Bildungsprojekten, u.a. EU-Projekte und „*Spacelab Wien*“,  
einer innovativen psychosozialen Multi-Stakeholder-Kooperation für benachteiligte  
Jugendliche – Mitaufbau eines Mädchenspezifischen Standortes

# Bildung

## Interdisziplinäres Fundament

für professionelle Prozessgestaltung & -begleitung

### PROZESSBEGLEITUNG & FACILITATION

**Training & Prozessorientierte Gruppenleitung**  
Zertifikatslehrgang, *BILDUNGSMINISTERIUM/ÖH*

**Gruppendynamik, ÖAGG, UNIVERSITÄT WIEN**

**Theory U, PRESENCING INSTITUTE**

**Art of Hosting, AOH TRAINING WIEN**

**Aufstellungsarbeit (systemisch & Psychodrama)**  
*ÖAGG, MÖGLICHKEITSRAUM, PERSPEKTIEFE*

**Krisen- und Konfliktbegleitung, ÖAGG, INSTITUT SOCIAL JUSTICE & RADICAL DIVERSITY BERLIN**

### KOMMUNIKATION

**Publizistik- und Kommunikationswissenschaft**  
Bachelorstudium, *UNIVERSITÄT WIEN*  
Abschluss: Bakk.phil. | Schwerpunkte: Diskursforschung, Kommunikationspsychologie

**Kommunikationspädagogik PH WIEN | 60 ECTS**

**Dialogarbeit & Circle-Hosting, DIALOGAKADEMIE**

**Gewaltfreie, authentische und nonverbale Kommunikation, KOMMUNIKATION BEWEGT**

### DIVERSITY & GESELLSCHAFT

**Politikwissenschaft, Bachelorstudium, UNIVERSITÄT WIEN** | Abschluss: B.A. | Schwerpunkte: Politische Philosophie, Machtverhältnisse, Empowerment

**Kultur- und Sozialanthropologie,**  
Wahlvertiefung im Studium, *UNIVERSITÄT WIEN*  
Schwerpunkte: Kulturforschung, Wertesysteme

**Diversität & Social Justice, INSTITUT SOCIAL JUSTICE & RADICAL DIVERSITY BERLIN**

### LERNRÄUME GESTALTEN

**Didaktik & Lernpsychologie, PH WIEN**

**Entwicklungspsychologie, PH WIEN, ÖAGG**

## Spezialisierungen

### BERATERIN FÜR TEAM- & ORGANISATIONSENTWICKLUNG

**Personal- und Organisationsentwicklung**  
Masterstudium, *FH WIEN DER WKW*  
Abschluss: M.A. | Masterarbeit: Radical Change – Transformation der organisationalen Tiefenstruktur

**Systemisches Business-Coaching**  
Zertifikatslehrgang, *FH WIEN DER WKW*

**Leadership for Transformation**  
Weiterbildung, *BOSTON UNIVERSITY*

**Innovationsentwicklung & Design Thinking**  
Weiterbildung, *MIT MASSACHUSETTS*

### TRAINERIN FÜR PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG

**Erwachsenenbildung, Zertifizierte Erwachsenenbildnerin, WBA ÖSTERREICH**  
Qualifikationsbereiche: Training/Lehre, Beratung, Bildungs- & Wissensmanagement

**Systemische Beratung, ÖAGG, PH WIEN, AKADEMIE GRUPPE & BILDUNG, FH WIEN u.a.**

**Persönlichkeitsbildung & Sozialkompetenz PH WIEN** | Pädagog. Weiterbildung 30 ECTS

**Psychotherapie-Grundlagen, ÖAGG**  
Theorien, Methoden & Selbsterfahrung im Rahmen des Psychotherapeutischen Propädeutikums, 450+ Ausbildungsstunden

**Focusing, FOCUSING VIENNA**  
Methode für körperorientierte Selbsterfahrung

### FACILITATOR FÜR BODYMIND MOVEMENT

**Holistic Dance, HOLISTIC DANCE INSTITUTE**  
Lehrgang für ganzheitliche Tanz- und Bewegungspädagogik | Schwerpunkte: Somatik, Authentic Movement & Tanzimprovisation | 400+ Ausbildungsstunden

**Embodiment, BEWUSSTSEINSRAUM, KOMMUNIKATION BEWEGT u.a.**

**Kontaktimprovisation, ART OF CONTACT u.a.**

**Social Presencing Theatre, PRESENCING INSTITUTE, LIMINA, FRAME CHANGERS**

**Theaterpädagogik, PH WIEN u.a.**