



out of the box 
coaching for success & harmony

Anne-Carole Telliez
Coach und Trainer

Graf-Adolf-Straße 41 - 40210 Düsseldorf
+ 49 178 721 66 39
info@outofthebox-coaching.com
www.outofthebox-coaching.com

Persönlichen Daten

- Geboren 1978 in Rouen (Frankreich)
- Staatsangehörigkeit: Französisch

Studium

- Dipl.-Ing. in Sicherheit und Umwelt, ESAIP Ingenieurschule der Universität zu Angers (Frankreich)
- Dipl. Kauffrau Technisch, ITES Châtelleraut (Frankreich)

Weiterbildungen (Auswahl)

- Zertifizierter Coach, Universität zu Köln und Institut für Angewandte Psychologie
- Communication Trainer, Fresh-Academy Feldafing (Society of NLP)
- Interkultureller Trainer, IKUD Seminare, Göttingen
- NLP- Practitioner, NLP-Master und NLP-Coach, Fresh-Academy Feldafing (Society of NLP)
- Wingwave®-Coach, wingwave®-Akademie für Kurzzeit-Coaching Berlin
- Burnout-Berater, Paracelsus HP-Schule Köln
- Entspannungstrainer, Paracelsus HP-Schule Mönchengladbach

Training- und Coaching-Stil

Ich arbeite lösungsorientiert und integrativ: Je nach Ziel, Person und Situation bediene ich mich aus meinem vielfältigen Repertoire der Methoden, die sich bis heute als die wirkungsvollsten und effektivsten erwiesen haben.

Neben meinem humorvollen und fördernden Umgang zeichnen mich Empathie, Wertschätzung und hohes Engagement als Person, Coach und Trainer aus.

Meine Klienten

- Unternehmer, Führungskräfte, Selbständige, Angestellte und Berufseinsteiger
- Teams
- Personen, die in/mit einem interkulturellen Umfeld arbeiten oder leben, sowie beruflich Entsendete und ihre begleitende Familie

Trainings und Workshops (Auswahl)

- Kommunikation
- Interkulturelle Kompetenzen
- Diversity Management
- Team-Building
- Leadership und Management-Training
- Zeit- und Selbst-Management
- Projekt-Management
- Emotionale Intelligenz
- Stress- und Emotionen-Management

Beispiele von Coaching-Themen

- **Business-Coaching:** Kompetenzanalyse und persönliche Standortbestimmung, berufliche (Neu)-Orientierung, Karriereplanung, Bewerbungscoaching, Kommunikation, Rolle und neue Rolle, Führungsstil und -Kompetenzen, Leistungssteigerung, Entscheidungsfindung, Projekt-, Zeit und Selbst-Management, Umgang mit Konflikten, Stress-Management und Work-Life-Balance.
- **Kulturrefektives Coaching:** Interkulturelle Kommunikations-Kompetenzen, Internationale Projekt- und Team-Führung, Persönlichkeitsentwicklung, soziale Integration, Werte, Erwartungen, Heimweh, Kulturschock und Re-Entry
- **Stress- und Emotionen-Management:** Abbau von Stress, Ängsten, Lampenfieber, Redeangst, Wut usw. und Aufbau der Selbst-Motivation, positives Selbstbild, Selbstbewusstsein, Selbstvertrauen, Kreativität, usw.

Arbeitssprachen

- Deutsch
- Englisch
- Spanisch
- Französisch (Muttersprache)

Wo

- in meinem Coaching- oder Seminar-Raum
- In-House
- am Telefon oder per Skype

Hintergrund

- Seit Januar 2013 - Out of the box, Düsseldorf: Coach und Trainer in eigener Praxis
- 06.2008-12.2012 - CWS-boco International, Duisburg: Technical Inhouse Consultant
- 05.2006-05.2008 - Eco-Solution, Paris: Projekt- und Vertrieb-Manager

Konkrete Erfahrungen aus meinem beruflichen Hintergrund

- Berufliche Tätigkeiten in Deutschland, Frankreich, Spanien, England, Irland, Schweden, Polen, Slowakei, Österreich, Schweiz, Niederlande, Belgien, Italien und China
- Leitung von internationalen Projekten und Führung von interdisziplinären und interkulturellen Projekt-Teams
- Vertrieb: Konzeptentwicklung, Einführung von Produkten, Marketing, Akquise, Verhandlung und Kundenbetreuung
- Prozess- und Produktentwicklung und deren Optimierung
- Risiko-Management
- Nachhaltige Entwicklung und "Corporate Social Responsibility"
- Branchenübergreifend Berufserfahrung

Referenzen und Kundenstimme (Auswahl)

"Frau Telliez gab hilfreiche Impulse für die Weiterentwicklung des Geschäftsfeldes und hat in hohem Maße zum Erfolg unserer Arbeit beigetragen."

Dr. Da Costa, wissenschaftlicher Direktor und Projektdirektor, Metabolium, Paris

"Wir sind mit der Arbeit von Frau Telliez sehr zufrieden. Dies spiegelt sich auch im Feedback unserer Kunden wieder. Wir schätzen insbesondere Frau Telliez' pragmatische und lösungsorientierte Arbeitsweise. Sie ist sehr zuverlässig und agiert sehr professionell. Aufgrund ihrer exzellenten Kenntnisse der französischen, deutschen, spanischen und englischen Sprache, hat sie bisher Expat Partner aus vier Kontinenten erfolgreich für uns unterstützt."

I. Ahrens, Consultant, Global Connection

"Thank you very much for the great job you made with this training! It was very dynamic and interactive, highly interesting and very practical!... And we are already implementing it!"

Peter Arthur, Teamleiter UCB Care, UCB Pharma Spain

"Anne-Carole is dedicated and professional with a personal touch. She's a great help and inspiring woman."

Maria I. Architektin

"Ich bin für jede einzelne Coachingsitzung sehr dankbar! Frau Telliez hat eine besonders feinfühligkeit Art. Mir imponiert, dass sie so vielseitig und offen ist und intuitiv immer mit viel Kreativität aus ihrem breiten Repertoire den besten Lösungsansatz für die jeweilige Situation oder Fragestellung, die ich mitbringe, auswählt. Gleichzeitig fügen sich alle ihre Coachingsitzungen zu einem großen Ganzen zusammen und sie gibt mir immer das Gefühl, auf dem richtigen Weg zu sein. Frau Telliez zeichnet außerdem aus, dass sie sich immer genügend Zeit für mich nimmt und sehr genau zuhört, so dass ich mich ausgesprochen wohl und angenommen bei ihr fühle. An Frau Telliez schätze ich außerdem ihre sehr authentische Art und natürlich den sympathischen unverwechselbaren französischen Akzent!..."

Bianca K., Qualitätsmanagerin eines großen Logistikunternehmens

"Der Workshop zum Ziel- und Selbstmanagement von Frau Telliez ist sehr empfehlenswert. Er hat mich sehr zum nachdenken angeregt und zum handeln bewegt!"

Magdalena K., Event-Managerin

"Das Workshop zum Selbstmanagement war sehr positiv! Ich konnte mich zurückzufinden und meine Ideen sammeln. Ich war sehr berührt, als ich auf Lösungen kommen konnte. Der Coach ist super! Danke!"

Camille C. Team-Assistentin

"Mein Coaching-Gespräch mit Frau Telliez war gekennzeichnet durch Empathie und besonders durch ihr aktives Zuhören. Vor dem Coaching empfand ich gegenüber meinen ehemaligen Kollegen Ärger und Frustration. Diese Gefühle wurden im Rahmen des Coachings völlig abgebaut. Ich empfehle Frau Telliez sehr gerne weiter!"

Werner G., Dozent

"Sehr kompetentes Coaching, schneller Erfolg - besser kann es nicht sein. Absolut empfehlenswert!"

Iris Barwa, Homestagerin