



## Profil

**Beate Stricker**



<b>Mein Motto:</b>	<b>GEMEINSAM LEICHT LEISTEN = ERFOLG</b>
<b>Mein Fokus:</b>	Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) definiert psychische Gesundheit als Quelle, die es den Menschen ermöglicht, ihre Fähigkeiten auszuschöpfen und einen Beitrag zu ihrer Gemeinschaft zu leisten. Ich begleite Unternehmen, die das psychische Wohlbefinden und somit die Leistungsfähigkeit ihrer Mitarbeiter wirksam fördern wollen.
<b>Meine Überzeugung:</b>	Entwicklung und Veränderung fällt <b>gemeinsam</b> mit Wertschätzung und Humor <b>leicht</b> . Erleben Menschen Leichtigkeit und Freude bei der Arbeit, sind sie flexibel, gesund und <b>leisten</b> gerne viel - für den <b>ERFOLG</b> ihres Unternehmens.
<b>Ihr Nutzen:</b>	Unternehmen hilft diese Leichtigkeit, <b>Veränderungen</b> zu <b>gestalten</b> , <b>Fehlzeiten</b> zu <b>reduzieren</b> und dauerhaft <b>ERFOLG</b> zu haben. <b>Wettbewerbsfähigkeit, Mitarbeiterbindung und Arbeitgeberattraktivität steigen. Fluktuationsquote und Kosten sinken.</b>
<b>Mein Weg:</b>	Bankkauffrau 13 Jahre Bezirksleiterin und Vertriebsleiterin mit Führungsverantwortung Vertriebstrainerin im Außendienst - Bausparkasse Schwäbisch Hall AG 24 Jahre selbstständige Trainerin, Konzeptionistin, Moderatorin, Coach mit den Schwerpunkten: Persönlichkeitsentwicklung, Kommunikation, Führung, Generationenmanagement, Gesundheitsförderung und, Anwesenheitsverbesserung
<b>Meine Ausbildungen:</b>	Agile Führung, Zertifizierung Agiler Coach Selbstmanagement mit dem ZRM® Systemischer Businesscoach (SHB) Insights MDI®, MBTI®, Persolog® Systemische Trainerin und Beraterin Lachyoga-Businesstrainer Neulandmoderation, Erlebnisorientierte Trainingsskills Trainerausbildung, Vertriebstrainer, Train the Trainer NLP-Practitioner, Transaktionsanalyse
<b>Meine Arbeitsweise:</b>	Erlebnisorientierte Methoden, die die Umsetzung in die Praxis mit Leichtigkeit ermöglichen.
<b>Meine Lösungen:</b>	Individuelle, praxisorientierte Lösungen - Im Dialog mit Ihnen entwickelt Pfißige Konzepte - Lebendiges, leichtes Lernen - weil`s wirkt! Wirksame Begleitung - Viel Erfahrungsaustausch

Das **BeSt**-Prinzip: GEMEINSAM LEICHT LEISTEN = ERFOLG

Themenschwerpunkte	Stichworte
Betriebliche Gesundheitsförderung Selbstführung Persönlichkeitsentwicklung	Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen, Gesundheitszirkel, Anwesenheitsverbesserung Selbstmanagement mit dem Zürcher Ressourcenmodell ZRM®, Mañana-Kompetenz, Gelassenheit mit dem Lotusblütenprinzip, Change, Stärken stärken, Komplexität, Emotionale Intelligenz, Resilienz, Life-Balance, Zeit- und Lebensplanung, Positive Psychologie
Kommunikation und Feedback- und Fehlerkultur	Kommunikationsmodelle, Harvard-Konzept, Wertschätzende Kommunikation nach Rosenberg, Konfliktmanagement, Schnittstellenmanagement, 180°/360°-Feedback
Führung	Grundlagen der Führung, Malik, Transformationale Führung, Sinnzentrierte Führung, Wertschätzung schafft Wertschöpfung, Gesunde Führung, Gelassene Führung, Generationale Führung, Mensch und Digitalisierung, Change, Vom Kollegen zur Führungskraft, Agile Führung
Teamentwicklung	Teamentwicklung mit dem Zürcher Ressourcenmodell®, Themenzentrierte Interaktion, Moderation individueller Themen
Moderation Präsentation	Auftragsklärung, Sprintmeetings statt Marathonsitzungen, Gekonnt kontern, Wirkungsvoll präsentieren, Power Posing
Trainerausbildung	Lernpsychologie, Methodik, Didaktik, Coaching on the Job
Entwicklungsreihen	Generation Y und Z, Babyboomer, Nachwuchsführungskräfte, Führungskräfte, Wissensmultiplikatoren, Gesundheitsmoderatoren
Humor	Lachtraining als modernes Stressmanagement
Moderation	Kreative Workshops auch für Großgruppen: Klassische Moderation, Design Thinking®, Open Space, World Café, Appreciative Inquiry, BarCamps, Syntegration, Leitbild, Change
Coaching	Systemisches und lösungsorientiertes Coaching, Coaching mit dem Zürcher Ressourcenmodell, ZRM®, Begleitung am Arbeitsplatz

All diese Themen fördern die psychische Gesundheit der Menschen und somit auch die körperliche Gesundheit.

Denn nur wer psychisch gut drauf ist, kümmert sich auch gut um seinen Körper!

Gerne erstelle ich Ihnen ein individuelles Konzept, passend zu Ihren Bedürfnissen.

*Beate Stricker*