

PROFIL



Ann Kristin Barth ist Diplom-Kulturwirtin, lizenzierter Lebensmotiv-Coach (Reiss-Profil-Germany GmbH) und ausgebildete Trainerin (Neuland&Partner). Als Unternehmensberaterin im Personalwesen moderierte sie diverse Veränderungsprozesse in Unternehmen, insbesondere zu den Themen „Resilienz in Veränderungen“ und „Erfolgsfaktor Unternehmenskultur“. Sie begleitet Führungskräfte und Mitarbeitende auf dem Weg zu einer ganzheitlichen Lebensführung und einem gesunden Zeit- und Selbstmanagement. Im Coaching und Training sucht sie gemeinsam mit den Teilnehmenden nach inneren Treibern für nachhaltige Veränderungen im Leben und den Einklang von Körper und Geist. Ihre Erfahrung im Bereich Fitness und Körperarbeit bildet hierbei eine systematische Ergänzung der Strategien mentaler Stressbewältigung und Selbstmotivation. Dabei greift sie auf die Erfahrung aus über 8 Jahren Teamtraining und Persönlichkeitsentwicklung zurück.

Ausbildung

- Studium der Sprachen-, Wirtschafts- und Kulturraumstudien (Dipl. Kulturwirt)
- Zertifizierte Trainerin (Neuland&Partner) und Moderatorin (IFOK GmbH)
- Lizensierter Reiss Profile® Coach (Institut für Lebensmotive)
- Outdoor-Trainerin (Niedrigseilgarten), Sport-Animateurin, ZUMBA-Trainerin
- ZRM-Trainerin Ressourcenmanagement (Institut für Selbstmanagement und Motivation Zürich)
- Interkulturelle Trainerin (Neuland&Partner)

Arbeits- und Themenschwerpunkte

Persönlichkeitsentwicklung

- Selbstmanagement/Life-Balance
- Berufliche Auszeit/Neuorientierung
- Teamentwicklung
- Kommunikation und Körperausdruck
- Interkulturelle Kommunikation

Gesundheitsmanagement

- Stress-/Burnoutprävention
- Körperarbeit/Embodiment
- Resilienz/Entspannungstechniken
- Unternehmenskultur/Leitbildentwicklung

Reiss-Profile®: Erfolg durch intrinsische Motivation

Das Reiss Profile® legt die Wünsche und Bedürfnisse eines Menschen offen. Anhand eines Internet-basierten Fragebogens wird ein individuelles Motivprofil erstellt (16 Lebensmotive). Die Lebensmotivanalyse dient der persönlichen Reflexion und der Hilfestellung im Umgang mit Anderen.

Embodiment: Haltung als Stütze mentaler Ziele

Der Körper ist ein wesentlicher Baustein der Intelligenz und des gesamten psychischen Systems. Mit Hilfe des Embodiments werden neue Einstellungen und langfristige Ziele neuronal verknüpft und die intrinsische Motivation zur Zielerreichung nachhaltig gestärkt.

Referenzen



Management Circle

Referentin Stress- und Selbstmanagement

Titel: Selbstmanagement für Führungskräfte

Teilnehmerbewertung $\emptyset = 1,3$

Titel: Die Kunst der klugen Selbstbeherrschung

Teilnehmerbewertung $\emptyset = 1,2$

Ansprechpartner:

Juliane Sophia Emami

Tel.: +49 6196 4722- 640



Bildungswerk
der Hessischen Wirtschaft e.V.

Bildungswerk Bad Nauheim

Referentin Stressmanagement

Titel: So bleibe ich gesund – Stressmanagement mit den 16

Lebensmotiven (Reiss Profile® nach Prof. Dr. Steven Reiss)

Teilnehmerbewertungen $\emptyset = 1,16$

Ansprechpartner:

Dr. Frank Neuhaus

Tel.: +49 6032 948750



Office Kongress Hamburg 2013

Seminar nach dem Zürcher-Ressourcen-Modell zu

Selbstmanagement und motivierenden Zielen

Titel: Der Cocktail für ihre Selbstmotivation

Ansprechpartner:

Sonja Althoff

Tel.: +49 611 7878291



Borealis Group

Workshop-Reihe Stressmanagement im Rahmen der

Gesundheitstage 2014

Titel: Resilienz in Veränderungen

Ansprechpartner:

Jutta Maria Klein

Tel.: +49 8571 4059906



Rechtsrheinisches Technologie- und Gründerzentrum Köln

Betreuung des Gründungszentrums als Headcoach

Thema: Gründungsmanagement, Selbstmanagement,

Stressmanagement, Persönlichkeitsentwicklung

Ansprechpartner:

Dr. Heinz Bettmann

Tel.: 0049 152 28833101

Referenzen II



SAL. OPPENHEIM
Privatbank seit 1789



Lufthansa Cargo
Networking the world.



Lufthansa



e-on

LANXESS
Energizing Chemistry



Fachberaterin der Initiative UnternehmensWert: Mensch des Bundesarbeitsministeriums
Themen: Führungskräfteentwicklung, Gesundheitsmanagement, Weiterbildung, Diversity
Zielgruppe: Kleine und Mittelständische Unternehmen (KMU)
<http://www.unternehmens-wert-mensch.de>



Offenes Weiterbildungsangebot in Zusammenarbeit mit der Lindner Gruppe
Thema: Lebensbalance und Selbstmanagement für Nachwuchsführungskräfte
Zielgruppe: High Potentials der Generation Y
www.re-treat.de

Publikationen



Fachartikel Rheinzeiger:
„Vergiss Dich nicht – das eigene Unternehmen persönlichkeitsorientiert führen“
„Selbstmanagement für Gründer“

Buchbeitrag Personal Training – Das Business Book:
„Brennen ohne Auszubrennen – Stress und Burnout vorbeugen“

Das sagen Kunden und Kooperationspartner

Ann Kristin Barth verbindet in ihrem Seminar praktische Körperarbeit mit mentalen Modellen der Stressbewältigung. Eine solch gelungene Kombination habe ich bisher nirgendwo anders gefunden. Ich würde das Seminar von Frau Barth jederzeit weiterempfehlen.

Heidrun Kanty, Teilnehmerin Stressmanagementseminar Bad Nauheim

„Frau Barth ist als Coach für unser Gründungszentrum eine zuverlässige und kompetente Ansprechpartnerin. Ich schätze besonders ihre vertrauensvolle Art und ihre umfangreichen Methodenkenntnisse – Sie versteht ihr Handwerk“

Dr. Heinz Bettmann, Geschäftsführer RTZ Köln

„Ann Kristin Barth hat es verstanden den Druck und die Anspannung, der bei unserem Team mit dem Ziel Wiederaufstieg verbunden war, in positive Energie auf dem Spielfeld zu verwandeln. Die Haltung und Motivation der Mannschaft hat sich mit den von ihr eingebrachten Mentaltechniken merklich verbessert.

Daniel Mey, Trainer Volleyballteam 1. Damen des KT Köln

„Vielen Dank für einen spannenden Workshop!“

Frauke Peemöller, Körper AG, Teilnehmerin Office Kongress 2013

„Ich möchte Ihnen herzlich danken für den Workshop, Ihr Engagement und das schöne Lachen auf ihrem Gesicht. Sie haben uns damit sehr viel gegeben.“

Denise Schweizer, Syngenta Crop Protection AG, Teilnehmerin Office Kongress 2013

„Es gab eine Reihe interessanter Ideen und viel Motivierendes. Im Seminar strahlten Sie eine sehr angenehme Frische aus.“

Christine Renneberg, TOTAL Raffinerie Mitteldeutschland GmbH

„Ich habe die große Hoffnung, dass eine „Fortsetzung“ dieses Seminars in 2014 angeboten werden kann.“

Teilnehmer Stressmanagement Seminar Bildungswerk Bad Nauheim