

FACTSHEET

Steffen Steitz

Ortstraße 10a 67808 Schönborn | +49 157 3222 5132 | info@steffensteitz.com



Status Quo 27.10.2020

FACTSHEET

> als 700 Projektstage im Kontext Gesundheit & Performance, Achtsamkeit und Resilienz, Verkauf & Kommunikation

> 120 Projektstage Ganzheitlich-systemisches Kommunikations- und Performance-Coaching

Auftrag: Weiterentwicklung von Speakern (Achtsamkeit, Stress-Resistenz und Performance)

Bereich: Bildung

Zielstellung: Verbesserung der allgemeinen Leistungsfähigkeit

Zielgruppe: Speaker in der Bildungsbranche

Tätigkeitsschwerpunkt: Stress-Resilienz und emotionale Leistungssicherheit in Performance-Situationen

> 60 Projektstage Achtsamkeits- und Resilienz-Coaching & -Training

Auftrag: Weiterentwicklung und Verbesserung der Stress-Resilienz und Belastungsfähigkeit (Individuell und Team)

Bereich: Sozial- und Pflegebranche; Bildungsbranche

Zielstellung: Vermittlung von achtsamkeits- und resilienzförderlichen Verhaltensweisen

Zielgruppen: Führungskräfte, Teams und Mitarbeiter (Pflegedienstunternehmen); LehrerInnen, SchülerInnen, Eltern

Tätigkeitsschwerpunkt: Resilienztraining

> 400 Projektstage in Festanstellung im Vertrieb

> als **300 Coachings-on-the-job** (Einzelbegleitung während der Außendiensttätigkeit)

> als **100 Trainings** (Kleingruppentrainings)

Auftrag: Verbesserung der individuellen Kommunikations-Fähigkeiten

Bereiche: Gesundheit- & Pharma

Zielgruppe: Pharmareferenten bzw. Vertriebsteams (2er Gruppen) im Außendienst.

Tätigkeitsschwerpunkte: Konzeptionierung/ Vorbereitung/ Durchführung/ Nachbereitung/ Evaluation und Nachbetreuung von Einzel-Coachings, Kleingruppen-, SE- und VE-Trainings

>160 Vorträge und Impuls-Workshops

Auftrag: Erfolgreich Lernen und Stress-Resilienz in der Schule

Branche: Bildung

Zielstellung: Vermittlung von Lern- und Resilienz- Wissen

Zielgruppe: SchülerInnen, LehrerInnen, Eltern; Gruppengröße 10-250 TN

Tätigkeitsschwerpunkt: Vorträge und Impuls-Workshops

Kurzprofil

Meine Mission

Menschen stärken! Starkes ICH. Starkes WIR. Starke Zukunft!

Aktuelle Arbeits-Schwerpunkte

Mikrotrainings, Vorträge und **Seminare** mit den Schwerpunkten:

- ✓ Stress, Burnout-Prävention & emotionale Ressourcenarbeit
- ✓ Mentale Stärke, Resilienz & Achtsamkeit
- ✓ Energiemanagement, Regeneration und Performance
- ✓ Motivation, Kommunikation und Emotionale Intelligenz
- ✓ Zielgruppe: Mitarbeiter, Teams und Führungskräfte
- ✓ Konzeptionelles Mitwirken bei einem Projekt zum Thema „**Psychische Gefährdungsbeurteilung**“

Qualifikationen

Diplom-Sportwissenschaftler

Verschiedene Aus- und Fortbildungen im Bereich Gesundheit und Fitness, Coaching und Training, Verkauf & Kommunikation.

Business-Coach, Resilienz-Trainer (DVWO), Mimikresonanz©-Trainer, Wingwave©-Coach, NLP-Trainer, Lern-Coach

Prägende und nützliche Business-Erfahrungen

Ehemaliger Leistungssportler (Tischtennis). Schon als junger Erwachsener Erfahrungen als Ausbilder, Trainer und Coach im Kontext Sport, später dann in den Bereichen "Präventive Gesundheitskompetenz, Leistungsfähigkeit und Kommunikation" (Personal Training, Referent, Gesundheitscoaching, Persönlichkeitsentwicklung). Eine größere persönliche Krise erfolgreich gemeistert. Langjährige Tätigkeit als Coach und Trainer in den Bereichen „Verkauf & Kommunikation“ sowie „Gesundheit & Leistungsfähigkeit“

Meine Arbeitsweise und meine Stärken

Durch meine Qualifikationen und Erfahrungen ergibt sich ein prozessorientierter, system-dynamischer Arbeitsansatz und eine ganzheitlich-integrale Ausrichtung. Der Mensch steht immer Mittelpunkt, die Methode dahinter. Durch meine Fähigkeit, Menschen gut „lesen“ zu können und meine emotional-sozialen „Antennen“ ergibt sich in Trainings eine situative Flexibilität und eine klare, wertschätzende und sehr menschliche Kommunikation (auch wenn es mal eng wird). Kunden schätzen meine Begeisterungsfähigkeit und Authentizität.

Mein Selbstverständnis

Ich sehe mich selbst als zuverlässigen und vertrauensvollen „Menschen-Begleiter“ und „Kunden-Dienstleister“ mit dem Ansatz „Hilfe zur Selbsthilfe“ (Förderung einer gesunden Autonomie von Menschen, Teams und Organisationen im Sinne des Resilienz-Gedankens).

Erfahrungen und Berufspraxis

- seit 04/ 2016 **Freiberufliche Aktivitäten als Trainer, Speaker und Coach**
Tätigkeitsschwerpunkte: Emotionale Leistungssicherheit, Stress-Kompetenz, Achtsamkeit und Resilienz, Kommunikation und Verkauf.
- 12/ 2014-03/ 2016 **Trainer und Field-Coach** (Grünenthal Pharma GmbH)
Tätigkeitsschwerpunkt: Emotionale Leistungssicherheit und Performance für Mitarbeiter im Außendienst (Kommunikation, Verkauf, „Impression Management“).
- 07/ 2012 bis 12 /2014 **Freie Mitarbeit als Trainer** (Materne Training, München)
Tätigkeitsschwerpunkte: Work-Life-Balance, Kommunikation, Verkauf und Kundenberatung
- Seit 11/ 2006 **Selbstständiger Coach** (Steffen Steitz Coaching, Mainz)
Tätigkeitsschwerpunkte: emotionale Leistungssicherheit, Auflösen von Stressfaktoren bei Prüfungen und in Performance-Situationen
- 07/ 2006 bis 09/ 2012 **Selbstständiger Personal Trainer**
(Fitness & Health Coaching, Mainz)
Tätigkeitsschwerpunkt: Gesundheit und Leistungsfähigkeit für MA, Teams und FK
- 07/ 2006 bis 09/ 2012 **Freie Mitarbeit als Personal Trainer und Berater** (Bewegungszentrum, Mainz)
Tätigkeitsschwerpunkte: Erstellung von Kundenberatungskonzepten mit Schwerpunkt Gesundheit und Leistungsfähigkeit, Firmenfitness
- 04/ 2006 bis 07/ 2012 **Sales Developer Assistent** (Technogym, Egelsbach)
Tätigkeitsschwerpunkte: Organisation und Durchführung von Schulungen, Kundensupport, Unterstützung der Marketingabteilung
- 02/ 2000 bis 07/ 2001 **Freiberuflicher Physio-Fitnesstrainer**
(TC Training Center, Wiesbaden)
Tätigkeitsschwerpunkte: Physio-Fitness und Gesundheitstraining
- Studium**
- 10/ 1996 – 11/ 2002 **Studium der Sportwissenschaften**
(Johannes Gutenberg-Universität, Mainz; Schwerpunkt Leistungssport)

Weiterbildung und Qualifikationen

Ab 09/ 2019	Systemisch-Integrale Aufstellungsarbeit nach Prof. Ruppert (IoPT)
10/ 2018	MeSource-Facilitator© - Mikrotrainings mit HRV-Bio-Feedback (Eilert Akademie für emotionale Intelligenz, Berlin)
07/ 2015 – 06/ 2016	H.B.T. Resilienz-Trainer und Businesscoach (DVWO) (HBT Akademie, Riegsee)
06/ 2015 - 08/ 2015	Mimikresonanztrainer© - Gefühle sehen. Menschen verstehen. (Eilert Akademie für emotionale Intelligenz, Berlin)
10/ 2011 - 07/ 2012	Ausbildung systemisches Management- Training (Materne Training, München)
2010 – 2011	Anusara-Yogalehrer Ausbildung (200h+) (parapara-yogaakademie Berlin)
2009 - 2012	Wingwave© Coach mit Vertiefungsseminaren (Wingwave©-Akademie Berlin)
10/ 2007 - 02/ 2008	Business- und Personal Coach (ECA); (Power Research Seminare, Bonn)
2006 - 2009	NLP Practitioner, NLP Master, NLP Trainer (DVNLP) (Power Research Seminare, Bonn)
Weitere Qualifikationen	Lern-Coaching, Rückenfitnesstrainer, Spinning Instruktor, Food Coach, Pilates Basic Meditations- und Achtsamkeitskurse, Physio-Fitness

Schönborn, 27.10.2020

Steffen Steitz

Ortsstraße 10a

67808 Schönborn

Mobil: +49-157-32225132

Web: steffensteitz.com

Email: info@steffensteitz.com

