



Persönliche Grundhaltung und Vision

Für mich gibt es nichts Faszinierenderes als den Menschen. Seine Geschichte, seine Lebens- und Erfolgsstrategien, Irrwege und Ausweichmanöver. Ich bin immer wieder positiv überrascht über das Potenzial und die Entwicklungsmöglichkeiten, die wir als Individuum aber auch im Kollektiv haben. Lern-, Entwicklungs- und Denkprozesse bei Menschen auszulösen und Hilfe zur Selbsthilfe anzubieten, empfinde ich als ein besonderes Privileg und genieße die stetige Herausforderung. Eine positive Grundhaltung, Ressourcen, bzw. Stärkenorientierung, Wertschätzung und Qualität sind mir in meiner Arbeit ein besonderes Anliegen. In meiner Rolle als Erwachsenenbildnerin und Dozentin lege ich Wert darauf interaktiv und konstruktiv zu arbeiten. Eine gute Durchmischung von Theorie, Übungen und Dialog in der Gruppe sind mir wichtig. Meine Spezialgebiete sind:

- Persönlichkeitsentwicklung, Selbstmanagement und Resilienz (neu mit PSI Test)
- Bewusste und konstruktive Kommunikation
- Konfliktdynamiken verstehen, vorbeugend handeln und lösen können
- Umgang mit Veränderungen, Herausforderungen und Krisen
- Prozesse verstehen und integrieren.
- Integrative Strategie und Visionsprozesse begleiten
-

Gerne stehe ich für Forschung, Vorträge, als Coach, Dozentin und Seminarleiterin zur Verfügung. Auf den beiden folgenden Seiten finden Sie meinen beruflichen Werdegang und die verschiedenen Aus- und Weiterbildungen meiner Karriere.

Curriculum Vitae Alessandra C. Bodmer, geboren am 16. Juni 1967

Beruflicher Werdegang

- 2020 **Coach und Seminarleiterin** www.novaprudentia.com im Raum Zürich
- 2017 -19 **Selbständige Arbeit als Interior Designerin** im Raum Zürich
- 2015 -17 **Vorträge, Artikel, Events, Entwicklung Seminare:** Bewusst Resilienz im familiären und beruflichen Umfeld aufbauen. Ein guter Umgang mit dem Alter. Kommunikation, Umgang mit Veränderungen und Krisen, Konfliktmanagement und Werthaltungen im Gesellschaftskontext. Märchen, Mythen, Sagen und Legenden erklärt und gelebt für Schulkinder der 5 und 6 Klasse.
- 2014 **NOVApru Projekt:** Transformation des Finanzwesens in Zusammenarbeit mit Forma Futura und der Globalance Bank mit dem Fokus auf nachhaltige Banking- und Investment Lösungen.
- 2013 **NOVApru Projekte:** Aufbau Beratergruppe Demografie /Beirat Freestar-Gruppe FIT für die Zukunft: Organisationsberatung und Training mit dem Fokus auf den produktiven Umgang mit den demografischen Veränderungen in der Gesellschaft, Nachfolgeregelungen.
- 2012 **Gründung von NOVApru:** Institut für den bewusst gestalteten Gesellschaftswandel Bildungs- und Vernetzungsplattform zwischen den Bereichen Wirtschaft, Bildung, Medizin, und Soziologie. Generationenübergreifende Zukunftspodien und Denkwerkstätte zu den aktuellen Entwicklungen unserer Gesellschaft. Kollektive Entwicklungen.
- 2000-2012 **Geschäftsführerin, Führungstrainerin, Coach und Beraterin** Freestar-Consulting AG Aufbau eines breiten Kundenstammes in der Privatwirtschaft, Industrie, im Bildungs- und Gesundheitswesen. Durchführung von Strategie- und Visionsprozessen, Coachings, Persönlichkeitsentwicklung, Teambesprechungen und Seminare. Fokus auf soziokulturelle und betriebspsychologische Prozesse.
- 2000 **Gründung der Beraterabteilung** Freestar-Consulting AG Aufbau der Beratungsabteilung Organisationsentwicklung und Führungsberatung für die Freestar-Gruppe. Enge Zusammenarbeit, Kooperation und Ergänzung mit der Informatik- und Rekrutierungsabteilung. Weiterführung des Management Trainings für die Fluggesellschaft SAirGroup.
- 1998-2000 **Leitung der Personalentwicklung SAirLogistics** (ehemalig SAirGroup heute Swiss) Aufbau der Personal- und Managemententwicklung. Konzeption und Entwicklung mehrerer Managementtrainings auf verschiedenen Kaderstufen. Zusammenarbeit mit Dozenten der HSG St. Gallen und anderen renommierten Institutionen. Durchführung von Persönlichkeitstests für die Rekrutierung.
- 1995-1998 **Personalentwicklerin** in der Personalentwicklung des Schweizerischen Bankvereins Erste Praxiserfahrung als Trainerin und Seminarleiterin für Kommunikation und Persönlichkeitsentwicklung, Französischunterricht, Ausbildungsorganisation.

Curriculum Vitae Alessandra C. Bodmer, geboren am 16. Juni 1967

Aus- und Weiterbildungen

2020	PSI Einführungsseminar und Diagnostik, Anwendung Selbststeuerungstest
2019	ZRM Seminar, «Selbstmanagement mit dem Zürcher Ressourcen Modell»
2018	IBW Höhere Fachschule Südostschweiz, Ausbildung als Interior Designerin
2017	Artikel und Vorträge «Resilienz heute», «Wie gut altern», «was macht unsere Kinder stark» etc. Machbare Konzepte für die aktuelle Gesellschaftsreform. Ressourcenorientierte Persönlichkeitsentwicklung im Familien- und Gesellschaftskontext
2011-2015	Logosynthese, IAS, Maienfeld, Selbstmanagementtechnik aus der Energiepsychologie
1998-2010	Psychologie und Persönlichkeitsentwicklung, jahrelange Auseinandersetzung mit der menschlichen Psyche und ihrer Wirkung auf Erfolgsstrategien und Aufarbeitung der eigenen Biografie anhand verschiedener psychologischer und körperorientierter Methoden
2002/2004	Organisationsentwicklung BSO, IAS Maienfeld, Dr. Willem Lammers Strategie- und Organisationsberatung aus betriebspsychologischer Sicht
2002	Konfliktberatung in Organisationen, TRIGON/IEF Prof. Friedrich Glasl, Hamburg/Zürich, Mediation und Konfliktmoderation im Kontext von Organisationen
1999 -2001	-Trauma, Verstehen und Handeln, IAS Institut für angewandte Sozialwissenschaften, Maienfeld -SHL Occupational Personality Questionnaire, Zürich -Grundkurs Transaktionsanalyse, Eric Berne Institut, Zürich -Basiskurs Psychodrama, Moreno Institut Zürich
1998	Prozessberatung, Institut Dr. Rosenkranz, München, Betriebspsychologische Grundausbildung, Persönlichkeitsentwicklung, Teamentwicklung und Training
1997	Neue Lernkultur, Nachdiplomstudium UNI Zürich, Systemische Erwachsenenbildung, Chaostheorie, Kybernetik, Konstruktivismus
1991/1994	Linguistik Studium, SAL Zürich, Deutsch & Französisch im Hauptfach Geschichte, Literatur und Englisch im Nebenfach Spezialgebiet: Märchen, Mythen und Sagen
Sprachen	Deutsch, Englisch, Französisch fließend, Italienisch ordentlich Portugiesisch und Spanisch mündliche Grundlagen