



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

Persönliche Grundhaltung und Vision

Meine Spezialgebiete sind:

- Persönlichkeitsentwicklung, Selbstmanagement, Empowerment und Resilienz
- Bewusste und konstruktive Kommunikation
- Konfliktodynamiken 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 Dozentin und Seminarleiterin zur Verfügung.

Beruflicher Werdegang

- 2020 **Persönlichkeitscoach und Seminarleiterin «Frau der Zukunft»** www.novaprudentia.com im Raum Zürich
- 2017 -19 **Selbständige Arbeit als Interior Designerin (Innenarchitektur)** 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 Wertehaltungen 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, Managementtrainerin, Coach und Beraterin Freestar-Consulting AG**
Aufbau eines breiten Kundenstammes in der Privatwirtschaft, Industrie, im Bildungs- und Gesundheitswesen. Durchführung von Strategie- und Visionsprozessen, Führungscoachings, Persönlichkeitsentwicklung, Teamberatungen 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 **Personalentwicklung des Schweizerischen Bankvereins**
 Erste Praxiserfahrung als Trainerin und Seminarleiterin für Kommunikation und Persönlichkeitsentwicklung, Französischunterricht, Ausbildungscoordination.

Aus- und Weiterbildung

- 2020 IPSIS Institut PSI Schweiz, Nicole Bruggmann, Dr. Giovanna Eilers Einführung und Diagnostik PSI Test, Persönlichkeits System Interaktion, Anwendung Selbststeuerungstest
- 2019 ISMZ Institut für Selbstmanagement und Motivation Zürich, ZRM Seminar mit Dr. Maja Storch, «Das Zürcher Ressourcen Modell»
- 2018 IBW Höhere Fachschule Südostschweiz, Ausbildung als Interior Designerin
- 2017 Artikel und Vorträge «Resilienz heute», «Wie gut altern»
 Machbare Konzepte für die aktuelle Gesellschaftsreform. Ressourcenorientierte Persönlichkeitsentwicklung im Familien- und Gesellschaftskontext
- 2011-2015 Logosynthese, IAS, Maienfeld, Dr. Willem Lammers, Selbstmanagementtechnik aus der Energiepsychologie
 Auseinandersetzung mit den aktuellsten Entwicklungen in der Psychologie, Quantenphysik, und 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. Glasl, Hamburg/Zürich, Mediation und Konfliktmoderation im Kontext von Organisationen
- 1999 -2001 Trauma, Verstehen und Handeln, IAS, SHL Occupational Personality Questionnaire, Grundkurs Transaktionsanalyse, Eric Berne Institut Zürich, Basiskurs Psychodrama, Moreno Institut Zürich, Anja Puhmann
- 1998 Prozessberatung und Begleitung, 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 und Literatur im Nebenfach, Englisch, Spezialgebiet: Märchen, Mythen und Sagen
- Sprachen** Deutsch, Englisch, Französisch fließend, Italienisch ordentlich
 Portugiesisch und Spanisch mündliche Grundlagen