

# Trainer- und Coachprofil

## Persönliches

### Dagmar Völpel

Diplom-Volkswirtin  
Projektmanagement und -beratung  
Coach und Trainer für Beruf und  
Gesundheit (dvct )  
Betriebliche Gesundheitsmanagerin  
Trainerin und Ausbilderin für Yoga

Jahrgang 1958

Kontakt:

Donatusstr. 24

53175 Bonn

Tel: 0228 433 269 33

Mobil: +49-(0)176-64363005

Email: [info@dv-coaching-bonn.de](mailto:info@dv-coaching-bonn.de)

[www.dv-coaching-bonn.de](http://www.dv-coaching-bonn.de)

„Erfolg ist, was folgt, wenn man sich selbst folgt!“



## Philosophie

## Berater- und Coachkompetenz

Seit 2004:

- Beratung, Planung, Koordination und Implementierung von Projekten z.B. im Betrieblichen Gesundheitsmanagement
- Erfahrung als Coach
  - Bei beruflicher Neuorientierung (Bewerbungstraining, Onboarding, Outplacement)
  - Bei der Gestaltung persönlicher und beruflicher Veränderungen
  - Bei der Bewältigung persönlicher und beruflicher Krisen
  - In der Optimierung der Selbststeuerung (Zeit- und Selbstmanagement, Leben in Balance, Konfliktbewältigung)
  - In der gesundheitsorientierten Selbststeuerung zur Bewältigung akuter Stresssituationen und der Prävention von Ausfallzeiten
  - „Zwischen Arbeit und Ruhestand“ – Ressourcenschau für den Herbst des Berufslebens

## Trainings- und Projekterfahrung

### Im eigenen Unternehmen (seit 2005)

- Zielgruppe: Mitarbeiter und Führungskräfte aller Ebenen
  - Begleitung namhafter Unternehmen mit Maßnahmen im Rahmen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements
  - Formate: Vorträge, Firmen- und Führungsevents, Workshops, Seminare, Coachings
- Themen:
  - „Gesundheit ist Chefsache – Führung und Gesundheit“
  - „Kraft für Veränderungen“ – 2-Tagesseminar
  - „Kraft-Balance-Stabilität – Ressourcen für den Mensch im Beruf“ – 1,5 Tagesseminar
  - „Selbstmanagement und Stressbewältigung“ – 1-Tagesseminar
  - „Brennen oder Ausbrennen – Seminar zur Burnoutprävention“ – 1-Tagesseminar
  - „Zwischen Arbeit und Ruhestand“ – Ressourcenschau für den Herbst des Berufslebens – diverse Formate

## **Trainer- und Coachprofil**

- Durchführung eines bundesweiten Workshop-Konzeptes für Fitness First Deutschland
- Durchführung bundesweiter BGM-Maßnahmen für Bundesbehörden und Filialunternehmen
- Durchführung von Yogakursen bei namhaften Unternehmen unterschiedlichster Branchen
- „Yoga on Holiday“ für TUI/ Robinson Club und skr.de

### **Trainings- und Projekterfahrung**

#### **Für Unternehmen und Organisationen in der Sport- und Gesundheitsbildung (seit 2005 bis heute)**

- Durchführung diverser Aus- und Fortbildungsmaßnahmen im Auftrag von z.B. Landessportbund Hessen/ Rheinland-Pfalz; Heidelberger Akademie für Gesundheitsbildung; AHAB-Akademie; Unternehmensgruppe Pfitzenmeier; dbb-Akademie
- Zielgruppe: für Übungsleiter und Trainer aller Traditionen und Fachrichtungen
- Themen:
  - s.o.
  - Psycho-Yoga – Yoga mit psychisch belasteten Teilnehmern
  - Yoga als Begleitung in der Krebstherapie
  - Ausbildung zum Business Yogalehrer
  - Fortbildung zum YogaCoach

#### **Während der Festanstellung bei der Dresdner Bank (zwischen 1997 und 2004)**

- Zielgruppe: Mitarbeiter und Führungskräfte aller Ebenen
- Themen:
  - Produkt- und Vertriebsworkshops
  - Schulungen im Rahmen von Projektrollouts (z.B. Einführung eines neuen Vertriebsansatzes sowie eines neuen Vertriebssteuerungssystems)
  - Moderation von Fachtagungen, Workshops, Qualitätszirkeln, Projekt-, Team- und Lenkungsausschusssitzungen
- Langjährige Erfahrung als Projektmanagerin in betrieblichen Veränderungsprozessen

# Trainer- und Coachprofil

## Feldkompetenz

Berufserfahrung in verschiedenen Aufgaben im Personalbereich, Vertriebsmanagement und strategischen Projektmanagement bei Finanzdienstleistern (Dresdner Bank, GZS Gesellschaft für Zahlungssysteme)

### Business Development

- Projektmanagement insbesondere bei komplexen ressort- und kundengruppenübergreifenden Projektthemen und betrieblichen Umstrukturierungsprozessen
- Konzeption und Umsetzung neuer Geschäftsmodelle im Zusammenhang mit Fusionen/ Übernahmen

### Vertrieb

- Konzeption und Umsetzung von Kundenüberleitungsprozessen inklusive Kundenbindungsinstrumentarium
- Entwicklung und Einführung strategischer Qualifizierungsmaßnahmen im Privatkundengeschäft
- Konzeption, Organisation und Durchführung von (Groß)veranstaltungen (bis 3000 Teilnehmer) für Vertriebsmitarbeiter

### Controlling/Vertriebssteuerung

- Entwicklung und Durchführung von Maßnahmen zum Projektcontrolling
- Mitwirkung bei der Konzeption und Implementierung eines intranetbasierten Vertriebssteuerungssystems im Privatkundengeschäft

### Personalentwicklung

- Entwicklung und Implementierung eines Gesamtkonzeptes zur Personalentwicklung (inklusive Potenzialanalyse, Entwicklungs- und Nachfolgeplanung)
- Begleitung betrieblicher Veränderungsprozesse im Hinblick auf die erforderlichen Anpassungen im personellen Bereich z.B. mit Assessment Centern (Einzel- und Gruppenassessments für Führungs- und Führungsnachwuchskräfte, Potenzialgesprächen, Umsetzungsworkshops)
- Begleitung der Berufswege- und Karriereplanung insbesondere für Führungs- und Führungsnachwuchskräfte
- Entwicklung und Durchführung von Personalmarketingmaßnahmen

## Führungserfahrung

- Aufbau und Organisation einer Fachabteilung als Abteilungsleiterin
- Disziplinarische und fachliche Führung interdisziplinär aufgestellter Arbeiterteams

## Qualifizierung

- Führungsspanne: bis zu 10 MitarbeiterInnen
- Diplom-Volkswirtin
- Fortbildung zum Coach (Odenwaldinstitut/dvct zertifiziert)
- Fortbildung „Integrale Organisations-Struktur-Aufstellungen (IOSA; Rolf Lutterbeck)
- Zertifizierte Gesundheitsmanagerin (LSB Rheinland-Pfalz)
- Resilienztraining (Monika Gruhl)
- Züricher Ressourcenmodell (Dr. Maja Storch/Frank Krause)
- Zertifizierte Lehrerin für Kundalini Yoga Stufe I und II (3HO)

## **Trainer- und Coachprofil**

### **Sprachen**

Deutsch: Muttersprache  
Englisch: verhandlungssicher  
Französisch: Grundkenntnisse

### **Publikationen**

- Mit-Autorin des Buches „Gesundheit ohne Stress – Stressbewältigung mit Yoga“, Verlag O.W.Barth/S.Fischer; Herbst 2005
- Diverse Artikel z.B. für Frankfurter Rundschau, diverse Mitarbeiterzeitschriften, Zeit online etc.