

Experten-Profil

Brigitta C. Kemner

Personal Coach, Business Coach,

Expertin für Leistungskraft

und Leadership

"Es kommen viele, die an den Blättern des Unheils zupfen ... und dann kommt einer, der es an den Wurzeln packt!"

- Ausgebildeter Personal Coach und Business-Coach
- zertifizierte NLP Trainerin (DVNLP)
- Zertifizierte Trainerin und Coach für das persolog® Persönlichkeitsprofil und Stressmodell
- Geprüfte Personal Trainerin, Trainer A Lizenz , Lehrerin für Gesundheit und Fitness (Privatstudium BSA Akademie)
- Umfangreiche Fortbildung/Ausbildung in buddhistischer Psychologie und der Achtsamkeitslehre
- Seit 2002 Berufserfahrung als Coach in der Begleitung von Menschen und Unternehmen in Veränderungssituationen
- Autorin des Buches „Das WellenMUT Prinzip“
- Seminarleiterin und Rednerin, Unternehmerin



Brigitta C. Kemner begleitet als Personal Coach deutschlandweit Top Manager, Führungskräfte, Geschäftsführer, Vorstände, Inhaber, Unternehmer, Selbstständige, VIP`s und Privatpersonen bei persönlichen und beruflichen Veränderungen und Entwicklungsprozessen. Als Expertin für das Thema Leistungskraft und Leadership liegen Ihre Schwerpunkte in Coaching und Training vor allem in 3 zentralen Bereichen, die das „Menschsein“ ausmachen:

1. **Führung** (Menschenführung, Potenzialentwicklung, Selbstführung, Mentale Stärke und Souveränität)
2. **Kommunikation** (Menschenkenntnis, wertschätzende und zielgerichtete Kommunikation, Konfliktlösung und Vermeidung, Einigung erzielen, überzeugen und verhandeln, motivieren und begeistern)
3. **Selbstbalance/Selbsterfüllung** (Überlastung vermeiden, Überwinden von Burnout, Umgang mit Stress und Druck, Zufriedenheit, innere Ruhe und Sinnfindung, Gelassenheit, Neuorientierung in unterschiedlichen Lebensphasen, Umgang mit persönlichen Veränderungen und Konfliktlösung wie z.B. beruflicher Wechsel, Trennung, Ängste, Blockaden, Krankheit).

Desweiteren ist sie erfahren in der Begleitung von beruflichen Umstrukturierungen, Aufbau von ganzheitlichen Führungssystemen, Personalentwicklung, Potenzialentwicklung, Personalauswahlprozessen und Unternehmensnachfolgen. Sie integriert deutschlandweit hoch wirksame Maßnahmen zur Erreichung, Sicherung und Entwicklung der Führungsstärke und Leistungskraft im Mittelstand und im Top-Management. Brigitta C. Kemner steht selbst für „erwachtes Unternehmertum“. Mit ihren Themen ist sie weiterhin als Seminarleiterin und Rednerin aktiv. In ihren Impulsvorträgen und Seminaren regt sie Menschen dazu an, umzudenken, frei zu werden, neue Potenziale und Ressourcen zu entdecken und Spitzenleistungen zu erreichen, ohne dabei selbst auf der Strecke zu bleiben. Ihre Grundprinzipien basieren auf der buddhistischen Psychologie, die sie mit großem Erfolg und Fingerspitzengefühl in den vollen Berufsalltag von ambitionierten Menschen integriert und ein neues Bewusstsein erzeugt.

Brigitta C. Kemner: „Veränderung gelingt nur von innen nach außen!“

Selbstführung kommt vor Fremdführung: Bewusstheit, Präsenz, Bedürfnisbalance, ein gutes Selbstmanagement, innere Stabilität und Gesundheit sind die wichtigste Basis für stabile Leistungen in einem anspruchsvollen Berufsalltag. Durch den zunehmenden Erfolgs- und Zeitdruck im Arbeitsleben verlieren immer mehr Führungskräfte und auch Mitarbeiter Lebensqualität- die Balance zwischen Arbeit und Privatleben geht oft völlig verloren. Das hat zwangsläufig negative Konsequenzen auf die Leistungsfähigkeit im Beruf. Der Anteil von Menschen, die aufgrund von einem allgemeinen Erschöpfungszustand dem Unternehmen als wertvoller Leistungsträger verloren gehen, wächst ständig.

Hier spielt vor allem das Personal Coaching als Ergänzung zum Coaching und Training in Business Skills eine zentrale Rolle. Insbesondere die persönlichen Sorgen und Themen können Mitarbeiter auf den „hohen Ebenen“ selten ansprechen, ohne gefühlt das Gesicht zu verlieren. Ein Begleiter und Berater auf Augenhöhe fehlt. Man möchte sich keine Schwäche eingestehen und versucht, allein an der Front alles in den Griff zu bekommen. Doch langfristig ist genau das Gegenteil der Fall. Die Überforderung nimmt stetig zu und der Spagat zwischen beruflicher Herausforderung und privaten Anforderungen/Bedürfnissen ist nicht zu schaffen. Leistungskraft, Gesundheit und Zufriedenheit nehmen irgendwann Schaden.

Gemäß ihrem Lebensmotto: **"Neue Wege entstehen, indem wir sie gehen"** hat Brigitta C. Kemner ein ganz eigenes und nachhaltiges Konzept für Veränderung entwickelt und möchte Menschen dazu bewegen, innerlich frei zu werden und mehr Eigenverantwortung und Bewusstheit für sich selbst und das eigene Handeln zu entwickeln. Sie berührt Menschen und bringt sie dazu, „wach“ zu werden, innezuhalten und mit Freude nachhaltig die gewünschte Veränderung zu erreichen. Ihr besonderes Interesse liegt in der Förderung des „Erfolgsfaktors“ Mensch: „Der Mensch ist das Herzstück und der Potenzialträger jeden Erfolges.“ Sie lebt das, was sie tut und geht mit viel Engagement, Feingefühl, Souveränität, innerer Ruhe, Klarheit, Expertenwissen und Leidenschaft an die gemeinsam gesetzten Ziele.

Dabei legt sie einen besonderen Fokus auf die Gegenwart und Achtsamkeit als eine zentrale Fähigkeit, die sie ihren Klienten vermittelt.

Ihre Philosophie: „**Manchmal brauchen wir einen Menschen, der uns dazu bringt, das zu tun, was wir wollen und können! Ihr Leben ist bei mir in guten Händen!**“

Investieren Sie in den wichtigsten Menschen in Ihrem Leben: in sich selbst! Alles, was Sie suchen liegt schon in Ihnen. Ihr inneres Bewusstsein schafft Ihre äußere Welt. Wir alle tragen das in uns, was wir brauchen, um unsere Wünsche und Ziele zu erreichen, wirksam zu sein und ein erfülltes, freies Leben zu führen. Es ist der Mensch, der Projekte zum Erfolg oder zum Scheitern führt. Daher ist es für jeden beruflichen Erfolg unabdingbar, in Menschen zu investieren, die ihn tragen sollen. Meine Gabe besteht darin, Menschen dabei zu begleiten, ihr Potenzial zu entdecken, zu entfalten und zu sichern. Achtsamkeit, Selbstbewusstheit, Selbstvertrauen, Selbstverantwortung, Selbstentwicklung und Gesundheit sind dabei die wesentliche Grundlage. Lassen Sie sich inspirieren, wie auch Sie meine erprobten Erfolgsfaktoren gewinnbringend für Ihre Zielsetzung nutzen können.

„**Sie werden staunen, was in Ihnen steckt!**“

Meine Werte als Coach



Kompetenz: Sie können sich auf eine Expertin verlassen, die weiß, wovon sie spricht und die Theorie mit der Lebenspraxis verbindet. Ich entwickle mich selbst und meine Wissen ständig weiter, um Ihnen stets die allerbeste Qualität zu bieten. Sie können auf einen großen Erfahrungsschatz zurückgreifen, der aus Wissen und vor allem aus „erkanntem Erleben“ besteht.

Präsenz und Gelassenheit: Während unseren Sitzungen werden Sie spüren, wie Sie sich sammeln, zur Ruhe kommen und Energie tanken. Ich nehme mir gerne Zeit für Sie und alles, was Sie bewegt und lasse mich vollkommen auf Ihre innere Welt ein. Die hohe Wirksamkeit und Präsenz werden Sie durch meine Gegenwärtigkeit wahrnehmen, die auch Sie in ein neues Bewusstsein bringt.

Mut: Sie haben einen starken Coach an Ihrer Seite, der dem Sturm etwas entgegenzusetzen hat. Meine innere Unabhängigkeit und Freiheit sind eine wichtige Basis für ein wertschätzendes und konstruktives Feedback und eine wirksame Zusammenarbeit.

Empathie: Mit Herz, Mitgefühl und Einfühlungsvermögen nähere ich mich Ihnen und Ihren Themen. Sie werden sich gut aufgehoben fühlen. Hier zählen Sie wirklich.

Leidenschaft: Man kann als Coach arbeiten oder Coach „sein“! Es erfüllt mich, wirksam zu sein. Ihr Ziel wird zu unserem gemeinsamen Ziel. Meine hohe Einsatzbereitschaft entsteht durch die Liebe zu dem, was ich tue.

Spontanität und Offenheit: Ich finde immer eine Antwort, egal, wie unerwartet die Frage auftaucht. Auch, wenn Ihre Situation kompliziert und verfahren erscheint, wir finden eine Lösung, wenn auch Sie bereit sind, sich zu öffnen und etwas auszuprobieren.

Vertrauen: Es ist wichtig, dass Sie sich wirklich einlassen. Wenn Sie Schritt für Schritt das umsetzen, was wir erarbeiten, werden Sie ans Ziel gelangen. Ihre Themen sind geschützt. Loyalität, Ehrlichkeit und Diskretion tragen unsere Coaching-Beziehung.

Humor: Veränderung darf leicht fallen und Spaß machen. Mir ist es wichtig, dass wir etwas zu lachen haben.

Authentizität: Ich begegne Ihnen als Mensch, der seinen eigenen Weg geht und das lebt, was er sagt.

Zuverlässigkeit: Sie können sich darauf verlassen, dass ich zu meinem Wort stehe. Sie können auf mich zählen!

Vorträge und Seminare

Vorträge:

- Das „WellenMUT“ Prinzip
- Selbstbalance als Erfolgsfaktor
- Gelassenheit siegt
- Du wirst staunen, was in Dir steckt
- Nie wieder digitaler Stress
- Nimm Dein Leben in die Hand: Alles beginnt genau JETZT

Detailbeschreibungen gerne auf Anfrage oder auf der Webseite

Mein Basis Seminar

- **Das „WellenMUT“ Prinzip:** ...Den Höhen und Tiefen des Lebens frei und erfüllt begegnen

Seminare zum Thema Lebensbalance und Umgang mit Stress

- **Du wirst staunen, was in Dir steckt:** Potenzial entdecken und nutzen
- **Nie wieder digitaler Stress!** Gelassenheit siegt - Mut zur Ruhe!
- **Selbstbalance als Erfolgsfaktor:** Spitzenleistung erzielen und dabei selbst nicht auf der Strecke bleiben
- **Gelassenheit siegt:** Innere Freiheit erreichen und über den Dingen stehen ohne abzuheben

Seminare zum Thema Führung

- **Das WellenMUT Leadership Prinzip:** Wirksam führen - Ziele erreichen – Menschen verstehen und fördern - Performance steigern!
- **Unternehmen(s) Fitness:** Warum ist Gesundheit Führungsaufgabe?
- **Grundlagen der Führung I und II für Führungskräfte und angehende Führungskräfte**

Seminare zum Thema Kommunikation

- **Wirksame Kommunikation:** Basis-Workshop für alle wichtigen Grundlagen
- **Kommunikation und Persönlichkeit:** Kommunikationsgeschick erfordert das Gespür, Menschentypen und deren Bedürfnisse und Werte zu erkennen und zu integrieren.
- **NLP im Beruf:** Lassen Sie sich überraschen, was NLP für Sie selbst, Ihr Verhalten, Ihre Beziehungen und Ihren Erfolg bewirken kann
- **Sprache kann magisch sein:** Führen durch Fragen und magische Werkzeuge. Wie Sie Menschen dazu bringen, Ihnen zu vertrauen und zu folgen.

Workshops zur persönlichen Entwicklung

- **Alles beginnt genau JETZT:** Loslassen und Erfüllung finden! warum Gegenwärtigkeit Stress und Unzufriedenheit beendet und uns alles finden lässt.
- **Ich-Marke und Charisma:** Selbstbewusstsein, Selbstsicherheit und Souveränität in allen Lebenslagen!
- **Supervisor Workshop:** Wer bin ich? Was treibt mich an? Was will ich wirklich? Wie erreichte ich es?

Weitere individuelle Themen gerne auf Anfrage. Vorträge auf Englisch sind möglich.

Kontakt: Brigitta C. Kemner – Comfort Coaching

Rheinallee 165
40545 Düsseldorf
T 0800 330 3340
M 0176 627 63377

info@brigitta-kemner.com www.brigitta-kemner.com

Referenzen:

Zu den Klienten und Auftraggebern zählen viele Privatpersonen, Top-Manager, Vorstände, Führungskräfte, Unternehmer, Selbstständige, Ärzte, Juristen, Firmenkunden und Seminarteilnehmer. Sie ist ein exklusiver Geheimtipp in ihrer Branche.

Hier einige Auszüge: RWE, ELE, Mercedes, Henkel, RAG, mm Hotels, Carl Bechem GmbH, DONCASTERS, Aachen Münchener, Karstadt, Klinikum Niederberg, SANA Kliniken, KIA, MAZDA, IGA Optik, ERGO Versicherungen, Ökotech Energiegesellschaft, Dattelter Morgenpost, Fröhlich Nordland Lachs, Henkel, Rickmers Holding, DOSU Wirtschaftsprüfungsgesellschaft, Maschinenbau Zumholz GmbH, Auxmoney

Beispiele Kundenstimmen:

Sie wollen Veränderung? Brigitta Kemner ist Veränderung! Viele Coaches reden darüber, was getan werden müsste und erstellen kostspielige Konzepte. Sie schafft es, mit klarem Blick für das realistisch Mögliche einen „Veränderungsfahrplan“ aufzustellen und zum Erlühen zu bringen. Mit einer explosiven Mischung aus charmanten Einfühlungsvermögen, Tiefgang und knallhartem „Tempotrainer“ stellt sie dann gekonnt sicher, dass Montagmorgen umgesetzt wird! Ihr Vortrag für unsere Führungskräfte zum Thema „Unternehmensfitness“: gekonnt, bewegend und inspirierend. Auch im Coaching und der Entwicklung unserer Führungskräfte und Mitarbeiter ist sie einzigartig. Sie ist ein fester Bestandteil unserer Entwicklung.

Christian Engler, 46 Jahre, Geschäftsführer SANA Kliniken NRW

Mein Start vor 5 Jahren: 129kg bei 178cm, starker, Bluthochdruck, kurzatmig, unzufrieden, antriebslos, gestresst und jede Bewegung fiel schwer. Alles sah so aus, als ob ich frühzeitig in Rente gehen müsse aufgrund meines schlechten Gesundheitszustandes. Und das bei der Verantwortung für ein großes Unternehmen. Eine für mich damals schreckliche und ausweglose Situation.

Meine Verwandlung: Mit 62 Jahren bin ich meinen ersten Marathon gelaufen und ich wiege heute 82kg. Meine Leistungskraft zeigt sich aber auch im Beruf. Ich fühle mich jung und dynamisch. Meine Lebensfreude kehrte zurück. Endlich bin ich wieder bei mir angekommen und habe meine Baustellen sortiert. Endlich kann ich wieder mit meinen Enkelkindern spielen, den Urlaub aktiv genießen und fühle mich rundum wohl. Und die größte Belohnung: alle 3 Medikamente gegen den Bluthochdruck kann ich weglassen. Der Arzt meint, ich brauche sie nicht mehr, der Blutdruck ist normal. Brigitta Kemner hat mein Leben nicht nur bereichert, sondern gerettet. Wenn Sie Veränderung wünschen, dann sollten Sie sich für Brigitta Kemner entscheiden. Sie hat enorm viel Erfahrung, Empathie und trifft den Kern genau. Frau Kemner kann unglaubliche Energien freisetzen. Ihre besondere Stärke liegt in der Verbindung zwischen mentalen und emotionalen Aspekten und dem Körper. Durch sie wird Veränderung nachhaltig... kein Thema ist ihr zu komplex. Sie hat mir dabei geholfen, mich selbst aus meiner Sackgasse zu befreien.

Heinrich Jockenhöfer, Unternehmer, 68 Jahre, Olfen

Seit nunmehr drei Jahren greife ich immer wieder gern auf die Unterstützung von Brigitta Kemner zurück. Anfangs stand lediglich das Personal Training im Mittelpunkt. Heute nehme ich Brigitta auch als Business Coach in Anspruch, wenn ich bei für mich wichtigen unternehmerischen Entscheidungen eine neue erweiterte Perspektive gewinnen möchte. Für mich ist immer wieder erstaunlich, wieviel Klarheit und Kraft in 90 Minuten entstehen kann, wo ich vorher nur Komplexität sah. Durch Brigitta Kemner habe ich vieles entdeckt, das meinen persönlichen Horizont weit über die beruflichen Fragen hinaus erheblich erweitert hat und mein Leben bereichert. Vielen Dank dafür und auf weiterhin gute Zusammenarbeit!

Dr. Roland Tomik, 45 Jahre, Geschäftsführer, Steuerberater und Wirtschaftsprüfer aus Halle

Um Unterstützung gebeten habe ich Frau Kemner anfangs, weil das Unternehmen in kurzer Zeit stark gewachsen war. An der Oberfläche spürte man fast nichts, aber darunter brodelte es. Neue Mitarbeiter mussten miteinander harmonisieren, hatten private Sorgen, waren unkonzentriert, sahen nicht die notwendige Perspektive und holten nicht die Leistung aus sich heraus die möglich gewesen wäre. Wir benötigten Veränderung in vielen Dingen und Frau Kemner trat für uns genau zur rechten Zeit in unsere Mitte. Sie zeigte jedem Einzelnen Entwicklungspotential auf, stellte genau die Stärken und Schwächen fest, festigte Mitarbeiter in neuen Aufgaben, gestalte Abläufe neu, schaffte in Absprache mit mir Perspektiven und verteilte Verantwortung an die richtigen Stellen. Kurz gesagt: alle von Ihr betreuten Mitarbeiter fühlten sich nach der Umgestaltung viel wohler in ihren Tätigkeiten und Verantwortlichkeiten. Unkonzentriertheit verschwand, Unwohlsein sowie Über- und Unterforderung sind seit der Umsetzung ein Fremdwort. Harmonie und Leistungsanreize haben eine positive Arbeitsatmosphäre geschaffen. Mit unglaublicher Kompetenz in dem Umgang mit Menschen schaffte es Frau Kemner, unsere Mitarbeiter völlig losgelöst vom eigentlichen Versicherungs- und Immobiliengeschäft in Ihren Persönlichkeiten zu entwickeln. Und wir können ausgehend von einer nun gesunden Basis weiter wachsen und lassen uns dabei gerne von Ihr begleiten.

Stefan Schuck, 48 Jahre, Geschäftsführer Schuck GmbH und Unternehmer aus Düsseldorf