



Ingrid STIFT, MSc

Trainerin, Beraterin,
Supervisorin

... mit Herz, Hirn & Humor!

MEIN ERFOLGSREZEPT

*Praxistaugliches Wissen & Inspirationen
serviert mit Struktur & Humor
motivierend zur Umsetzung im Alltag...*

SPEZIALISIERUNGEN

- Effektives Zeit- und Selbstmanagement
- Resilienz & Stress-/Burnout-Prävention
- Konstruktive Fehlerkultur
- Wertschätzende Kommunikation
- Train-the-trainer-Skills
- Supervision
- Führungskräfte-Coachings
- Unternehmensberatung Personalwesen & Organisationsorganisation

KONTAKTDATEN

Telefon: +43 - 664 - 215 48 31

E-Mail: office@firmenfreundin.at

www.firmenfreundin.at

Helenenstraße 77/25, 2500 Baden

Weiraer Straße 19, 3910 Zwettl

BERUFLICHE LAUFBAHN

SELBSTÄNDIG

2016 - heute

- ISO-17024 zertifizierte Fachtrainerin & Prüferin
- MSc Psychosoziale Beraterin
- Unternehmensberaterin

PERSONALFÜHRUNG & PERSONALMANAGEMENT

ARAC GmbH - Europcar Licensee / Porsche Holding, 1997 - 2015

- Leitung Operations und Service-Center mit 60 Mitarbeiter:innen
- Leitung Fuhrpark-Einkauf / Verkauf / Schadensabwicklung
- Personalmanagement & Training für 100 MA + 200 freie DN
- IT-Leitung: Systembetrieb, Projektmanagement für neue Systeme

IT - PROJEKTMANAGEMENT

Porsche Informatik - Externa - Porsche-EDV, 1988 - 1997

- Leitung IT-Projekte für Handels- und Dienstleistungsbetriebe
- Durchführung IT-Schulungen und IT-Konzeptionierung

AUSBILDUNGEN

- MSc Psychosoziale Beratung - Donau Universität Krems
- Dipl. Leben- und Sozialberatung - ÖIGT Wien
- Supervisions-Ausbildung - Kalumed Linz
- ISO-17024 FachtrainerIn - AM-Training Wien + TBS
- Dipl. Expertin für Stress-/Burnout-Prävention - bfi Wien
- PEP-Prozess- & Embodimentfokussierte Psychologie - Dr. Bohne
- Trainerin für Wald & Gesundheit - ÖBf & WIFI NÖ
- Führungskräfteausbildung - Porsche Holding
- Projektmanagement-Ausbildung - Porsche Holding
- Diplomlehrgang Betriebswirtschaftslehre - SMA
- 1988 Matura BHAK Zwettl

PERSÖNLICHES

- 1969 geboren in Zwettl (NÖ)
- in einer Partnerschaft lebend
- Kraftquellen: Walderfahrungen, achtsame Entspannungsübungen, Wandern, inspirierende Lektüre, humorvolle Menschen & Medien
- Vorstandsmitglied im Projekt FRAU iDA

MEINE REFERENZEN

- zahlreiche private Handels- und Dienstleistungsunternehmen
- BMI, BIG, PVA, ÖGK, Gemeinden, Kindergärten, Pflegeinstitute,...
- Kooperationspartnerin von Andrea Mayer (AM-Training) & ÖBf
- Referentin und Lehrgangleiterin in Erwachsenenbildungs-instituten (ÖIGT, Vitalakademie, AM-Training)