

Whitney Breer

Whitney Breer ist Trainerin, Beraterin, Coach und Speaker aus Leidenschaft. Die gebürtige Amerikanerin war bereits in jungen Jahren Gastdozentin an namhaften Universitäten in den USA, Deutschland und Japan. Ihre professionelle Coaching- und Speaker-Karriere startete sie unmittelbar nach ihrem Dozenten Dasein und konzentriert sich bis heute auf die Entfaltungsmöglichkeiten von Menschen. Whitney Breer ist Expertin in positiver Psychologie, Resilienz und wenn es darum geht, Veränderungen als Chance zu begreifen und über sich hinauszuwachsen. Mit Humor, Kreativität, Leidenschaft und einem außergewöhnlichen Talent, komplexe Themen zu veranschaulichen und auf den Punkt zu bringen, motiviert und fesselt sie ihre Zuhörer. In ihren Vorträgen gelingt es ihr spielerisch, den Praxisbezug für ihr Publikum herzustellen und den Raum für individuelle Selbstreflexion zu schaffen. Ihre Botschaft ist eindeutig: Wer Veränderung im Leben möchte, muss das Leben in die eigene Hand nehmen. Whitney Breer inspiriert Sie dazu mit einer Vision des Möglichen.

„Wir sind, was wir denken – Was denken Sie?“

Themen

› Die einzige Konstante ist die Veränderung – Resilienz ist kein Pflaster für das Problem, sondern ein dauerhafter Lösungsansatz:

- Wie Sie Ihre Mitarbeiter aus der Opferrolle in eine positive Grundhaltung führen.
- Wie Sie es schaffen, die Akzeptanz der Veränderung zu erhöhen und die Fähigkeit der Selbstverantwortung der Mitarbeiter zu stärken.
- Wie Sie mithilfe der Resilienz langfristig Wege für sich und Ihr Unternehmen finden, gestärkt durch Krisen zu gehen und positiver in die Zukunft zu blicken.

› Positive Leadership – mithilfe der positiven Psychologie Menschen führen:

- Wie Sie als Führungskraft aus Ihrer Komfortzone kommen und ‚Positive Leadership‘ und deren Werte vorleben.
- Wie Sie mithilfe der positiven Psychologie Ihre Mitarbeiter in Zeiten der Veränderung erfolgreich und wertschätzend führen.
- Wie Sie „stärkenorientiertes“ Arbeiten in Ihrer Organisation fördern und implementieren.
- Wie Sie es schaffen, einen persönlichen „Flow“ Ihrer Mitarbeiter zu entwickeln und die Kombination aus Hochleistung und Arbeitszufriedenheit zu implementieren.

› Mindfulness @Work – mit sich selbst im Arbeitsleben achtsam umgehen. Arbeitsbedingter Stress ist der häufigste Grund für Langzeiterkrankungen.

- Wie Sie Ihre Fähigkeit erhöhen, sich fokussieren, zuhören und mit Stress gesund umzugehen.
- Wie Sie Wut, Ärger, Vorurteile und Ängste reduzieren können.
- Wie Sie eine positive Grundeinstellung entwickeln können.
- Wie Sie Ihr Leben mit Bedeutung führen können.

Referenzen & Presse

U. a.: Unilever, Bayer AG, BASF, Plansee, KPMG, Mondelèz AG (Milka), Hirschvogel Automotive, LSI Berlin, RWE, Congstar, WILO, Zalando

„Mit Whitney haben wir für unsere Mitarbeiter ein Programm zur Entwicklung der eigenen Widerstandskraft und Robustheit im Umgang mit beruflichen Belastungssituationen (Resilienz) entwickelt und ausgerollt. Mittlerweile haben mehr als 150 begeisterte Mitarbeiter an den individuell gestalteten Workshops und Trainingselementen teilgenommen. Als Trainerin, Beraterin und Businesscoach zeichnet Whitney sich durch ihre hohe fachliche Kompetenz, ihre enorme Kreativität sowie ihre ausgeprägte Fähigkeit, Menschen für sich zu gewinnen und zu begeistern, aus. Sie inspiriert mit Leichtigkeit und Nachhaltigkeit. Mit ihrer Kompetenz gelingt es ihr, die Mitarbeiter für den offenen und aufgeschlossenen Umgang mit mentalen Fitness Themen zu gewinnen. Ihr kultureller Hintergrund sowie die sprachliche Flexibilität tragen in vielerlei Hinsicht zur Inklusion von Teilnehmern bei einem in Teilen sehr persönlichen Themengebiet positiv zum Erfolg des Programms bei.“

Inspiration

› Menschen, Bücher und Ereignisse, die mich inspirieren:

„In Florida aufgewachsen, habe ich von Kindheit an gelernt, resilient zu sein. Ich habe gesehen, wie Hurrikans und Tornados ein Zuhause innerhalb von Minuten wegfeigen können. Trotzdem stehen wir immer wieder auf, werden nach jedem Rückschlag stärker und wissen zu schätzen, was wir haben. Jammern und Selbstmitleid kosten nur wertvolle Kraft, die wir lieber für wichtige Dinge aufbringen. Diese Erfahrungen haben mich gelehrt, nach vorne zu blicken, anzupacken und das Hier und Jetzt wertzuschätzen.“

Honorare & Sprachen

Impulsvortrag Honorargruppe E

Tagessatz Honorargruppe E

Vortragssprachen 

Reisekosten



Köln

Medien

