

## Colleen Besch Gründerin und Geschäftsführerin



### Beruflicher Werdegang

10 jährige Erfahrung im Weiterbildungsbereich, u.a. als Abteilungsleiterin der Aus- und Weiterbildung einer führenden Bank am Finanzplatz Luxemburg und als Weiterbildungsbeauftragte in nationalen und internationalen Gremien.

- 1994: Mitbegründerin von m.e.g.a performance, einem luxemburgischen Weiterbildungsinstitut, vorrangig tätig in Unternehmen. Mitgesellschafterin und Mitgeschäftsführerin bis Ende 2013. Trainerin, Coach und Supervisor, maßgebliche Beteiligung am Aufbau und am Coaching der Trainer von m.e.g.a performance.
- 2001: Beginn mit dem Tätigkeitsbereich Begleitung von Privatpersonen (Life coaching)
- 2011: Mitbegründerin von Resocay, einem Netzwerk für Studie und Förderung der Caycedianischen Sophrologie in Luxemburg und in der Großregion. Zuständig für die pädagogische Koordination der Projekte.
- 2012: Mitarbeiterin der „Belgisch-luxemburgischen Akademie für Sophrologie“. Ausbilderin im Team der Ausbilder der neuen Sophrologen in Luxemburg.

### Kompetenzen und Qualifikationen

- Master in NLP, metaphysisch psychologischer Berater, Trainer für Autogenes Training und andere Tiefenentspannungsmethoden
- Sophrologe seit 2011, in 2015 erfolgte hier der Abschluss zum „Master Spécialiste en Sophrologie Caycédienne®“
- Zusatzqualifikationen in Kommunikation und Transaktionsanalyse, mentaler Ausrichtung, Stressmanagement mit Fokus auf Unternehmen, Coaching, Seminarleitung und Erstellung von Weiterbildungskonzepten

### Schwerpunkte bei Colleen Besch coaching & training institute

- Konzepterstellung und pädagogische Koordination der Weiterbildungsprojekte
- Stressprävention im Unternehmen, Stressmanagement und work-life-balance
- Selbstsicheres Auftreten und Persönlichkeitsentwicklung
- Train the trainer, Weiterbildungsfragen im Unternehmen
- Spezifische Themen der Führungskräfteentwicklung, insb. Methoden- und Selbstmanagementkompetenz
- Begleitung und Beratung von Privatpersonen in ausgewählten Themen

### Sprachen / langues / languages

- Luxemburgisch, Deutsch, Französisch, Englisch, Basiskenntnisse in Spanisch

### Persönlicher Leitsatz / principe personnel / personal principle

„Wenn ein Mensch Hunger hat, gib ihm keinen Fisch, sondern lehre ihn zu fischen“ (Confuzius)