

Lebenslauf

Alexandra Sigg



Diplom Betriebswirtin für Tourismus, FH München

Systemischer Business Coach (Steinbeis Institut Berlin)

Systemischer Business Consultant

Unternehmerin

Trainerin & Seminarleiterin

LEBENS LAUF

Persönliche Daten

Familienname: Sigg
Vornamen: Alexandra Josefine
Geburtsort: Freiburg i.Br.
Geburtsdatum: 09.12.1967
Adresse/Kontakt Deutschland: Scheffelstr. 39
79199 Kirchzarten
Mobil: +49/ 172 / 8423737
info@avenida.de

Kontakt Ägypten: +201122888372

PERSÖNLICHES PROFIL

Dynamischer Management Professional mit fortgeschrittenen Kenntnissen in allgemeinen und Marketing-Management-Disziplinen basierend auf internationalen Standards; unternehmerisch denkend und handelnd (Unternehmer seit mehr als 25 Jahren); mehr als 13 Jahre Erfahrung in Beratung, Tourismus, Marketing, Events, Verkauf, Beratung. Business-Coaching (11 Jahre); nachgewiesene Fähigkeiten in Strategieentwicklung/-umsetzung verbunden mit organisatorischem Wandel; Erfolg bei der Steigerung der Rentabilität und Verbesserung der betrieblichen Effizienz bei gleichzeitigem Kundenservice.

Beruflicher und privater Werdegang

2020	EL Gouna Photography CEO/FOUNDER www.elgouna.photography
11/2017-12/2019	IXI TRAVEL BOOK EL GOUNA LLC. - Publishing & Marketing House CEO /JOURNALISTIN/AUTORIN www.ixi-elgouna.com
Seit 2011	Journalistin und Autorin
11/2017-2019	IXI - TRAVEL BOOK Inhaberin www.ixi-elgouna.com

2005 - heute

AVENIDA Consulting & Coaching, München
Inhaberin/Geschäftsführerin
Systemisches Business-Coaching & Consulting
www.avenida.de

Coaching-Spezialisierungen:

1. Persönlichkeitsentwicklung und Ausbau der Sozialen Kompetenzen
2. Führung (Soft Skills in der Führung, authentische Führung, Macht & Führung)
Macht- und Psychospiele in der Führung
3. Krisen (Midlife Crisis, Sinnkrisen)
4. Konflikte mit Familie, Partner, Kollegen, Chefs
5. Gesundheitsmanagement in Unternehmen u. Burnout-Prävention/-Auflösung
6. Frauen gehen in Führung
7. Beruf und Karriere (Findung/Orientierung/Wechsel)
8. Selbständigkeit/Unternehmertum
9. Psychosomatische Erkrankungen und Autoimmunerkrankungen
(begleitender Bewusstwerdungsprozess der Ursachen zur parallelen medizinischen Behandlung)

Consulting-Spezialisierungen

Punktgenaue Diagnose und Lösung von "Störfeldern" in Unternehmen in den Bereichen:

1. Führung, Macht und Mitarbeitermotivation
2. Marketing, Vertrieb
3. Personalmanagement, Personalentwicklung, Personalrecruiting
4. Betriebliches Gesundheitsmanagement
5. Mitarbeitermotivation (zzgl. Reduzierung Fehlzeiten/Mitarbeiterfluktuation)
6. Unternehmensnachfolge, Führungswechsel
7. Strategie, Vision

Zugelassen seit 2005 für folgende Coaching-Förderprogramme

- IHK für München und Oberbayern
- Bayerisches Ministerium für Wirtschaft, Vorgründungsphase
- KfW (Kreditanstalt für Wiederaufbau)
- RKW-Bank
- Bafa

2010 - 2016

Der Sinus-Cosinus-Effekt®

www.sinus-cosinus-effekt.de

Inhaberin/Geschäftsführerin

Systemische Seminare, Coachings für Führungskräfte, Manager, Unternehmer und für Privatpersonen.

Themen:

- Selbstführungsintelligenz, Soft Skills in der Führung, Selbstführung
- Systemische Führung
- Persönlichkeitsentwicklung (Selbstwert, Selbstsicherheit, Selbstverantwortung)
- Macht, Macht- und Psychospiele (vgl. Eric Berne), Konflikte, (Transaktionsanalyse)
- Krisen (Transaktionsanalyse)
- Ängste – Triebfeder und unbewusster Steuermann von Verhalten und Handlungen; „Das Paradoxon der Angst – Schutz oder Boykotteur? „Die 4 Grundformen der Angst“, Fritz Riemann
- Systemische Aufstellungen für Strukturen, Organisation, Teams, Einzelpersonen, um Unsichtbares sichtbar und bewusst zu machen.
- Mitarbeiterführung, Teamführung
- Motivation
- Gesundheitsmanagement, Gesundheitscoaching (besonders: Burnout; Depression)
- Management- und Führungspsychologie, menschliche Psychologie
- Das Paradoxon menschlichen Verhaltens
- Gelebte Werte, Ethik, Unternehmenskultur
- Integrationsmanagement (Führungswechsel und Unternehmensnachfolge)
- Beruf, Berufs-/Positions-/Führungs-/Jobwechsel; Karriere; Gehaltsverhandlungen (aus Sicht Arbeitnehmer)
- Frauen in der Führung – Frau bleibt Frau, Mann bleibt Mann in der Führung

Besonderheit: Gelöst werden in Seminaren **individuell** alle Themen eines jeden Kunden. Standards und Standard-Lösungen gibt es bei mir nicht.

2011

Coach-Zertifizierung durch Steinbeis Institut (SHB), Berlin.

Laufende Fortbildungen in den Bereichen:

- Führung und Persönlichkeit
- Systemische Aufstellungen mit Bernd Isert (Aufstellungen mit Playmobilfiguren)
- Vertiefung Transaktionsanalyse – Dr. Holger Sobansky, Business-Coach
- Quantenheilung.

- 2008 - 2011 **Seminare für Persönlichkeits-, Freiheits- und Gesundheitsentwicklung; die Psychologie des Menschen; Menschliches Verhalten verstehen und nachfühlen können.**
bei Dr. Stephan von Stepski-Doliwa
- 2010 **Ausbildung zum systemischen Business Coach (SHB)**
(Kröber Kommunikation)
Zertifiziertes Lehrinstitut der [ECA](#) (European Coaching Association) sowie anerkanntes Ausbildungsinstitutsmitglied des Deutschen Verbandes für Coaching und Training ([dvct](#)).
- 2005 - 2012 **Beobachtung und Nacharbeit von ca. 400 Aufstellungen**
und Teilnahme als Stellvertreterin an ca. 80 Aufstellungen.
- 07/2009 - 12/ 2010 **POWER_M, Gründerregio M e.V. – LMU, München**
Seminarleiterin und syst. Coach in Teilzeit (befristet auf 1,5 J.); Anzahl: ca. 150 Coachees
POWER M, gefördert von: Bundesfamilienministerium, Europäischer Sozialfonds für Deutschland, Landeshauptstadt München)
- 2004 **Haufe-Akademie, Freiburg**
Freie Mitarbeiterin und Betreuerin der Haufe-Akademie Seminare.
- 1998 - 2010 **AVENIDA Communication**
Inhaberin/Geschäftsführerin
www.avenida.de
Agentur für vertriebsorientiertes Marketing (b-to-b)
(Branchen: Gewerbeimmobilien, Bauhaupt-, Baunebengewerbe, Investment, Pharma, Dienstleistungen, Gesundheit, Biotech, Gas, Halbleiter, Verlage, Öffentlicher Sektor, Automobilzulieferindustrie uvm.)
Weitere Kunden mit ähnlichen Projekten: Jones Lang LaSalle, Landeshauptstadt München, MEAG (Tochter Münchner Rück), Rentschler Biotechnologie, Verlag MI (Süddeutsche Zeitung), Adlershof Berlin, uvm.
- 1996 bis 1998 **Wellington Finanz Beratungs GmbH, München und Paarl Grundbesitzverwaltung GmbH, München**
www.wellington-partners.com
Freie Mitarbeiterin.
Vermögensanlageberatung und Vertriebstätigkeit für gemeinnützige Stiftungen und Privatpersonen.
Produkte:
 - Beteiligungen an Erbbaurechtsgesellschaften
 - Anlagemodell mit Aktien (CCW), speziell für Stiftungen
 - Investmentfonds (Bank von Ernst, Schweiz)
 - Immobilienvertrieb in Berlin und NRW
 - Venture Capital
- 1995 bis 1996 **Kopleder & Partner GmbH, München und Berlin**
Freie Mitarbeiterin. Leitung des Büros in München.
Immobilienverkauf, Vertriebskoordination und Marketing.
- 1994 bis 1995 **LAST-MINUTE-HOTEL International GmbH, München**
Freie Mitarbeiterin. Reservierungsleiterin.
Organisation, Werbung, Marketing.
- Okt. 1990 bis Juli 1994 **Studium der Betriebswirtschaftslehre**
Fachrichtung Tourismus
Fachhochschule München
Abschluss: Dipl. Betriebswirtin (FH)
- Okt. 1990 **Umzug von Freiburg nach München**
- Feb. 1988 bis Juli 1990 **Ausbildung zur Hotelfachfrau im Colombi Hotel**
Privates First-Class-Hotel (5*), Freiburg i.Br.
Abschluss: Hotelfachfrau (IHK)

Aug. – Nov. 1987	Praktikum, Hotel Reindl Garmisch-Partenkirchen
1978 bis 1987	Humanistisches Gymnasium Kolleg St. Sebastian Stegen bei Freiburg i.Br.
1974 bis 1978	Grundschule Buchenbach

EDV und Sprachen

EDV	MS-Office, APPLE/Mac, Indesign/Photoshop/Illustrator (Grundkenntnisse)
Sprachen	Deutsch (Muttersprache) Englisch/Französisch (gut bis befriedigend) Spanisch (Grundkenntnisse) Hocharabisch (Erste Grundkenntnisse)

Dozententätigkeit

FOM, Fachhochschule für Ökonomie und Management,
München. Hauptstudium Marketing.

Hobbies und Interessen

Reisen, Wassersport (Windsurfen, Kiten, Tauchen, Wasserski), Fotografieren, Nähen,
Lesen, Schreiben, Kochen, Backen, Menschen.

Soft Skills

- Hohe Soziale Kompetenzen
- Selbstführung und Persönlichkeitsentwicklung
- Klarheit
- Bewusstsein und Wissen für menschliches Denken, Fühlen, Tun
- Analytischer Verstand
- Erfinder-/Entwicklungsgeist, hohe Kreativität beim Lösen von Problemen
- Hohe interdisziplinäre Transferfähigkeiten
- Talent, Gruppen und Menschen schnell zu öffnen und zu führen
- Humorvoll, wortgewandt, motivierend und emphatisch
- Kommunikationsstark, selbstsicher, willensstark
- Sehr gute Beobachtungsgabe
- Fair und konsequent, mutig und loyal
- Werte schätzend und reflektierend
- Vorausschauend und visionär
- Selbständig, lösungs- und zielorientiert, Selbst-Starterin
- Unternehmerisch denkend und handelnd
- Naturverbundener Optimist
- Fähigkeit, das "Gesamtbild" eines Projektes zu erfassen
- Entscheidungsstark und hohes Verantwortungsbewusstsein
- Entschlossen und risikofreudig
- Fähigkeit, Probleme "vorherzusehen" und bereits im Vorfeld darauf zu reagieren

Geeignet für den Einsatz bei berufstätigen Menschen und Unternehmen (GU/KMU):

- Entwicklung (Persönlichkeit, Führung, Gesundheit, Team, Macht)
- Management, Führung
- Stress-, Krisen- und Konfliktmanagement
- Unternehmensnachfolge
- Change-Management
- Organisationsentwicklung
- Führungswechsel; Integrationsmanagement
- Umstrukturierung
- Change-Management
- Kreativität für Lösungen / neue Lösungswege (u.a. Projektmanagement)
- Beseitigung von Widerständen, Hindernissen, Blockaden, Verstrickungen, Verwicklungen

Ungeeignet für:

- Routineaufgaben
- Arbeiten nach vorgegebenen Schematas "Schema F"