

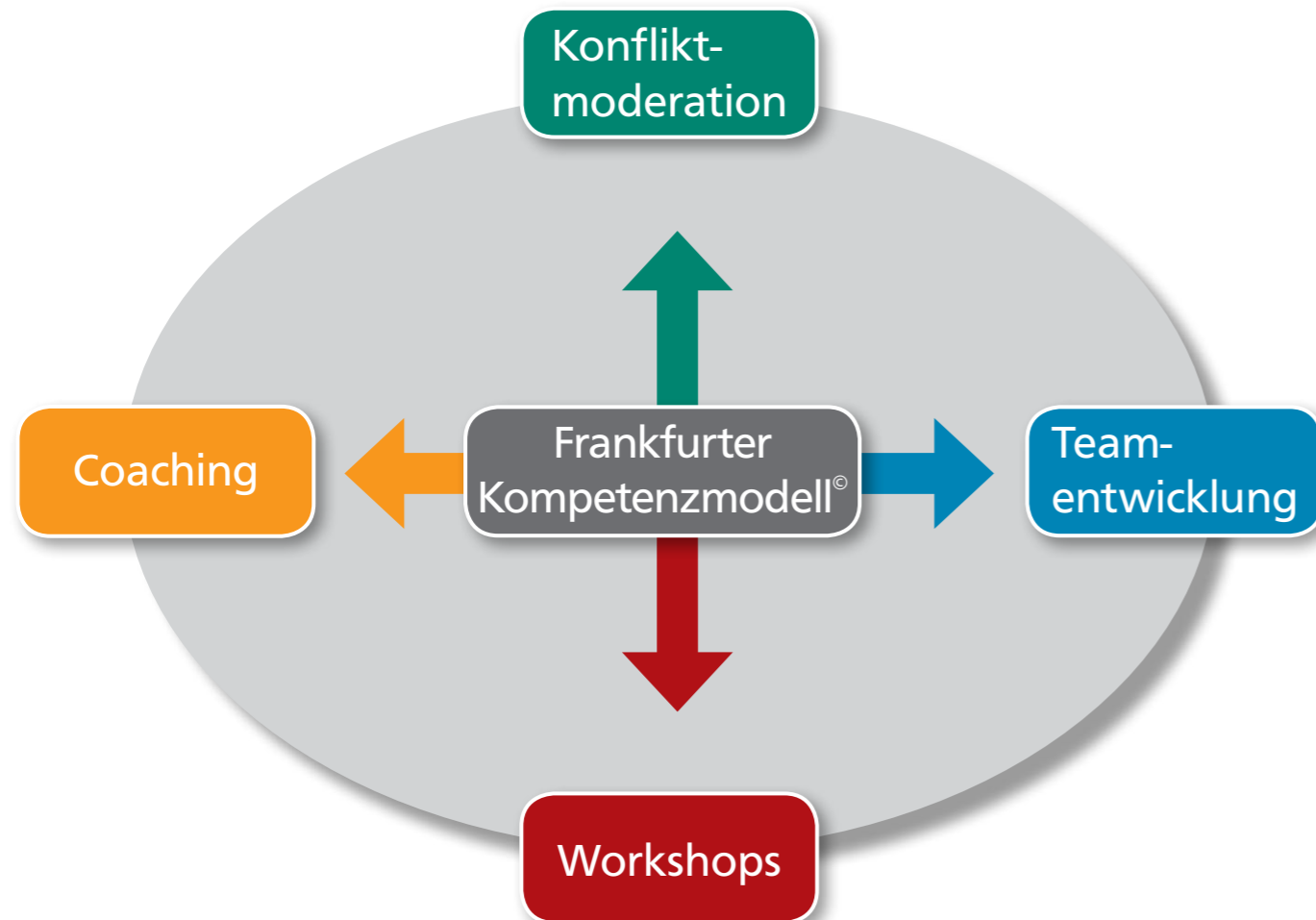
# Plan C

Kompetenzentwicklung



Professionelle Beratung  
für Organisationen

- ➔ Coaching
- ➔ Teamentwicklung
- ➔ Konfliktmoderation
- ➔ Workshops



*Psychologie für Organisationen  
Mit Kreativität und Konzept*



### Plan C Kompetenzentwicklung

Manchmal braucht man einfach einen guten Plan. Und den richtigen Businesspartner. Sie suchen eine professionelle Beratung für Ihr Unternehmen? Kreative Lösungswege bei Konflikten? Gehaltvolle und gut strukturierte Workshops mit echtem Praxisnutzen? Oder einfach einen erfahrenen Coach?

#### Willkommen bei Plan C!

Plan C bietet professionelle Beratung und Fortbildungen für Menschen in Organisationen:

- Coaching
- Teamentwicklung
- Konfliktmoderation
- Workshops

Sprechen Sie mich an!

Coaching



*„Schon unser erstes Coaching-Gespräch war für mich ein voller Erfolg und hat erhebliche positive Nachwirkungen.“  
(Führungskraft, Coaching)*

**Coaching – der Weg für Professionals**

Coaching stärkt Führungskräfte und Professionals im Umgang mit beruflichen Herausforderungen, Veränderungsprozessen oder bei der Vorbereitung auf neue Rollen und Aufgaben.

**Coaching bei Plan C heißt:**

Ziele klären, Erfahrungen reflektieren, andere Perspektiven einnehmen und Strategien entwickeln. Unterstützt durch einen erfahrenen Coach und ein vielseitiges Methodenrepertoire – von lösungsorientierten Fragentechniken über Videofeedback bis hin zu Mentaltraining und Hypnotherapie.

Und das in einem freundlichen Ambiente und entspannter Atmosphäre.

Team-entwicklung



*„Die Workshops sind klar strukturiert, anwendungsbezogen und lösungsorientiert. Ich kann die Teamentwicklung von Frau Eilles-Matthiessen absolut weiterempfehlen.“  
(Teilnehmerin Teamentwicklung)*

**Teamentwicklung – mit Fokus auf Stärken Ziele erreichen**

Der Start eines neuen Projekts, Veränderungen der Aufgaben und Rollen, Klärungsbedarf oder Konflikte? Die Anlässe für eine Teamentwicklung sind vielfältig.

**Teamentwicklung bei Plan C heißt:**

Ich richte die Aufmerksamkeit auf Stärken, Ressourcen und die Zukunft des Teams. Ich stelle Fragen und fördere Klärungsprozesse: Welche Ziele und Aufgaben hat das Team? Wie laufen Entscheidungsprozesse ab? Wie gestaltet sich die tägliche Zusammenarbeit? Und wie soll das in Zukunft sein?

Diese und andere Fragen steuern den Prozess - hin zu konkreten Schritten und praxistauglichen Lösungen.

Konflikt-  
moderation



„Professionalität, Humor,  
fordernd, Kompaktheit,  
Vorbildfunktion, menschlich,  
wertschätzend.“  
(Teilnehmer Konfliktworkshop)

**Konfliktmoderation – der Weg bei dem Alle gewinnen**

Konflikte in Organisationen sind alltäglich. Aber: Ein destruktiv verlaufender Konflikt belastet die Beteiligten und beeinträchtigt Leistungsfähigkeit, Motivation und Gesundheit am Arbeitsplatz. Und kostet Geld.

**Konfliktmoderation bei Plan C heißt:**

Einen sicheren Rahmen schaffen, Ziele vereinbaren, unterschiedliche Sichtweisen zulassen und mit gemeinsam entwickelten Lösungen Motor für positive Veränderungen sein.

Ein Weg, bei dem Alle gewinnen: konstruktiv, wertschätzend und auf Augenhöhe.

Workshops

„Dieser Workshop hat mir  
den Glauben an das Konzept  
Weiterbildung wiedergegeben.“  
(Teilnehmer Führungsworkshop)



**Workshops – mit Struktur und Kreativität Neues lernen**

Sie suchen für sich oder Ihre Mitarbeiter einen kurzweiligen, gehaltvollen und gut strukturierten Workshop? Sie legen Wert auf erfahrungsorientiertes Lernen und eine konstruktive Atmosphäre?

**Workshops bei Plan C heißt:**

Zielorientierte Kompetenzentwicklung, die Integration aktueller Themen und wissenschaftlicher Erkenntnisse. Dabei praxisbezogen, strukturiert und auf Ihren Bedarf hin konzipiert. Meine Expertise? Selbstmanagement, Konfliktmanagement und Führung. Für eine detaillierte Liste von Modulen und Themen - sprechen Sie mich an!

Meine Workshops sind nachweislich als sehr gut evaluiert.



*„Herausragende Trainerin: Vielfalt an Methoden mit Sinn und Zweck, abwechslungsreiche Sozialformen: beratende Funktion, sich selbst zurücknehmend, sehr praxisorientiert: super. Nicht Theorie überflutet!“*

*(Teilnehmerin Selbstmanagementworkshop)*

## Methoden – vielseitig und erfahrungsorientiert

Das zentrale Arbeitsinstrument in der Beratung ist eine aufmerksame, nicht wertende und reflektierte Haltung. Ich arbeite kompetenzaktivierend und ressourcenorientiert und verbinde dabei Methoden aus bewährten und evaluierten Konzepten, zum Beispiel:

- systemische und lösungsorientierte Fragen
- wissenschaftlich fundierte Diagnostik
- Mentaltraining, Übungen und Rollenspiele
- Videofeedback
- Hypnotherapie

Die Methoden werden sorgfältig ausgewählt, mit dem Kunden abgestimmt und jederzeit transparent gemacht.

## Ich bedanke mich bei unseren Kunden für die vertrauensvolle und erfolgreiche Zusammenarbeit!

DekaBank, Frankfurt  
 Deutsche BKK, Stuttgart  
 Deutsches Institut für Internationale Pädagogische Forschung  
 Deutscher Wetterdienst (DWD), Offenbach  
 Fachhochschule Frankfurt  
 Fairness-Stiftung gem. GmbH, Frankfurt  
 Frankfurt Graduate School for the Humanities and Social Sciences  
 Gleichstellungsbüro der Universität Frankfurt  
 Goethe Graduate Academy (GRADE)  
 Hessische Stiftung Friedens- und Konfliktforschung, Frankfurt  
 Hessischer Rundfunk (HR), Frankfurt  
 Hu-Friedy Mfg. Co., Inc., Medizintechnik  
 J.W. Goethe Universität, Frankfurt  
 KfW Bankengruppe  
 KfW IPEX Bank  
 Mentorinnen Netzwerk für Frauen in Naturwissenschaft und Technik  
 Ministerium für Wissenschaft, Baden-Württemberg  
 Pro Professur, Frankfurt  
 Universitäten (Darmstadt, Duisburg-Essen, Kassel, Köln, Ludwigsburg, Mainz, Marburg, Siegen)  
 Universität Wien  
 Swets Information Services GmbH  
 Stadtverwaltung Innsbruck  
 Stadtverwaltung Offenbach  
 Stadtverwaltung Mainz  
 Software AG, Darmstadt

*Psychologie für  
Organisationen*

*Mit Kreativität  
und Konzept*

## Dr. Claudia Eilles-Matthiessen

Studium der Psychologie in Frankfurt/Main

Promotion im Bereich angewandter Führungsforschung

Seit 2001 selbstständige Beraterin und Coach, Autorin mehrerer Fachpublikationen

Lehrbeauftragte für Organisationspsychologie, Universität Frankfurt

2010 und 2014 – „Preis für hervorragende Lehre“ der Fachschaft Psychologie

### Aus- und Fortbildungen:

2013 Curriculum Hypnotherapie, Milton Erickson Institut, Frankfurt

2012 Fortbildung Beratung und Therapie bei Depressionen und Burn-out (Ortwin Meiss)

2011 Fortbildung Hypnosystemische Konzepte im Change Management (Gunther Schmidt)

2010 Fortbildung Organisations- und Unternehmensberatung (Oliver Martin, Trigon)

2009 Fortbildung Mentale Stärken (Ortwin Meiss)

2008 Fortbildung Integrale Business Beratung

2007 Fortbildung Hypnosystemische Konzepte der Team- und Organisationsentwicklung (Gunther Schmidt)

2005 Coachingausbildung (anerkannt vom Deutschen Bundesverband Coaching, DBVC)

1998 Psychotherapeutische Grundausbildung (kognitive Verhaltenstherapie)



## Plan C in Frankfurter Top-Lage

Sie finden mich in hellen und schönen Räumen in der Frankfurter Innenstadt, direkt gegenüber dem Hotel Steigenberger Frankfurter Hof, an der U-Bahn-Station Willy-Brandt-Platz oder in wenigen Minuten über Frankfurt Hauptwache erreichbar.

Ich freue mich auf Ihren Besuch.





### **Plan C Kompetenzentwicklung**

Dr. Claudia Eilles-Matthiessen  
Friedensstraße 9  
D - 60311 Frankfurt am Main

Telefon: +49 (0) 69 / 272 732 40  
Mobil: +49 (0) 172 / 960 93 11  
Web: [www.plan-c-frankfurt.de](http://www.plan-c-frankfurt.de)  
E-Mail: [mail@claudia-eilles.de](mailto:mail@claudia-eilles.de)