

RESILIENZ. Alle reden darüber, aber warum sind Stehauf-Qualitäten wichtiger denn je? Und was können Unternehmen konkret tun, um ihre Organisation und ihre Mitarbeiter resilienter zu machen? Prof. Dr. Jutta Heller zeigt in ihren Vorträgen, wie es geht. Ohne Fachchinesisch und Buzzword-Bingo, aber mit vielen Aha-Momenten.



LIVE ERLEBEN  
AUF YOUTUBE

Prof. Dr. Jutta Heller zählt zu den gefragtesten Rednerinnen zum Thema Resilienz. Ob 10, 50 oder 500 Zuhörer: Schwungvoll, charmant und praxisnah sensibilisiert sie Führungskräfte und Mitarbeiter für die Kernkompetenz der Zukunft. Die charismatische Rednerin inspiriert und motiviert und gibt wertvolle Impulse, wie Unternehmen Veränderungen und Krisen erfolgreich meistern.

Prof. Heller war über zehn Jahre Professorin für Training & Business Coaching und ist seit 30 Jahren selbständige Beraterin, außerdem zertifizierte Rednerin, Senior Coach (DBVC), Autorin und Leiterin der Zertifikats-Ausbildung „Resilienzberatung“.

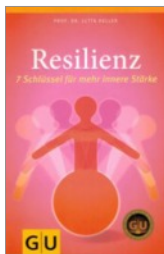
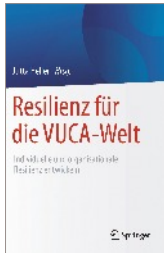
## PROF. DR. JUTTA HELLER REDNERIN. KEYNOTE-SPEAKERIN. AUTORIN.



*„Nicht nur ein Vortrag, sondern aktive Mitentwicklung der Teilnehmer“,  
„Tipps, die man im Alltag nutzen kann“, „Sehr kurzweilig“*

TeilnehmerInnen eines  
Resilienzvortrags an der ADG

Zertifizierte Professional  
Speakerin (GSA)



# VORTRAGSTHEMEN

VARIABEL VON 45 BIS 90 MINUTEN.

## RESILIENZ FÜR UNTERNEHMEN: VERÄNDERUNGEN AKTIV GESTALTEN.

Es gibt Unternehmen, die nichts aus der Bahn zu werfen scheint. Sie besitzen ein Risiko-Radar und bleiben bei Veränderungen und Krisen handlungsfähig. Was unterscheidet diese Unternehmen von anderen? Orientiert an der ISO-Norm für organisationale Resilienz stellt der Vortrag neun relevante „Stellschrauben“ vor und identifiziert mit einem Quickcheck konkrete Handlungsoptionen.

## DAS WIRFT MICH NICHT UM: MIT RESILIENZ STARK DURCHS LEBEN.

Ritterrüstung oder Lotus-Effekt – welche Strategie ist bei Belastungen sinnvoll? Weder noch! Machen Sie es wie das Känguru, das kraftvoll, aber flexibel auf seine Umgebung reagiert und so auch schwierige Situationen ausbalanciert. Humorvoll erklärt Jutta Heller, wie sich Resilienz trainieren lässt – eine Metaphorik, die speziell die Sinne von Frauen anspricht.

## INDIVIDUELLE RESILIENZ: FITNESS FÜR STÜRMISCHE ZEITEN.

Der Umgang mit schwierigen Situationen ist nicht neu. Neu ist aber, dass Führungskräfte und MitarbeiterInnen durch die Komplexität der VUCA-Welt an ihre mentale Belastungsgrenze geraten. Neben einer Selbstdiagnose und Reflexionsübungen bietet der Vortrag auf Basis der 7 Resilienzschlüssel praxisnahe Tipps zur Aktivierung der individuellen Widerstandskraft – für starke Teams und gesunde MitarbeiterInnen.

## ICH SCHAFFE DAS: MIT SELBSTWIRKSAMKEIT STARK SEIN.

Stark wie ein Bär, schlau wie ein Fuchs – oder doch der Ochse im Joch? Die verschiedenen Anteile unserer Persönlichkeit setzen uns unter Druck und machen Entscheidungen schwer. In diesem Vortrag zeigt Jutta Heller, wie sich mit Hilfe von Tiermetaphern ein gezielter Zugriff auf die individuellen Ressourcen entwickeln lässt und so das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten steigt.

## VERTRAU AUF DICH: LEICHTER MIT VERÄNDERUNGEN UMGEHEN.

Umbruchsituationen führen häufig zum Gefühl des Kontrollverlusts. In ihrem Vortrag zeigt Jutta Heller am Beispiel des Kängurus, wie sich Veränderungskompetenz erlernen lässt. Sie möchte Lust machen, Neues zu wagen, die eigene Wirkmächtigkeit auszubauen und so den Herausforderungen des Wandels mit mehr Leichtigkeit zu begegnen.

## INDIVIDUELL & PRAXISNAH FÜR ...

- ✓ Messen, Tagungen, Kongresse
- ✓ Mitarbeiterveranstaltungen
- ✓ Kundenveranstaltungen
- ✓ Kick-Off-Events
- ✓ Change-Auftaktveranstaltungen
- ✓ Führungskräfte-Meetings
- ✓ Netzwerk-Events

Auf Wunsch mit Handout

**REFERENZEN:** Akademie Deutscher Genossenschaften (ADG) | AOK NordWest | Deutsche Versicherungsakademie (DVA) | Gesundheitsverbund Landkreis Konstanz | Management Forum Starnberg | Kao Germany | Klinikum Landshut | Krankenhaus der Barmherzigen Schwestern Ried | Krisendienst Würzburg | Management School St. Gallen | Polizei Nordrhein-Westfalen | Provinzial Versicherung | Saarpfalz-Kreis Koordinierungsstelle Frau & Beruf | Siemens | Sparkassenakademie Bayern | Spitalverbund Oberwallis | Universität Kiel

## VORTRAG ANFRAGEN

Prof. Dr. Jutta Heller  
kontakt@juttaheller.de  
+49 911 27861770

Weitere Informationen unter  
[www.juttaheller.de/vortrag](http://www.juttaheller.de/vortrag)