

2004

Initiierung des gesundheitspräventiven Projekt **MiCasa®**, bei dem die klassische Schulmedizin kombiniert wird mit der bewussten Persönlichkeitsentwicklung. Mein Schwerpunkt liegt in der ganzheitlichen, bewussten Persönlichkeits- und Organisationsentwicklung, welche ich bereits erfolgreich bei meinen Klienten und mir selbst einsetze.

Berufserfahrung

Seit 2000 selbständige Beraterin für erfolgreiche Geschäftsführung, Personal- und Organisationsentwicklung, Persönlichkeits-, Karrieretraining und **Gesundheitsmanagement (MiCasa®)**, PRANA-Therapeutin

Ganzheitliche Personal-/Organisationsentwicklung, die lösungs-, ressourcen-, zielorientiert und nachhaltig ist;

**Systemisches Coaching**

(Einzel- und Teamcoaching)

in allen Bereichen;

**Organisationsaufstellungen**

Kommunikation (u. a. „Gewaltfreie Kommunikation“ nach Marshall B. Rosenberg)

**Gesprächsführung,**

verbale und nonverbale Kommunikation;

**Beziehungsmanagement,**

Konfliktlösungen, Motivation,

Moderation/ Mediation;

Selbstmanagement und

Selbstdarstellung **Prävention**

gegen Stress

allgemein, Burn-out-

Syndrom, Mobbing und Sucht; Gedankenhygiene



Profil

Personalentwicklung  
Organisationsentwicklung

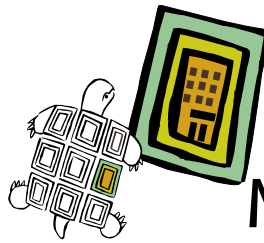
Öffnung der eigenen **Selbstheilungskräfte** aus sich selbst heraus; verschiedene Entspannungstechniken zur **Gesundheitsförderung**; „Lebenskrisen“ in Chancen wandeln; **gesunder Schlaf**; Suchtprävention; Gedankenhygiene, Ernährung, Bewegung, PRANA-Psychotherapie; Salutogenesicher Ansatz; Gesundheitsförderung für Führungskräfte

Gesundheitsmanagement  
(MiCasa®)

BA & VWA Hessische Verwaltungs- und Wirtschafts-Akademie Frankfurt am Main/ Darmstadt  
Speziell zum Thema: betriebliches Gesundheitsmanagement, Unternehmensführung und Projektmanagement.

Dozentin

FOM Hochschule für Ökonomie & Management, Frankfurt/M., bis zum Master für Unternehmens- und Mitarbeiterkommunikation, psychosoziale Interaktionen & Beziehungen sowie Gesundheits- und Sozialmanagement



Handwerkskammer Wiesbaden, Molkering II  
zu den Themen: Gesundheitsförderung, Qualifizierung und Wiedereingliederung von  
arbeitsuchenden Menschen, Persönlichkeitsentwicklung und soziale Kompetenzen

IHK-Offenbach am Main  
speziell zum Thema „Gesundheitsförderung“ und soziale Kompetenzen  
Vorträge und Workshops in 2008:  
„Was Menschen stärkt – stärkt auch Unternehmen“  
„Schließen Sie Freundschaft mit Ihrem inneren Schweinehund“...  
Zertifizierungslehrgang zum „IHK-Profi für betriebliches Gesundheitsmanagement“.

Rationalisierungs- und Innovationszentrum der deutschen Wirtschaft e. V.  
(RKW), Eschborn

RKW Beraterin

BMW (Bundesministerium für Wirtschaft) und KfW (Kreditanstalt für  
Wiederaufbau)

Gelistete Beraterin

Entwicklung eines MarktEintrittsKompetenzCheck (MEKC) für KMUs mit  
eigenem Kompetenzprofil für Personal, Qualifizierung und Kommunikation,  
sowie Mitglied in der Arbeitsgruppe „Praxis guter Personalarbeit“

Expertenrunden  
RKW

Mehrjährige Erfahrung im Controlling und in der Personalführung (Braun AG  
in Kronberg, IFH-Institut für Hotelmanagement in Frankfurt, während des  
Studiums — Knebel-Basten-Eberle GmbH, Steuerberatungskanzlei in Sulzbach)

Tätigkeiten bis zu  
meiner Selbständigkeit

mehrjährige **Projekterfahrungen im sozialen Bereich**  
(Stiftung Blindenanstalt in Frankfurt/M.)

**Mitarbeit** an dem Buch „Leitfaden zur erfolgreichen Bewerbung“ für  
Schwerbehinderte und chronisch erkrankte Menschen, die Arbeit suchen  
Stiftung Blindenanstalt, Frankfurt am Main

Vorbereitung und Durchführung von **Bewerbertrainings**,  
Stiftung Blindenanstalt, Frankfurt am Main

01/2006

Initiatorin und Leiterin des „Schwalbacher Unternehmertreffs“ in  
Kooperation mit der Stadt Schwalbach am Taunus, Wirtschaftsförderung

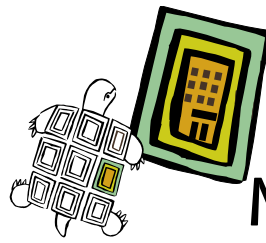
Ehrenamtliche  
Tätigkeiten

1998 – 09/2005

Vorsitzende der bundesweiten Stiff-man-Syndrom Gesellschaft  
Deutschland e.V.

1998

Initiatorin und Gründerin der bundesweiten Stiff-man-Syndrom Gesellschaft  
Deutschland e.V.



2000

Beraterinnen-Werkstatt bei RKW-Hessen

Ausbildungen

1997

Abschluss Dipl. Betriebswirtin (FH) Frankfurt am Main mit den Studienschwerpunkten: Personal-, Sozial- und Steuerwesen

1984

Bürokauffrau bei der Firma Braun AG , Kronberg

**Arbeitsrecht**, Organisationsaufstellungen, verschiedene Führungsseminare/ Managementseminare, **Persönlichkeitsentwicklung** in Form von mehreren Bewusstwerdungsseminaren, Ausbildung zur spirituellen Selbstintegration, **Prana-Therapeutin** nach Master Choa Kok Sui (Prana-Zertifikat I, II und Prana-Psychotherapie bei Sai Choletti), Schulung für HRV-Scanner zum Messen von Stress und Weiterbetreuung mit dem Stress-Piloten & BioFeedback.

Weiterbildungen

ALLIANZ Deutschland AG

Blutuntersuchungen & Stressmessungen für 306 Mitarbeiter

Referenzen

LOGICA Deutschland GmbH & Co.KG

Stressmessungen im Rahmen eines Gesundheitstages in Frankfurt, Hennef, Hamburg, Stuttgart

M. A. Markus Alt – Tiefbau GmbH

Mitarbeiter- und Führungskräftecoachings

M:Pro IT Consult

Workshops zum Thema Stressmanagement für alle Mitarbeiter sowie Einzelcoaching

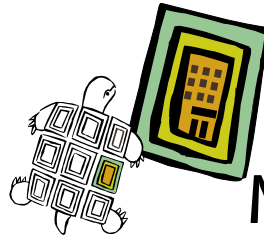
BA / VWA Hessische Verwaltungs- und Wirtschaftsakademie

& FOM Hochschule für Ökonomie & Management  
u. a. Betreuung von Bachelor- / Master- und Diplomarbeiten

... weitere Referenzen auf Anfrage.

Universität Tübingen, Institut für Erziehungswissenschaft,  
Lehrstuhl Erwachsenenbildung/Weiterbildung  
Zertifizierungslehrgang **PROFI FÜR BETRIEBLICHES  
GESUNDHEITSMANAGEMENT**

Kooperation



## Auszeichnungen

Im Dezember 2003 wurde ich vom Kreisausschuss des Main-Taunus-Kreises, zum Tag des Ehrenamtes, öffentlich ausgezeichnet:

- für die Unterstützung der Menschen, die an der seltenen Krankheit „Stiff-man-Syndrom“ erkrankt sind
- für den neuen Lebensmut und das Aufzeigen von Wegen mit der Erkrankung zu leben
- für den Aufbau der SMS-Gesellschaft und
- für das Organisieren von Deutschland weiten Treffen

Auszug aus der Urkunde: „Durch ihr persönliches Engagement gibt sie den betroffenen Menschen in den guten und schlechten Tagen neue Kraft und Stärke, und trägt deshalb wesentlich zur Integration und zur gemeinsamen Teilhabe am gesellschaftlichen Leben bei.“

RKW-Kompetenzzentrum / RKW-Hessen in 09/2011,

„Arbeitgeberattraktivität – Handlungsfelder für das Personalmanagement“  
Gemeinschaftsveröffentlichung des RKW-Expertenkreis,  
Praxis guter Personalarbeit in kleinen und mittleren Unternehmen

## Presse und eigene Veröffentlichungen

Schriftenreihe für Berufs- und Betriebspädagogik, Band 4  
Trauner Verlag 01/2011, Herausgeber: Johann-Kepler Universität -  
Institut für Pädagogik und Psychologie, Linz  
„Training in der Bildungsgesellschaft. Praxiserprobte Konzepte“  
Eigener Beitrag: „Work-Life-Balance“

RKW-Kompetenzzentrum / RKW-Hessen in 08/2010,

„Mitarbeiterbindung und Leistungsfähigkeit“  
Gemeinschaftsveröffentlichung des RKW-Expertenkreis,  
Praxis guter Personalarbeit in kleinen und mittleren Unternehmen

Offenbacher Post, 02/2008

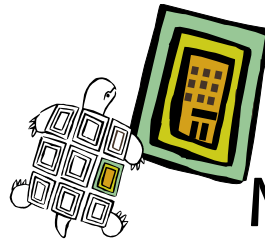
„Warnsignale früh erkennen und Motivation steigern“  
Gesundheitsförderung wichtig für Unternehmen

RKW-Kompetenzzentrum (Homepage), 03/2007

„Personal und Qualifizierung im international aktiven Unternehmen“

RKW-Magazin, 11/2006, Seite 20-22

„Was Menschen stärkt – stärkt Unternehmen“



RKW-Magazin, 05/2006, Seite 7

„Expertenrunde MarktEintrittsKompetenzCheck“

Frankfurter Neue Presse, 03/2006

„Der Unternehmertreff soll sich zur Ideenschmiede mausern.“  
(Portrait Cornelia Buhl)

Frankfurter Rundschau, 08/2005

„Wem es gut geht, der leistet auch mehr“

Frankfurter Rundschau 04/2005

„Gesund und erfolgreich“

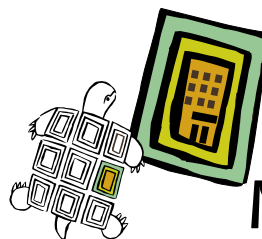
Frankfurter Rundschau, 12/2003

„Über Eigenliebe zur Eigenverantwortung“

Frankfurter Rundschau, 9/2002

„Die Seele leeren und sie lehren, im Jetzt zu sein“

Gesundheitsmanagement & Beratung



MiCasa®



Cornelia Buhl  
(Dipl. Betriebswirtin)  
Friedrich-Ebert-Str. 46  
65824 Schwalbach am Taunus

Telefon +49 (0) 61 96/56 85 24  
Fax+49(0)61 96/568521  
Mobil+49(0) 170/ 8614170

[www.micasa-beratung.de](http://www.micasa-beratung.de)  
[cornelia.buhl@micasa-beratung.de](mailto:cornelia.buhl@micasa-beratung.de)

Das Team:

Frau Dr. med. Marion Abeling  
Bad Soden am Taunus  
Schmerzärztin,  
Akkupunktur und  
Naturheilverfahren

Herr Dr. med. Klaus-Peter Sniehotta  
Schwalbach am Taunus,  
Internist