



# JULIUS KNEIST

## AUSBILDUNG & BERUFSERFAHRUNG

- > Business Trainer (TAM & BDVT), Schwerpunkt multimodales Stressmanagement (zertifiziert für BGM)
- > Makler für Versicherungen und Investment
- > Jobcoach bei TRANSFER GmbH
- > B.Sc. Psychologie an der Fernuniversität Hagen
- > SUP – Instructor (VDWS)

## DAS BIN ICH

### Mein Motto

Befähigen und begeistern, damit die Lebensfreude bleibt.

### Was mir wichtig ist

Offenheit, Wertschätzung, Zuverlässigkeit, Mut für Neues

### Was ich erreichen will

Leistungsfähigkeit und Wohlbefinden durch Stressmanagement erhöhen

### Wie ich vorgehe

Stress ist individuell und komplex. Daher müssen Strategien zur Bewältigung ebenso individuell angepasst und entwickelt werden. Als Trainer für Stressmanagement ist es meine Aufgabe, diese Strategien mit Einzelpersonen und Teams zu erarbeiten und auf dem eurem Weg in ruhigere Gewässer zu begleiten.

### Was ich mag

Draußen zu sein (von Wassersport bis Seminare), Gastgeber zu sein, Essen gehen und kochen, Neues auszuprobieren

## AKTUELLE REFERENZPROJEKTE

**V-Line Group** (Online-Training Zeit- und Selbstmanagement, Outdoor-Training zur Selbstkenntnis)

**BS-Partnerservices GmbH** (Workshop auf Geschäftsführertagung, Stressmanagementtraining)

**TauRes GmbH** (Workshops zur Persönlichkeitsentwicklung und „Richtiges Nein sagen“)

**DB Akademie** (Outdoortraining für obere Führungskräfte)

**TAM-Akademie** (Stressmanagementtraining)

**VR Smart Finanz** (Online-Workshop Grundlagen Stressmanagement)

Sprachen: Deutsch

Mobil: 0157 54229939

Mail: [julius.kneist@firm-leipzig.de](mailto:julius.kneist@firm-leipzig.de)



***firm*** TRAINING SEMINARE

firm Training & Seminare  
Weißenfelser Straße 67 | 04229 Leipzig  
[www.firm-leipzig.de](http://www.firm-leipzig.de)