



trainer, berater, coach

Hilâl Atalay-Mestchen

name **Hilal Atalay-Mestchen**
firma mahr business development gmbH
geburtsdatum 28.11.1973
adresse Max-Fischer-Str. 24
86399 Bobingen
telefon 0821 - 710 588 90
telefax 0821 - 710 588 91
telefon mobil
e-Mail h.atalay@mahr-bd.com

schulbildung / ausbildung

1995	• Abitur
2002	• Erstes juristisches Staatsexamen, LMU München, Schwerpunkt: Internationales Privatrecht (IPR)
1998-2002	• Hochbegabtenförderung der Heinrich-Böll-Stiftung
2002-2006	• Referendariat
2006	• Zweites juristisches Staatsexamen, LMU München
2007	• Fachanwaltsausbildung für Arbeitsrecht
2016	• Trainerausbildung

beruflicher werdegang

1998-2002	• Pressearchiv, Bayerische Landeszentrale für neue Medien (BLM)
2008	• Rechtsabteilung O2, Betreuung der Abteilung Human Resources in arbeitsrechtlichen Fragestellungen
2006-2012	• Rechtsanwältin, Schwerpunkt Arbeitsrecht und Familienrecht, München
2010-2016	• Rechtliche Betreuerin, Betreuungsverein für Münchner Bürgerinnen und Bürger
2010-2016	• Gerichtsdolmetscherin für türkische Sprache
2010-2016	• Dozentin für Betreuungsrecht
2016-heute	• Trainerin, Beraterin und Coach

eigene weiterbildung

- Rhetorik
- Mediation/ Konfliktmanagement
- Coaching
- Trainerausbildung Schirmmacher Group, Trainerdiplom
- Ausbildungen in gruppendynamischen Prozessen und humanistischer Psychologie
- Work- Life- Balance
- Verhandlungsmanagement
- Selbstmanagement, Zeitmanagement
- Meditation
- Yoga
- Gewaltfreie Kommunikation
- Ausbildung in positiver Psychologie

trainingsschwerpunkt

- Kommunikation und Gewaltfreie Kommunikation
- Führungskräfte trainings
- Konfliktmanagement- Trainings
- Work- Life- Balance
- Führung
- Führen ohne hierarchische Macht, laterales Führen
- Selbstmanagement, Zeitmanagement
- Kommunikation

sprachkenntnisse

- Trainings auf Englisch und Türkisch möglich

ausgewählte referenzen

- Auf Anfrage gern

persönliche stärken

- Sicheres und ruhiges Auftreten
- Zielgerichtet und ergebnisorientiert
- Schnelle Auffassungsgabe
- Gründliche Arbeitsweise
- Hohes Energieniveau, Arbeitstempo und Leistungsniveau
- Verantwortungsbewusst und integer
- Offen für unkonventionelle Lösungen
- Neugierig, freudvoll und begeisterungsfähig
- Rasche, übergreifende Analyse
- Blick für den wirksamsten Hebel und den besten Zeitpunkt
- Prozessorientierter und ganzheitlicher Blick auf die Systeme
- Interkulturelle Kompetenz
- Hohe Empathie
- Starke Wahrnehmungsfähigkeit und Intuition
- Klare und wertschätzende Kommunikation
- Breite Allgemeinbildung

eigenes trainingsverständnis

- Mein Leitsatz: „In jedem Menschen ist ein gesunder, kreativer und wahrhaftiger Kern, der es ihm ermöglicht, den Herausforderungen im Leben und Beruf kraftvoll zu begegnen und Lösungen zum Wohle aller zu finden.“
- Mit diesem Leitsatz stärke ich die Menschen, ihre Lösungen in jeweiligen Situationen zu finden. Ich lasse die Verantwortung für das Handeln beim jeweiligen Handelnden. Ich helfe ihm, seinen Weg zu finden und zu gehen, weise ihn auf Hindernisse hin und lasse ihn die Erfahrungen machen, die er braucht, um zum Ziel zu kommen.
- Authentizität, gegenseitiger Respekt und Wertschätzung ist Voraussetzung für erfolgreiche Zusammenarbeit.

feedbacks von kunden und seminarteilnehmern

- Hilâl Atalay-Mestchen sieht Dinge in großen und übergeordneten Zusammenhängen, die Mut machen, dieser übergeordneten Spur zu folgen.
- Sie ist ein ermutigendes Gegenüber, wenn es um das Überschreiten schwierigen Terrains geht.
- Ich fühlte mich in jeder Minute, auch wenn es um meine Schwierigkeiten ging, geborgen und wohl. Du verurteilst Menschen nicht. Deswegen kann man sich bei Dir öffnen.
- Deine natürliche Autorität ist sehr tragfähig und belastbar.
- Eine Visionärin mit ungewöhnlicher Willenskraft, Hindernisse zu überwinden, die dabei das Wohl der Gesellschaft, des Lebens und des Planeten im Auge behält.
- Ihr Horizont ist himmelweit und über jeden Tellerrand hinaus.
- Es gibt in einem Leben eine Zeitrechnung – vor und nach dem Training mit Hilal. Ich kann es nicht in Worte fassen aber ich sehe auf einmal mich und mein Leben anders und habe richtig Lust, jeden Tag die gewaltfreie Kommunikation zu üben. Ich bin richtig begeistert und bringe die GFK nun meiner Familie bei.

**feedbacks von kunden und
seminarteilnehmern**

- Bei all den anderen Trainern vorher war es so: Sie stehen da und erklären etwas, man macht Übungen und man vergisst es wieder. Seit dem letzten Training sind 5 Monate vergangen und ich muss sagen, ich bin verändert. Ich habe auf einmal verstanden, worum es in der Kommunikation geht. Ich hatte diese Dinge alle schon einmal gehört aber verstanden habe ich es erst mit Dir.
- Ich liebe die Geschichten und Anekdoten, die Du erzählst.
- Es war zeitweise wirklich anstrengend aber die Zeit ist wie im Flug vergangen. Ich könnte noch zwei Tage mit Dir arbeiten. Ich kann nicht glauben, dass wir uns erst zwei Tage kennen.
- Deine eigenen Werte schwingen in Deinen Haltungen, Meinungen und den Impulsen, die Du gibst, mit. Das macht glaubwürdig.
- Außergewöhnliche Trainerin. Top!