

# LEBENS LAUF

## PERSÖNLICHE DATEN

Geboren: 05.11.1978 in Bozen, Italien  
Familienstand: ledig  
Staatsbürgerschaft: Italienisch und Deutsch



Mit dem Credo „*Du kannst einen anderen nur dann verstehen, wenn du einige Meilen in seinen Mokassins gelaufen bist.*“ (Indianische Weisheit) hat sie in ihrer **10-jährigen Karriere im Bereich Marketing und Vertrieb** die MitarbeiterInnen und Kunden in den vielzähligen Projekten zur Zusammenarbeit motiviert und begeistert.

Mit Hilfe ihrer **empathischen Fähigkeiten** und dem Zuhören ist für Michaela immer leicht gefallen die jeweiligen **Bedürfnisse ihrer Mitarbeiter und Kunden zu erkennen**. Da sie sich von Natur aus für Menschen und ihre Geschichten interessiert, hat sie sich 2014 mit der Ausbildung zur **Mentaltrainerin** sowie dem berufsbegleitende Studium der „**Wirtschafts- und Organisationspsychologie**“ entschlossen, tiefer in das Thema Psychologie und Persönlichkeitsentwicklung einzusteigen. Es ist der Mensch, jeder Einzelne, der im Mittelpunkt einer Organisation steht, um gemeinsam mit Anderen, Ziele zu erreichen, Projekte umzusetzen und langfristig, nachhaltig die Organisation zu ihrem Erfolg zu führen.

**Warum Mentaltrainerin?** Mentaltraining stärkt und unterstützt Menschen bewusst und aktiv ihr Leben nach den eigenen Bedürfnissen und Stärken zu gestalten Das Leben ist Veränderung und ruft viele Gedanken und Gefühle hervor, die geordnet und bewertet werden wollen. **Wer mental fit ist, bleibt auch in solchen Situation klar im Kopf**. Denn es sind nicht die Situationen oder die Menschen die uns Angst machen, sondern wie wir darüber denken.

Sie ist bekannt als lebensfrohe Persönlichkeit, die mit **Begeisterung, Engagement und einer „Let’s do it“-Einstellung** mit Menschen zusammenarbeitet um sie zu unterstützen, ihr volles Potential zu entfalten.

## BERUFSERFAHRUNG

---

2016 – laufend

### **Selbständig - Unternehmensberatung und Coaching –**

<https://michaela-brugger.com>

Als Psychologin und Mentalcoach unterstütze ich Menschen, in ihrem Beruf wieder Freude und Sinn zu finden.

#### Für Privatpersonen - Mindset Coaching und Mentaltraining

- Klarheit & Orientierung für berufliche und private Veränderungen
- Gelassen mit Stress und Druck umgehen
- Ihren Beruf erfolgreich gestalten – Freude und Sinn in der Arbeit erleben
- Eine gesunde Balance aus Privat und Beruf finden

#### Für Unternehmen - Coaching, Beratung Workshops

- Mentale Gesundheit fördern
- Burnout Prävention & Resilienzförderung
- Stressbewältigung - Stressmanagement
- Gesund Führen – mit Verstand und Emotionen
- Betriebliches Gesundheitsmanagement

2016 – 2020

### **Mentaltrainerin mit Dr. Werner Ehrhardt**

Praxis für psychologischer Psychotherapeut, Mentaltraining und Burnoutprävention, Deutschland – [www.mental-fit.de](http://www.mental-fit.de)

- Burnout Trainings für Führungskräfte
- Mentaltrainings für Mitarbeiter/-innen und Führungskräfte um gesund mit Stress & Druck umzugehen
- Mentales Selbstmanagementstrategien um erfolgreich und gelassen das Leben zu gestalten

03/2011 – 09/2013

### **Head of Marketing** Leitwind GmbH, Italien/Österreich/Indien

Verantwortlich für das strategische und operative Marketing: Entwicklung & Implementierung einer B2B-Brandingstrategie sowie sämtliche externe und interne Marketing- & Kommunikationsaktivitäten:

- Kommunikationsprozesse zwischen den Abteilungen neu gestalten und optimieren
- Mitarbeiterzufriedenheit durch mehr Information, Transparenz und Stärkung der Organisationskultur
- Zusammenarbeit mit Agenturen, Außendienst und dem indischen Partner
- Führung eines Marketingteams

05/2010 – 02/2011

Westalpenreise, Hochtouren, Klettertouren, Skitouren

03/2007 – 04/2010

### **Kommunikations- und PR Manager für Osteuropa & Skandinavien**

Swarovski AG, Liechtenstein,

Verantwortlich für die Implementierung der B2C-Produktmarke in Osteuropa sowie sämtliche PR und Kommunikationsaktivitäten inklusive:

- Optimierung des Branding Prozesses um Arbeitsabläufe effizienter

- zu gestalten
  - Kundenbeziehung mit Branding- und Kommunikationsmaßnahmen zu stärken, trotz der laufenden marktwirtschaftlichen und organisationalen Veränderungen
  - PR und Kommunikationsstrategien für den osteuropäischen Markt entwickeln und implementieren
  - Enge Zusammenarbeit mit Außendienst in sämtlichen osteuropäischen Ländern sowie strategischen Marketingabteilung im Hauptsitz Wattens, Führung von Projektteams
- 11/2004 – 02/2007 **Verkaufs- und Marketingleitung Italien**  
Giesswein Walkwaren AG, Brixlegg, Österreich
- Verantwortlich für den Jahresumsatz gemeinsam mit dem Außendienst; Key Account Betreuung, Auftragsbearbeitung, Marketingaktivitäten sowie:
- Enge Abstimmung zwischen Designabteilung und Marktanforderung
  - Führungsverantwortung für das interne und externe Verkaufsteam
- 04/2004 – 10/2004 **Assistenz der Geschäftsführung**  
Runer Art & Hobby GmbH, Bozen, Italien
- 07/2003 – 03/2004 Saisonarbeit, Reisen
- 10/1998 – 08/1999 **England: Sprachschule** (1 Monat); **Büro und Assistenzaufgaben**  
über eine Zeitarbeitsagentur bei verschiedenen Unternehmen

## AUSBILDUNG UND QUALIFIKATION

---

- 09/2018 – 09/2020 **„Master in Psychologie“ – UMIT – Hall in Tirol, Österreich**  
Abschluss: Master of Science
- 10/2015 – 07/2018 **„Bachelor in Psychologie“ – UMIT – Hall in Tirol, Österreich**  
Abschluss: Bachelor of Science
- 10/2013 – 06/2016 **„Wirtschafts- und Organisationspsychologie“ – Donau-Universität Krems am Standort Memmingen** - Abschluss: Master of Arts  
Abschlussarbeit: „Auswirkungen von mentalem Training auf das Wohlbefinden (Flourishing – Konzept)“ – qualitative Studie
- 2014/2015 **Landesskilererausbildung, Salzburger Skilehrerverband**
- 10/2013 – 04/2014 **„Mentaltrainerausbildung“ – Mentale Führungsakademie**  
Schwerpunkt: Gruppendynamische Prozesse, Entspannungsverfahren, Gesprächstechniken nach Schulz von Thun und C.Rogers
- 03/2009 – 06/2009 **“Leadership Development Program”, Swarovski Academy**  
Schwerpunkte: Führungskompetenz, Kommunikations- und Präsentationstraining, Interkulturelle Kompetenzen

09/1999 – 06/2003 **„Export-orientiertes Management“ IMC Fachhochschule Krems**  
Schwerpunkte: International Management, Marketing, Exportwirtschaft  
Abschluss: Magister (FH)

**Austauschsemester in Moskau** an der “Russian Economic Academy  
G.V. Plekhanov”

**Praktika in**

- **Südamerika (10 Monate):** Assistenz der Geschäftsleitung  
Viventura Reisen GmbH, Arequipa, Peru

**Machbarkeitsstudie** für EMCO Maier GmbH  
Dominikanischen Republik und Venezuela

- **Kanada (6 Monate):** Assistenz des Verkaufsleiters  
Leitner AG, Toronto

09/1993 – 06/1998 **Handelsoberschule „Heinrich Kunter“** in Bozen – Italien  
Abschluss: Matura

---

**SPRACHEN UND SONSTIGE KENNTNISSE**

Deutsch	Muttersprache
Englisch	Verhandlungssicher
Italienisch	Fließend in Wort und Schrift
Spanisch	Gut in Wort und Schrift
Russisch	Grundkenntnisse
Computer	SPSS, MAXQDA, MS Office Programme

---

**INTERESSEN**

Sport (Klettern, Hochtouren, Skitouren, Trekking), Reisen und fremde Kulturen kennen  
lernen (Russland, Zentralasien, Südamerika, Tibet), Theater und Lesen

Innsbruck, 01.09.2020