



## **trainsform GmbH**

Werther

## **Unternehmensprofil**

Organisationsentwicklung,  
Management Training, Coaching

## **Inhalte**

Unternehmen	3
Grundsätze unserer Arbeit	4
Organisationsentwicklung	5
Leadership-Entwicklung	6
Management Training	8
Teamentwicklung	9
Coaching	10
Gesundheit im Unternehmen	11
Berater*innen	12
Externe Netzwerkpartner*innen	17
Kunden nach Branchenzugehörigkeit	18

## Unternehmen

Gründung	2003 Einzelunternehmen trainsform®, seit 2004 trainsform GmbH
Anschrift	Meyerfeld 15, 33824 Werther
Tel.	+ 49 5203 918150
E-Mail	info@trainsform.de
Web	www.trainsform.de
Team	Dr. Jochem Kießling-Sonntag (Geschäftsführender Gesellschafter / Berater) Alexander Pauly (Geschäftsführender Gesellschafter / Berater) Luise Sonntag (Beraterin) Leistungsfähiges Backoffice Kooperation mit freiberuflichen Trainerinnen und Trainern
Kernkompetenzen	Organisationsentwicklung Leadership-Entwicklung Teamentwicklung Coaching Gesundheit im Unternehmen
Branchenerfahrung	Automotive Bauunternehmen Banken / Finanzdienstleistungen Pharma / Health Care / Chemie Anlagen- und Maschinenbau / Fertigungsindustrie Logistik / Dienstleistungen Energie- und Versorgungsunternehmen IT-Services Medien Hochschulen / Bildungsinstitute Kirche Nahrungsmittel Krankenkassen
Weitere Aktivitäten	Raumüberlassung für Seminare und Workshops (meyerfeld15.de) MalRaum Werther (malraum-werther.de)

## Grundsätze unserer Arbeit

- Unser Anspruch ist höchste Qualität. Wir investieren viel in Konzeption, Vorbereitung und eigene Weiterbildung, um unseren Kunden eine hochwertige und seriöse Leistung anbieten zu können.
- Nachhaltige Wirksamkeit und Konsensfähigkeit von Beratungslösungen und Entwicklungsprozessen sind für uns die zentralen Erfolgskriterien unserer Arbeit.
- Konkrete Kundenanliegen und Ziele bilden den Ausgangspunkt für Entwicklungsprozesse und Trainings. Zu Beginn der gemeinsamen Arbeit von Auftraggeber\*in und Berater\*in werden die Entwicklungsziele klar vereinbart.
- Trainings- und Entwicklungsbedarfe werden sorgfältig erfragt bzw. erhoben.
- Eine wertschätzende Arbeit mit Persönlichkeiten und Personengruppen erfordert Schutz: Vertraulichkeit als Basis einer vertrauensvollen Zusammenarbeit ist für uns ein wichtiger und selbstverständlicher Grundsatz.
- trainsform agiert interdisziplinär: Wir setzen diejenigen Methoden und Instrumente ein, mit deren Hilfe die vereinbarte Zielsetzung des Entwicklungsprozesses auf fachgerechte Weise effektiv erreicht wird.
- trainsform agiert als Netzwerk: Durch das erprobte Zusammenwirken von Expert\*innen aus verschiedenen Bereichen der Unternehmensberatung sowie der Entwicklungs- und Trainingsarbeit können komplexe Change- und Trainingsprojekte auf integrierte Weise zum Erfolg geführt werden.
- Wir sind kundennah, zuverlässig, unbürokratisch und flexibel, wenn es um Ihr Anliegen geht.

**Wir beraten und begleiten Menschen und Organisationen, damit Führungskräfte und Mitarbeiter\*innen die Gegenwart und Zukunft ihres Unternehmens erfolgreich, nachhaltig und lebenswert gestalten.**

## Organisationsentwicklung

Organisationen müssen heute vielfältigen Anforderungen von innen und außen dynamisch gerecht werden. Mit dem traditionellen Organisationsverständnis ist dies nur schwer leistbar. Wir verstehen Organisationen als komplexe soziale Gebilde, von Menschen geformt und getragen. Kulturentwicklung geht dabei Hand in Hand mit Strategieentwicklung und -umsetzung sowie mit dem Gestalten wirksamer und lernfähiger Strukturen und Prozesse. Dabei fühlen wir uns den höchsten Standards innovativer Prozessbegleitung verpflichtet.

Wir begleiten Sie bei der Entwicklung und Umsetzung Ihrer Organisationsentwicklungs- und Change-Projekte. Unser Dienstleistungsspektrum umfasst folgende Bereiche:

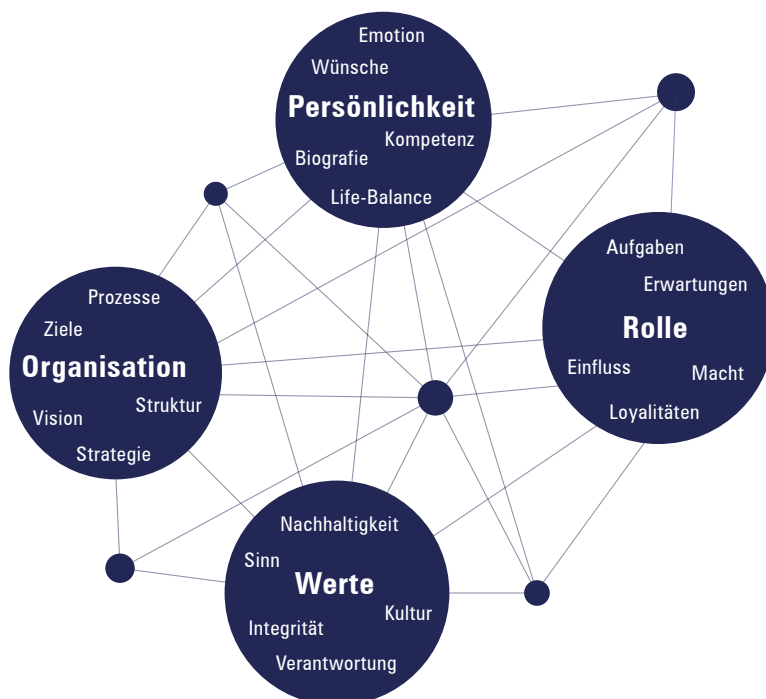
- **Entwicklung von Prozessarchitekturen und -designs**  
Wir entwickeln Settings, die zu dem angestrebten Veränderungsziel führen.
- **Beratung, Coaching, Sparring**  
In jedem Schritt unterstützen wir Sie als Sparringspartner\*innen, Feedbackgeber\*innen und Prozessbegleiter\*innen.
- **Moderation von Workshops**  
Wir moderieren im Prozess anstehende Veranstaltungen mit unterschiedlichen Zielgruppen und in verschiedenen Formaten.
- **Change-Kommunikation**  
Wir erarbeiten gemeinsam mit Ihnen, zu welchem Zeitpunkt gegenüber welchen Personengruppen auf welchem Weg Transparenz geschaffen werden soll.
- **Change-Projektmanagement**  
Wir strukturieren und steuern den Prozess auf der Basis von Zielen, Kosten und Terminen.
- **Training**  
Wir setzen mit Ihnen gemeinsam entwicklungsorientierte und zielgruppenspezifische Trainings- und Entwicklungsprogramme auf und realisieren diese für Sie.
- **Evaluation und Transferbegleitung**  
Wir werten mit Ihnen gemeinsam Ergebnis und Prozess aus und unterstützen Sie dabei, dass die Ergebnisse des Change-Prozesses nachhaltig umgesetzt werden.

## Leadership-Entwicklung

Führungskräfte können erfolgreich wirken, wenn sie in vier Dimensionen navigieren und steuern können: Sie erfüllen die Anforderungen Ihrer Organisation. Sie handeln klar im Rahmen ihrer Rolle und Ihres Auftrages als Führungskraft. Sie agieren als Persönlichkeit selbstbewusst und reflektieren die Bedürfnisse Ihrer Kolleg\*innen und Projektpartner\*innen. Sie handeln integer im Einklang mit ihren Werten/den Werten der Organisation und übernehmen Verantwortung.

In transform-Führungstrainings vermitteln und trainieren wir die mit den jeweiligen Dimensionen verbundenen Handlungskompetenzen und verbinden diese zu einem ganzheitlichen Führungsansatz.

### Erfolgreiches Wirken als Führungskraft



## **Unsere Aktivitäten zur Leadership-Entwicklung**

- Leadership-Programme für erfahrene Führungskräfte und für Nachwuchs-Führungskräfte
- Leadership-Programme für Projektverantwortliche (Laterales Führen)
- Trainings zum Erlernen zentraler Führungskompetenzen
  - Grundlagen der Führung
  - Die Führungskraft als Coach
  - Change Management für Führungskräfte
  - Agil führen in der VUCA-Welt
  - Teams erfolgreich führen
  - Ziele motivierend vereinbaren
  - Mitarbeitendengespräche erfolgreich führen
  - Ethik-Management als Führungsaufgabe
- Leadership-Coachings

## Management Training

Die Veränderungsgeschwindigkeit in unserer Arbeitswelt hat zugenommen. Eine ihrer Facetten ist die digitale Transformation, die zu neuen Formen der Mensch-Maschine-Interaktion führt und die zugleich auch die Zusammenarbeit in Teams stark verändert. Eine schnellere und komplexere Arbeitswelt erfordert ein hohes Maß an Anpassungsfähigkeit, Flexibilität und Eigenverantwortung und macht lebenslanges Lernen mehr denn je erforderlich. Gerade soziale und persönliche Kompetenzen werden besonders wichtig, wenn Abläufe agiler und damit weniger berechenbar werden und wenn Vertrauen an die Stelle von Prozesssicherheit tritt.

Unsere Trainings sollen Mitarbeiter\*innen und Verantwortliche darin unterstützen, diese wichtigen Kompetenzen aufzubauen und immer wieder zu aktualisieren. Hier eine Auswahl:

- Leadership-Trainings (siehe oben Leadership-Entwicklung)
- Trainings zur Zusammenarbeit in und zur Führung von Teams (siehe oben Leadership-Entwicklung, Teamentwicklung)
- Wirksam werden in Organisationen
- Kommunikation besser verstehen und gestalten
- Gespräche und schwierige Situationen lösungsorientiert meistern
- Konfliktmanagement
- Meetings souverän leiten
- Train the Trainer für Fachtrainer\*innen
- Train the Trainer für Webinare
- Moderationstechnik – Workshops erfolgreich gestalten und durchführen
- Kreativitätstechniken
- Rhetorik und Präsentation
- Zeit- und Selbstmanagement
- Verhandlungstechniken professionell einsetzen
- Erfolgreiche Verkaufsgespräche
- Business-Etikette – Moderne Umgangsformen im Berufsleben
- Professionell kommunizieren am Telefon
- Messen erfolgreich nutzen

Alle Trainings können im Hinblick auf die Bedürfnisse der auftraggebenden Institution und der Zielgruppe maßgeschneidert realisiert werden.

## Teamentwicklung

trainsform berät Ihr Unternehmen bei der Zusammenstellung und der Entwicklung von Teams. trainsform realisiert für Sie Teamentwicklungsseminare und begleitet Ihr Unternehmen, wenn Sie die Teamarbeit in Ihrer gesamten Organisation stärken möchten. Je nach Auftrag und Situation können verschiedene Themen im Vordergrund stehen:

- Unterstützung bei der Auswahl der Teammitglieder
- Teamdiagnose
- Erarbeitung von Teamzielen
- Wechselseitige Klärung der Erwartungen von Teamleitung und Teammitgliedern
- Verbesserung der Kommunikation im Team
- Moderation von Review-Treffen
- Beziehungsklärung und Konfliktlösung innerhalb eines Teams
- Verbesserung der Arbeitsbeziehungen zu anderen Teams bzw. Abteilungen

## Coaching

Unsere Coaches begleiten und unterstützen Ihre Führungskräfte bei der Lösung betrieblicher Aufgabenstellungen und bei der Erweiterung ihrer beruflichen Handlungskompetenz. Dabei arbeiten sie als Prozessbegleiter\*innen und verlässliche Feedback-Partner\*innen, als kreative Sparringspartner\*innen und manchmal auch als Trainer\*innen und Input-Geber\*innen. Ein systemisches Vorgehen und die Nutzung und Erweiterung der beim Klienten\*bei der Klientin bereits vorhandenen Ressourcen sind die Grundpfeiler unserer Arbeit. Typische Themen im Coaching sind:

- Unterstützung des Top-Managements z. B. bei strategischen oder führungsorganisatorischen Fragen
- Vorbereitung auf neue Management- und Führungsaufgaben
- Begleitung der Einstiegsphase in eine neue Position
- Themen der Zusammenarbeit mit Kolleg\*innen, Mitarbeitenden, Vorgesetzten, Projektpartner\*innen und Kund\*innen
- Bearbeitung aktueller Konfliktdynamiken
- Teamentwicklung als Herausforderung
- Karrierefragen und Fragen der persönlichen Weiterentwicklung
- Klärung von Fragen im Spannungsfeld von Berufs- und Privatleben

## Gesundheit im Unternehmen

Ob in der Entwicklung, in der Fertigung, im Vertrieb, im Service oder in der Verwaltung: Motivierte und leistungsfähige Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind das Herz eines Unternehmens. Studien zeigen, dass die demografische Entwicklung großen Einfluss auf die Arbeitswelt hat. Die Bevölkerung im Erwerbsalter nimmt ab, Mitarbeitende über 45 Jahren bilden vielfach erstmals die Mehrheit innerhalb der Belegschaften. Auch verändern sich die wirtschaftlichen und sozialen Bedingungen, denen Unternehmen gerecht werden müssen. Die ‚Arbeitsverdichtung‘ in agilen Unternehmen wirkt sich auch auf die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus. Eingeschränkter Leistungsfähigkeit und einem krankheitsbedingten Ausfall sollte soweit als möglich vorgebeugt werden.

Wir begleiten Sie bei der schrittweisen Entwicklung und Implementierung eines Betrieblichen Gesundheitsmanagements, und wir unterstützen Sie bei der Bedarfsanalyse, der Umsetzung und Evaluation von Maßnahmen. Themenfelder sind hier beispielsweise:

- Führung und Gesundheit
- Stressbewältigung
- Resilienz und emotionale Intelligenz

## **Berater\*innen**

- Dr. Jochem Kießling-Sonntag
- Alexander Pauly
- Luise Sonntag



## **Dr. Jochem Kießling-Sonntag**

Berater, Trainer, Coach

### **Tätigkeitsschwerpunkte**

- Beratung von Managementteams bei Veränderungsprozessen und Begleitung der Umsetzung in der Organisation
- Moderation von Schlüsselworkshops
- Konzeption und Einführung der Management-Systeme Führen mit Zielvereinbarungen und Mitarbeiterjahresgespräche
- Coaching von Führungskräften

### **Vita**

- 25-jährige Erfahrung als Management-Berater und –Trainer
- Gründer und Geschäftsführer der trainsform GmbH, Werther
- Vertriebstrainer in einem Wirtschafts- und Finanzberatungsunternehmen mit dem Schwerpunkt der Ärzteberatung
- Lehrbeauftragter an den Universitäten Aachen, Bielefeld, Düsseldorf, Flensburg und Regensburg
- Promoviert zum Doktor der Philosophie an der Universität Heidelberg
- Freiberuflicher Journalist (Westdeutscher Rundfunk, Frankfurter Allgemeine Zeitung)
- Ausbildung zum Sprecherzieher/Sprechwissenschaftler (DGSS)
- Studium der Germanistik, Publizistik, Philosophie in Münster
- Verschiedene Fortbildungen, z. B. Lizenzierungen für den Einsatz der Testverfahren MBTI und Insights MDI und für das STAB-Modell, Weiterbildung in Systemaufstellungen, in „Gestalt in Organisational Development“ sowie in Design Thinking

## **Publikationen**

- Zielvereinbarungsgespräche führen. Arbeitsleistungen sachbezogen und partnerschaftlich vereinbaren. Cornelsen Verlag. Berlin 2013.
- Erfolg durch mentale Stärke. Innere Ressourcen aktivieren - Talente entfalten - Neue Wege finden. Cornelsen Verlag. Berlin 2013.
- Mitarbeitergespräche – Crashkurs! Cornelsen Verlag. Berlin 2010.
- Mitarbeitergespräche (zweisprachig: deutsch-englisch) Cornelsen Verlag. Berlin 2008.
- Meetings und Moderation (zweisprachig: deutsch-englisch). Cornelsen Verlag. Berlin 2007.
- Erfolg beginnt im Kopf. 99 Tipps für mentale Stärke. Cornelsen Verlag. Berlin 2006.
- Besprechungs-Management. Meetings, Sitzungen und Konferenzen effektiv gestalten. Cornelsen Verlag. Berlin 2005.
- Handbuch Trainings- und Seminarpraxis. Konzepte des Trainingshandelns, Trainingszyklus von der Auftragsklärung bis zur Transfersicherung, Werkzeuge erfolgreicher Seminargestaltung. Cornelsen Verlag. Berlin 2003.
- Handbuch Mitarbeitergespräche. Führen durch Gespräche, zentrale Gesprächstypen, Mitarbeiterjahresgespräch. Cornelsen Verlag. Berlin 2000.



## **Alexander Pauly**

Berater, Trainer, Coach

### **Tätigkeitsschwerpunkte**

- Organisationsentwicklung – Change Management – Transformation
- Kultur – Strategie – Organisationsdesign
- Entwicklung von Management-Teams
- Management-Trainings & Leadership-Programme
- Coaching von Führungskräften
- KI und Organisationsentwicklung

### **Vita**

- Berater, Trainer und Coach seit 2004
- Aufbau und Entwicklung von trainsform
- Geschäftsführender Gesellschafter der trainsform GmbH
- Lehrtrainer am Institut für Systemische Beratung (isb), Wiesloch
- Ausbildungen zum Coach, Moderator und Systemischen Berater
- Diplompädagoge mit betriebswirtschaftlichem Aufbaustudium
- Dialogpartner der Schmid Stiftung, Pro-bono-Beratung für Non-Profit-Organisationen
- Qualitätssicherung durch kontinuierliche eigene Weiterbildung und Supervision

### **Publikationen**

- KI und OE – zwei, die sich brauchen. In *changement!*, Ausgabe 09/2025
- Agilität im Kontext von Ausbildung. In: *Ausbilder-Handbuch*. Wolters-Kluwer. Unterschleißheim 2019
- Bilanz der Veränderungskräfte. In: *Coaching-Tools III*. managerSeminare Verlags GmbH. 2012
- *Zeitmanagement Crashkurs!* Cornelsen Scriptor. Berlin 2011
- Den Change führen. In: *PERSONAL - Zeitschrift für Human Resource Management*. Heft 02/2010
- Besprechungsmanagement ... Wenn's mal wieder länger dauert. In: *Controller Magazin*, Heft Mai / Juni 2010



## **Luise Sonntag**

Beraterin, Trainerin

### **Tätigkeitsschwerpunkte**

- Trainerin und Beraterin zu den Themen:
  - Leadership
  - Potenzialentwicklung und Talentförderung
  - Teamentwicklung
  - Kommunikation
  - Innovation
  - Präsentation & Visualisierungstechniken
  - Zeit- und Selbstmanagement
  - Stressbewältigung
- Begleitung von Großgruppen

### **Vita**

- Trainerin und Beraterin bei der trainsform GmbH
- Designstudium an der Weißensee Kunsthochschule Berlin
- Zertifikat: „Structure and Vitality for People and Organization“ an der Universität der Künste Berlin
- Bachelor im Fach Business Economics an der Universität Witten/Herdecke mit dem Schwerpunkt VWL
- Vertiefungen in den Bereichen Systemisches Coaching, Leadership Skills und Gruppendynamik an der Universität Witten/Herdecke
- Fortbildung in Grafikdesignerin bei der Werbeagentur hoch5
- Ausbildung zur Gestaltungstechnischen Assistentin (GTA)

## Externe Netzwerkpartner\*innen

Um auf die vielfältigen Entwicklungs- und Trainingsbedürfnisse in Organisationen differenziert und mit hoher Qualität eingehen zu können, arbeitet trainsform eng mit einem Netzwerk externer Partner\*innen zusammen. Zum Großteil ist die Verbindung zu unseren freiberuflichen Kolleg\*innen in Jahren der Zusammenarbeit gewachsen. Darüber hinaus lernen wir auch immer wieder neue Kolleg\*innen kennen, die die Arbeit für unsere Kunden bereichern und die gut zu uns passen.

Worauf wir bei der Zusammenarbeit mit externen Kolleg\*innen Wert legen:

- Selbstverständlich: hohe fachliche Expertise und viel Erfahrung in dem Bereich, in dem die Kollegin\*der Kollege für trainsform aktiv wird.
- Sicherheit in der methodisch-didaktischen Gestaltung von Beratungs- und Trainingsformaten und eine starke Kontaktfähigkeit im Umgang mit ganz unterschiedlichen Zielgruppen.
- Laufende Fortbildung und Aktivitäten zur Supervision / Intervision, um up to date zu bleiben und um das eigene Tun immer wieder kritisch zu reflektieren.
- Wir leben einen laufenden Austausch mit den externen Kolleg\*innen auf allen Kommunikationskanälen: im Projektvorfeld, während des Projekts und danach, so dass wir gemeinsam agil immer ganz nah an den Bedürfnissen unserer Kunden bleiben können.
- Es ist uns wichtig, dass externe Kolleg\*innen die gleichen Werte teilen wie wir und sich unserem Purpose verbunden fühlen.
- ... und dass sie sich zugleich frei fühlen, ihre individuelle und unverwechselbare Berater\*innenpersönlichkeit ressourcenvoll in die Zusammenarbeit und in die Projekte einzubringen.

## Kunden nach Branchenzugehörigkeit

### Maschinenbau und

#### Fertigungsindustrie

- Claas, Harsewinkel
- Dürkopp Adler, Bielefeld
- Häcker Küchen, Rödinghausen
- Hörmann, Steinhagen
- IMA Schelling Group, Lübbecke
- Miele, Gütersloh
- NORMA Group SE, Maintal
- Optibelt, Höxter
- SIMONSWERK, Rheda-Wiedenbrück
- Wago Kontakttechnik, Minden
- Xylem Services GmbH, Herford

### Automobil- und Zulieferindustrie

- BENTELER, Paderborn
- HELLA, Lippstadt

### Banken / Finanzdienstleistungen

- Investitionsbank Berlin
- NRW.BANK, Düsseldorf und Münster

### Energieversorgung und

#### Infrastruktur

- EDG Entsorgung, Dortmund
- EEW Energy from Waste, Helmstedt
- Medentex, Bielefeld
- Stadtwerke Bielefeld

### Bauen und Immobilien

- Baresel, Leinfelden-Echterdingen
- Köster, Osnabrück
- GARBE, Hamburg

### Health Care und Pharma

- BARMER GEK, Bielefeld
- Simtra BioPharma Solutions, Halle (Westf.)
- BKK Gildemeister Seidensticker, Bielefeld
- CSL Behring, Marburg
- Techniker Krankenkasse, Hamburg
- Wirtz Medical, Düsseldorf

### Lebensmittel

- VAN HEES, Walluf
- Storck, Berlin

### IT und Services

- dotSource, Jena

### Medien / Kommunikation

- Bertelsmann, Gütersloh
- Graphic Group, Bielefeld

### Personaldienstleistung

- avitea work and more, Lippstadt

### **Bildung und Weiterbildung**

- Hernstein, Wien
- Isb Wiesloch
- Sächsisches Bildungsinstitut, Radebeul

### **Universitäten und Hochschulen**

- Fachhochschule Dortmund
- Fachhochschule für öffentliche Verwaltung in NRW, Gelsenkirchen
- Hochschule für Gesundheit, Bochum
- RWTH Aachen
- Universität Bielefeld
- Universität Regensburg

### **Soziale Einrichtungen / Kirche**

- v. Bodelschwingsche Stiftungen Bethel, Bielefeld
- Erzbistum Paderborn
- Gemeindeverband Kath. Kirchengemeinden Ostwestfalen-Lippe

### **Öffentliche Verwaltung**

- Stadt Oelde



## **trainsform GmbH**

Meyerfeld 15  
33824 Werther

fon +49 (0) 5203. 91 81-50

email [info@trainsform.de](mailto:info@trainsform.de)

web [www.trainsform.de](http://www.trainsform.de)