

People Först

business follows



Regina Först

Menschlichkeit & Erfolg im Business

vom ICH zum DU zum WIR

Regina Först verbindet Menschen für gemeinsame Erfolge

Inhalt

Herzlich willkommen bei People Först!	5
Die Idee dahinter	6
People Först in der Praxis	
Vorträge: Berührend. Klug. Effizient.	10
Seminare & Workshops: Stärkend. Vebindend. Innovativ.	12
Coaching: Sympathisch. Authentisch. Effektiv.	14
Überzeugte Kunden	16
Erfolg hat, wer sich selbst folgt	
Die Expertin	20
Die Autorin	22
Fernsehen & Presse	24
Kontakt	26

**„Erfolg macht nicht unbedingt glücklich.
Glückliche Menschen aber sind erfolgreicher.“** Regina Först

Först News. Först Blog.

Wir halten Sie auf dem Laufenden: über Trends, Erfahrungen und Wissenswertes für Ihren persönlichen und unternehmerischen Erfolg. Einfach auf www.people-foerst.de für den Newsletter registrieren. Oder lesen Sie unseren Blog online. Sie können neue Blogbeiträge auch sofort nach Erscheinen per Email erhalten.

Herzlich willkommen bei People Först!

Der Name „People Först“ sagt es: Der Mensch steht an erster Stelle – immer und überall. Ziel meiner Arbeit ist es, Menschen in ihre Stärken zu bringen und ihnen zu helfen, ihr volles Potential zu entfalten.

Vom Ich zum Du zum Wir – denn der Mensch bildet die wichtigste Ressource unternehmerischen Erfolgs. Jeder Mitarbeiter ist Teil eines Teams, und dessen Effizienz bedingt die Bilanz jedes Unternehmens. Es ist wie beim Fußball: Jeder auf dem Platz muss in seiner Position seine Fähigkeiten exzellent abrufen können. Gleichzeitig muss er in der Lage sein, seine Mitspieler in die beste Position zu bringen und den Ball abzugeben. Das Spiel kann man nur als Team gewinnen.

Meine Gleichung ist simpel, aber effektiv: Stimmt der Einzelne, stimmt die Mannschaft, stimmt der Erfolg. Aus einem „Einer für alle und alle für einen“ wird ein überzeugendes „Alle für alle“.

Wann haben Sie dieses „Wir“-Gefühl zuletzt in Ihrer Firma gespürt?

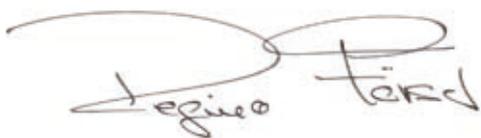
Demographischer Wandel, Fachkräftemangel, Generationskonflikte – die Herausforderungen von Unternehmen und Führungskräften sind vielfältig und anspruchsvoll. In der modernen Unternehmenskultur geht es viel stärker als sonst um Werte und Sinnhaftigkeit. Der Markt entwickelt sich rasant und zeigt sich immer transparenter.

Deshalb ist es klug, sich jetzt mit einer authentischen Unternehmens-Philosophie und positiven Firmen-Ausstrahlung dort zu präsentieren. Denn was im Kleinen gilt, also für jeden Einzelnen, gilt ebenso im Großen: Auch Firmen und Unternehmen besitzen Charisma – und Global Player haben stets eine besonders anziehende Ausstrahlung.

Ich lade meine Kunden deshalb gerne ein, auf Entdeckungsreise ihrer eigenen Wirkung zu gehen, ihre individuellen Fähigkeiten zu optimieren und damit die Fülle ihrer Erfolgskraft spürbar zu leben. Das Gute noch attraktiver zu machen – dafür steht mein Angebot.

Herzlichst

Ihre



Die Idee dahinter

Was bringe ich mit?



Mitarbeiterführung, Kundenbindung und Credibility sind für mich kein theoretisches Konstrukt, sondern gelebtes Fachwissen. Nach meinem Studium der Textil-Betriebswirtschaft habe ich lange Zeit als Verkaufsleiterin und Personalchefin international agierender Global Player gearbeitet und schließlich mein eigenes Unternehmen People Först gegründet.

Lebenserfahrung, Neugier, Empathie und der Wunsch, Menschen zu mehr Potential, zu ihrer eigentlichen Größe zu verhelfen – das sind die Motive, die mich antreiben. Denn aus eigener Erfahrung weiß ich, wie viel kostbare Lebenszeit, Gesundheit, Daseinsfreude und Energie geraubt wird, wenn man sich nicht immer wieder neu ausprobiert, seinen Visionen und Träumen nicht folgt, kurz, seine Stärken nicht lebt.

Wir alle brauchen Ziele. Sie geben dem Leben einen Sinn. Ziele halten lebendig, und der Versuch, sie zu erreichen, sorgt für Spannung und Bewegung. Ein tollkühnes unternehmerisches Ziel anvisieren, einen gewagten beruflichen Traum verfolgen – alles ist möglich. Geht nicht, gibt's nicht! Alles, was wir uns vorstellen können, kann auch wahr werden.

Sie kennen das: Was man wirklich gerne, mit Spaß und Leidenschaft tut, macht man auch gut. Eine wirklich freudige Vision schafft die entsprechende Motivation. Und sie ist der Motor für Spitzenleistungen, um seine Ziele zu erreichen.

Mit welcher Formel arbeite ich?

Mit der „Ich-Du-Wir“-Strategie: Nur wer sich selbst führen kann, kann auch andere führen – nur wer selbst begeistert ist, kann auch andere begeistern. Ein starkes „Ich“ formt ein starkes „Du“ – und so wird aus Einzelkämpfern ein charismatisches „Wir“. Dieses Wir ist in der heutigen Unternehmenskultur erfolgsentscheidend, um die richtigen Weichen für das Jetzt und Morgen zu stellen.

Möchten Sie in Ihrem Team noch ungenutzte Potentiale fördern?
Wollen Sie das unternehmerische Wir authentisch präsentieren?

Lassen Sie uns darüber sprechen. Ich helfe Ihnen gern, mehr Synergien freizusetzen und neue Erfolge zu realisieren – und zwar mit der wichtigsten Ressource, die Ihre Firma hat: die Mitarbeiter.

Ausstrahlung & Charisma im Business

Das Ergebnis der Gallup-Studie 2013 ist ebenso schockierend wie eindrucksvoll: Jeder sechste Arbeitnehmer in Deutschland hat innerlich gekündigt. Hauptursachen sind schlechte Personalführung und dementsprechend mangelnde Motivation.

Als kluger Chef brauchen Sie solche Studien sicherlich nicht: Ein Blick in die Augen Ihrer Mitarbeiter zeigt Ihnen, wie es dem Einzelnen geht. Und dass eine positive Stimmung effektiver, konzentrierter und damit erfolgreicher macht, ist Ihnen ebenfalls klar. Ein einziger Mitarbeiter, der querschießt, mobbt und lästert, reicht aus, um Sand ins Getriebe zu bringen.

Gewiss: Wo verschiedene Menschen zusammenarbeiten, kann nicht immer alles reibungslos ablaufen. Aber es können von jedem wirksame, rasch zu praktizierende Lösungsstrategien erlernt werden. Und so wird kontinuierlich ein respektvolles, harmonisches und erfolgreiches Miteinander möglich. Die gebündelten Kräfte, die in einem guten Team entstehen, schaffen eine enorme Dynamik und Motivation. Diese Energien haben nachweislich eine starke Ausstrahlung für Kunden und auch für zukünftige Bewerber.

Wir kommen nicht daran vorbei: Die Ausstrahlung einer Firma entscheidet über Erfolg und Gewinn. Eine positive Ausstrahlung – egal ob als Unternehmen oder im Privaten – ist ansteckend, nimmt andere mit, gibt dem Gegenüber ein gutes Gefühl, macht glaubwürdig, beliebt und bleibt im Gedächtnis! Sind die Mitarbeiter motiviert, optimistisch, kreativ, empathisch und tatkräftig, so stimmt auch die Ausstrahlung der Firma.

People Först - der Mensch im Mittelpunkt

Mitarbeiter sind die wichtigste Visitenkarte Ihres Unternehmens. Kurskorrekturen fürs Image und Charisma müssen deshalb immer beim Einzelnen und von innen heraus beginnen – zum Beispiel mithilfe der von mir favorisierten „Ich-Du-Wir“-Strategie. Gelingt dieser Transfer, werden Sie die einzigartige Wechselwirkung des „Von innen nach außen, von außen nach innen“ an Ihrem Erfolg messen können.





„Nur wer selbst begeistert ist,
kann auch andere begeistern!“

People Först in der Praxis

**„Ich lade Sie ein, das volle
Potential Ihres Unternehmens
zu entfalten und mit neuer Kraft
ungeahnte Erfolge zu erleben.“**

Regina Först

VORTRÄGE: Berührend. Klug. Effizient.

Die Top-Speakerin live erleben



„Die kann uns ja viel erzählen.“ Ja, genau das kann sie – mit ihrem einzigartigen Charme und viel Esprit werden ihre spannenden Themen zum brillanten Bühnen-Feuerwerk und begeistern ihr Publikum. Authentisch, geistreich und humorvoll erreicht Regina Först immer Herz und Verstand der Menschen: Sie vermittelt Wachheit und Lebendigkeit, schenkt ihnen eine Menge Energie, ein unvergessliches Erlebnis.

Regina Först zählt seit über 20 Jahren zu den Top-Speakern in verschiedenen Bereichen der Wirtschaft. Lassen Sie sich von ihren Vorträgen inspirieren, die sie je nach Bedarf auf Unternehmer, B2B-Kunden, Führungskräfte, Mitarbeiter oder Projekt-Teams konzipiert. Erleben Sie durch zahlreiche „Aha-Effekte“, wie aus Worten der Wunsch nach Veränderung erwächst und den Weg zum Handeln freimacht.

Gute Basis, viel Esprit

Ihre außergewöhnliche Gabe, Menschen zu berühren und mitzureißen, rundet die visionäre Querdenkerin durch ihre fundierten Kenntnisse in Kommunikationspsychologie, aus dem NLP, der Gehirnforschung, aus Farb- und Stillehre sowie aus der gewaltfreien Kommunikation ab. Im Bereich der Körpersprache wurde sie lange Zeit von der international bekannten Koryphäe Samy Molcho als ihrem Mentor und Trainer begleitet.

Gönnen Sie sich, Ihren Mitarbeitern und Ihren Kunden eines dieser besonderen Events.

„600 Teilnehmer haben Ihren Vortrag beim Bundeskongress gehört. Eine so große Zahl von Hörern zu fesseln und zu begeistern, ist eine wunderbare Gabe und sehr selten. Vielen Dank für dieses Erlebnis.“

S. Schipplack, Deutsches Rotes Kreuz

„Mit dem fesselnden Vortrag von Regina Först konnte die Marke Eucerin ihren 700 Gästen anlässlich des Interpharm-Kongresses ein echtes Highlight bieten. Die TeilnehmerInnen waren begeistert und bedankten sich mit nicht enden wollendem Applaus.“

I. Hartwig, Eucerin/Beiersdorf

„Mit viel Charme, Einfühlungsvermögen und Kompetenz haben Sie die Inhalte Ihrer Vorträge unseren Teilnehmern nähergebracht. Mit einer durchschnittlichen Bewertung von 1,13 haben die Teilnehmer Ihre Beiträge durchweg positiv bewertet.“

Kay Steinbach, Audi Region Süd-West

Vortrags-Themen

Für Führungskräfte, für Mitarbeiter und zur Kundengewinnung, zum Beispiel:

- **Innen klar? Alles klar!** – Führen durch Authentizität.
- **Charisma: das Ticket zum Erfolg.** – Wie Sie Ihre Ausstrahlung optimieren und andere für sich gewinnen.
- **Ich bin stark, wir sind spitze.** – Menschen verbinden für gemeinsame Erfolge.

Anlässe

Vorträge von Regina Först eignen sich immer dann, wenn Ansätze für eine humane UND produktive Business-Kultur gefragt sind. Zum Beispiel auf:

- **Incentive-Veranstaltungen** – wenn es gilt, neue motivierende Sinn-Zusammenhänge und Best-Practice-Beispiele zu liefern.
- **Messe-Veranstaltungen** – wenn es gilt, eine Facette der eigenen Unternehmenskultur darzustellen.
- **Kundenbindungs-Events** – wenn es gilt, anderen Unternehmern und Führungskräften neue Impulse zu geben und Gemeinsamkeiten zu stärken.
- **Mitarbeiter-Veranstaltungen** – wenn das Leitbild mit Bildern und Geschichten zum Leben erweckt werden soll.
- **Auftakt-Veranstaltungen** – wenn es gilt, die Energie für den Aufbruch zu wecken und den Kurs für den gemeinsamen Erfolg vorzugeben.



„Ich möchte mich bei Ihnen ganz herzlich für Ihren gigantischen Vortrag zu unseren Herbst-CollegTagen bedanken. Und jetzt kommt's: Ihr Vortrag wurde mit der Durchschnittsnote von 1,22 als bester Vortrag der CollegTage bewertet. Das freut mich riesig.“

H. Wollner, SchmidtColleg

„Die große Resonanz der TeilnehmerInnen und die interessierten Gespräche im Anschluss an Ihren Vortrag sprechen für sich. Alle waren ausnahmslos begeistert und die Kundenreaktion im Nachgang der Veranstaltung durchweg positiv.“

Katrin Neese, Conrad Hinrich Donner Bank AG

„Ihr Auftritt war DAS Highlight der Veranstaltung. Einige Zitate aus dem großen Fundus der begeisterten Bemerkungen verdeutlichen dieses in beeindruckendem Maße: einfach genial, ganz super, bin begeistert, top Referentin, einfach spitze!“

K. Pilar-Knus, Akademie für Fortbildung

Ganz oben warten besondere Herausforderungen



„It's lonely at the top“ – niemand weiß das so gut, wie die Führungskräfte deutscher Unternehmen. Sie stehen ganz oben, haben es „geschafft“, bersten vor Fachwissen und Kompetenz – aber leider zeigen sich im Umgang mit ihren Mitarbeitern oft Hindernisse oder Defizite. Eine Studie des „Global Leadership Forecast“ ergab, dass 43% der Führungskräfte nicht wissen, wie sie Veränderung vorantreiben und Talente innerhalb des Unternehmens identifizieren und fördern sollen.

Die wahren Herausforderungen der Führungskräfte liegen erfahrungsgemäß nicht auf der fachlichen, sondern auf der zwischenmenschlichen Ebene. Wer Mitarbeiter erreichen und motivieren möchte, muss heute nicht nur stark und kompetent, sondern vor allem empathisch sein. Führungskräfte, die Bestätigung und Zuwendung geben und die Potentiale ihrer Mitarbeiter erkennen, sie fordern und fördern, erreichen ein starkes Zugehörigkeitsgefühl und auffällig weniger Krankmeldungen. Angestellte, die Freude an ihrer Arbeit haben, wachsen in Punkto Produktivität und Einsatz über sich hinaus. Und das zahlt sich aus: Eine ASTD-Studie ergab kürzlich, dass Unternehmen mit motivierten Mitarbeitern 40 bis 200% mehr Leistung erbringen als ihre Mitbewerber.

Voraussetzung für optimiertes Leistungsverhalten ist die Fähigkeit, das eigene Führungsverhalten zu reflektieren, eine klare innere Aufstellung zu zeigen und eine mitreißende unternehmerische Vision. Denn: Nur wer sich selbst führen kann, kann auch andere führen – nur wer selbst begeistert ist, kann auch andere begeistern!

In ihren Seminaren und Workshops unterstützt Regina Först Führungskräfte dabei, ihren individuellen Führungsstil zu finden, in die Selbstmotivation und Eigenverantwortung zu gehen.

Es gilt die Formel:

Zufriedene Mitarbeiter = begeisterte Kunden = Unternehmenserfolg.

„Ihr Führungskräfteseminar gehört in die Kategorie ‚absolute Spitzenklasse.‘“
N. von Lonski, Biba GmbH

„Unser WIR ist stärker denn je. Sie haben uns in Bewegung gebracht und unserer Unternehmensentwicklung einen entscheidenden Impuls gegeben.“
K. Kaniecki-Loop, Phadia GmbH

„Von meinen Mitarbeitern höre ich nur Begeisterung zum Seminar und besonders zu ihrer Person. Sie haben es geschafft, alle Führungskräfte zu begeistern, und ich glaube, wir haben überbracht, dass es für eine erfolgreiche Fusion mehr bedarf, als nur gut ausgearbeiteter Businesspläne und Hebung von Synergieeffekten. Mit Ihrer warmherzigen und ausstrahlenden Art haben Sie es verstanden, selbst gestandene Banker mitzunehmen.“
Dr. V. Luxem, Volksbank Erkelenz-Hückelhoven

Gewinnen kann man nur als Team

Authentische Menschen haben eine gewinnende Ausstrahlung, sind klar in ihren Ansagen und wertschätzend im Umgang mit anderen. Das gilt auch und insbesondere im Unternehmen. **Menschen verbinden für gemeinsame Erfolge!** Lassen Sie Regina Först Ihre Führungskräfte dabei unterstützen, die innere Ein- und Aufstellung der Führungsebene zu wandeln und effizient auf die Mitarbeiter und dadurch auf den unternehmerischen Erfolg der gesamten Firma auszuweiten. So werden Stärken, Eigenmotivation und Selbstverantwortung der Einzelnen geweckt, und aus Mitarbeitern wird ein **Miteinander!**

Angebote Formate

„Begeisterte Mitarbeiter durch klare Führung“ - Seminare für Führungskräfte

Die Basis ist wichtig, aber Umdenken beginnt von oben – mit maßgeschneiderten Coachings für die Chef-Etage, die Ihr Unternehmen in die Gewinnerzone führen.

Mitarbeiter-Seminare

„90% unseres Potentials sind im Schnitt ungenutzt“, sagt die Dale Carnegie-Studie. Setzen Sie es durch Mitarbeiter-Seminare frei, wo die individuellen Stärken jedes Einzelnen aktiviert und gebündelt werden.

Sowohl Seminare für Führungskräfte als auch für Mitarbeiter werden von People Först in Absprache mit Ihnen exakt auf die Bedürfnisse Ihres Unternehmens konzipiert.

Darüber hinaus finden Sie Themen für Vorträge und Coachings auf den Seiten 11 und 15.



„Der Seminartag mit Ihnen war für uns so wertvoll wie kaum ein anderer.“

M. Körner, DPV Direct GmbH

„Von all meinen Verkäufern habe ich in den letzten Tagen nur positive Rückmeldungen erhalten. Folgende Zitate möchte ich Ihnen wörtlich wiedergeben: ‚Eine bessere Schulung hatte ich noch nie.‘ ‚Endlich ein Trainer, der echt ist und das darstellt, was er vermittelt.‘“

I. Somnitz, Verlag Karl Leitmeier

„In meinem Leben sind mir viele schöne Momente beschert worden, und ein solcher toller, unvergessener Moment sind Sie für mich. So etwas Wunderbares in einem Menschen zu wecken, zu finden, dass er mit festem Schritt seinen Weg gehen kann, ist nicht mit Worten zu beschreiben.“

M. Wendler

COACHING: Sympathisch. Authentisch. Effektiv.

Potentiale aufspüren – Leistung beflügeln



Spaß am Erfolg – damit Erfolg Spaß macht: Wer begeistert ist von dem, was er tut, gibt automatisch alles und kann somit Höchstleistung abrufen. Doch wie findet man heraus, was einen erfüllt, was einem wirklich Freude macht, wozu man sich berufen fühlt? Und wie agiert man ressourcenorientiert, also mit einer gesunden Balance zwischen Arbeit und Freizeit?

Da der Begriff „Coaching“ mit vielerlei Assoziationen belegt ist, kombiniert Regina Först ihn gerne mit dem Begriff „Training“. Sie „coach“ also nicht nur – sie „trainiert“ vielmehr neue Verhaltensmuster und Denkansätze. Dazu geht sie in die Unternehmen und schaut, wo Einzel- und wo Team-Trainings wichtig sind. Ihre Trainingseinheiten sind darauf ausgerichtet, die Kräfte der Einzelnen zu sammeln, zu bündeln und auf dieser Basis produktive und motivierte Teams zu bilden, die nachhaltig wirken.

Gut führen mit klarem Kurs

Ihre Trainings für Führungskräfte sind eine Art Supervision für Manager, denn oft gibt es für sie kaum noch ein Feedback von außen. Doch wer sich aus den Augen verliert, verliert – und kann so nicht mehr gut führen. Die Trainings helfen dabei, schnell wieder einen klaren Kurs zu fahren.

Die sensible Coaching-Arbeit von Regina Först ist vergleichbar mit der eines Navis, das eine Route zum Ziel erstellt und die Reise dorthin begleitet, eskortiert und dafür sorgt, dass der Fahrer nicht falsch abbiegt bzw. seine falschen Abzweigungen korrigiert.

„Nach Ihrem Coaching-Tag ging ein Ruck durch unser Unternehmen – es ist, als hätten wir nur auf Sie gewartet.“

Dr. J. Konzelmann

„Ich bin mir sicher, dass mein Auftreten und meine Ausstrahlung ein wichtiger Grund für meine Beförderung waren, und da hast Du eine ganze Menge Anteil daran.“

E. Wolf, Robert Bosch Stiftung + Mummert Stiftung

„Es war sehr beeindruckend, wie gut Sie sich auf die Persönlichkeit Ihres Gegenübers vorbereitet hatten. Mit großem Einfühlungsvermögen und überzeugender Kompetenz gelingt es Ihnen, vorhandene Stärken zu beleben und ungenutzte Fähigkeiten zu stärken.“

Marcel Haraszti, REWE GROUP

Coaching-Formate

Coaching ist immer individuell. So wie der Mensch und seine Themen. Gibt es eines, das Sie derzeit besonders beschäftigt? Wollen Sie etwas verändern, können aber den Weg dorthin noch nicht erkennen? Regina Först hilft Ihnen, die richtige Spur aufzunehmen. Mit ihr verwandeln Sie ein Problem in ein Projekt und gehen es beherzt an. Ein Coaching führt oft zu überraschender Selbsterkenntnis. Es schenkt Ihnen mehr innere Freiheit und ermöglicht wirksameres Handeln im Außen. Ob beruflich oder privat: Kurz- und langfristig erfahren Sie die Lust am Erfolg und wie Leben gelingt.

Coaching für Führungskräfte – wenn es darum geht, schnell wieder klaren Kurs zu fahren.

Coaching für Teams – ein neues Konzept von Einzel- und Gruppencoachings für nachhaltigen Erfolg.

Langzeit-Coachings – Begleitungen über einen festgelegten Zeitraum (ein Jahr und länger), die äußerst effektiv sind, um Nachhaltigkeit zu erreichen und Neu-Programmierungen zu verfestigen. Herausfordernd ist ja nicht der Wissenstransfer, sondern die Umsetzung im Alltag. Was lange währt, wird in diesem Fall nicht nur gut, sondern spitze!

Life-Coaching/Individuelle Privat- und Einzel-Coachings – sie dienen der Ausstrahlungs-Optimierung, der Entdeckung des eigenen Potentials oder einfach der Begleitung, wenn ein neuer Aufbruch ansteht.

Coaching auf Probe – testen Sie die Arbeit von Regina Först gratis und unverbindlich. Für nähere Informationen nehmen Sie bitte Kontakt mit uns auf (Seite 26).



„Es war einfach genial. Warum ist das so? Es kommt nicht auf das Was an, sondern auf das Wie. Wir kennen Dich jetzt schon so lange, und es ist immer wieder beeindruckend, wie Du die Menschen verstehst und wie wertschätzend Du mit den Menschen umgehst.“
friendchise! GmbH

„Sie haben es geschafft, unsere Kundinnen und auch uns Volksbanker zu begeistern. Darüber hinaus haben Sie Anstoß gegeben, über das eigene Verhalten und das Verhalten anderer nachzudenken.“
I. Somnitz, Verlag Karl Leitmeier

„Sie verstehen es in ganz besonderem Maße, Ihre empathischen Fähigkeiten ins Coaching einzubringen, sodass Selbsterkenntnis-Prozesse leicht in Gang gesetzt und die Selbstmanagement-Kompetenz gestärkt werden. Die Authentizität der Persönlichkeit stand immer im Einklang mit den Zielen des Coachings.“
M. Wendler

Überzeugte Kunden





BARTELS – LANGNESS



brillen.profi
einkauf.marketing.gemeinschaft



Landes Zahnärztekammer Baden-Württemberg
Körperschaft des öffentlichen Rechts
BEZIRKS ZAHNÄRZTEKAMMER
KARLSRUHE



Phadia

empl.friseure
gong empl.gong



emotion

CHRIST
Juweliere und Uhrmacher seit 1863



REWE GROUP

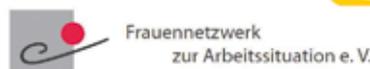
DEISS

Impulse Academy



Frisch föhrliebt.

B/S/H/
BSH BOSCH UND SIEMENS HAUSGERÄTE GMBH



COMMERZBANK

:hager

BiBA

scARLet
friSeure

FIGARO GmbH
Coiffure Optimal

Kadus
...my way!



BILFINGER BERGER



Volksbank
Stuttgart eG

blend-a-med



„Mit Ausstrahlung und
Charisma zum Erfolg“

Erfolg hat, wer sich selbst folgt

Die Expertin



Profitieren Sie von ihren profunden Kenntnissen. Ihrem Erfahrungsschatz. Ihrer Menschenkenntnis. Ihrer visionären Kraft. Ihrem abwechslungsreichen Repertoire.

Die Speakerin

Mit ihrem authentischen, mitreißenden Vortragsstil schafft Regina Först den einzigartigen Transfer von Wissen UND Emotion, der ihre Zuhörer fasziniert und berührt.

Ob Impulsvorträge für Kunden, Motivationsveranstaltungen für Mitarbeiter oder Vorträge auf Fachkongressen – stets wird ein Lernerlebnis mit persönlichem Wachstum, Aha-Effekten und höchster Zufriedenheit erreicht.

„Mit exzellentem Fachwissen und besonderen Kenntnissen ein Publikum so zu fesseln, ist die eine Sache. Dabei als Persönlichkeit derart präsent zu sein – das ist ein Erlebnis!“

H. Reinhardt, 1. Vizepräsident BdH

Die Führungskraft

Die studierte Textil-Betriebswirtin B. T. E. ist eine Expertin par excellence. Als ehemalige Verkaufsleiterin bei *Hennes & Mauritz* und Personalchefin bei *New Yorker* weiß Regina Först, wovon sie spricht. Führung, Mitarbeitermotivation, Kundenbindung sind keine theoretischen Spielfelder, sondern erfolgreich gelebte Praxiserfahrungen vor internationalem Background.

Die Lehrbeauftragte

Mit Passion teilt sie ihr Wissen und ihre Lebenserfahrung und gibt sie an Lernende mit verschiedenen Berufszielen aus unterschiedlichen Branchen weiter.

Hochschulen, Fachhochschulen, private und öffentliche Akademien sowie Bildungszentren schätzen ihren praxisbezogenen Wissenstransfer.

Die Innovatorin und Unternehmerin

Regina Först erkennt und handelt.

„Wie kann man Gesundheit verkaufen, wenn man im weißen Kittel selbst krank aussieht?“, fragte sie sich nach vielen Veranstaltungen in Praxen und Apotheken. Dieses entscheidende Manko führte zur Kreation des Farbtons „först weiss“ und zur Gründung des Unternehmens *först class CORPORATE FASHION* – dem führenden Anbieter von persönlichkeitsgerechter Berufsmode, nicht nur im Gesundheitswesen.



„först class hat mit der CONCEPT Line für die Weltapotheke auf der EXPO 2000 eine völlig neue Dimension der Mitarbeiterkleidung kreiert. Mit viel Phantasie und Liebe zum Detail ist ein perfektes, harmonisches Outfit entstanden, das im Rahmen einer ganzheitlichen Pharmazie die eigene Persönlichkeit wirkungsvoll unterstützt.“ S. Iskenius, die Weltapotheke

„Farben, die wir tragen, beeinflussen unser Befinden und unsere Wahrnehmung. Viele Friseure verwendeten ausschließlich braune oder schwarze Umhänge und wunderten sich, wieso sie kaum Farbumsatz gemacht haben.“ Diese Erkenntnis setzte Regina Först in ein farbiges Cape-System um, das in kürzester Zeit weite Verbreitung fand.

„Die Arbeit mit den farbigen Umhängen ist die einfachste Magie, die ich in meinen 20 Jahren Friseurerfahrung machen durfte. Geringer Einsatz – enormer Nutzen – einfach genial.“ F. Brormann, internationaler Topakteur für Wella

Die sozial Engagierte

Soziale Verantwortung durch Taten: 2004 gründete Regina Först mit Freunden den gemeinnützigen Verein *Heute ist ein Lächeltag e.V.*, der Menschen in Not hilft. Mit Teilen ihres Honorars unterstützt sie konkrete Projekte und leistet persönliche Hilfe.



www.laecheltag.de

Die Autorin

Der Bestseller



Ausstrahlung. Wie ich mein Charisma entfalte
132 Seiten, 7. Auflage
Kösel-Verlag
21,99 Euro

Ihr Buch „**Ausstrahlung. Wie ich mein Charisma entfalte**“ (Kösel Verlag, München) ist ein begehrter und erfolgreicher Longseller.

„Authentisch und feinfühlig folgt Regina Först ihrem Weg, ihrer Lebensaufgabe, indem sie auf liebenswerte Weise anderen hilft, ihr Potential zu entfalten. Sie hat die besondere Gabe, mit ihrer wundervollen Ausstrahlung die Menschen zu berühren.“ *Samy Molcho*

Pressestimmen

„Charisma hat wenig mit äußerer Schönheit und viel mit innerer Haltung zu tun. Wir empfinden die Menschen als faszinierend, die Offenheit ausstrahlen, mit ihrer Körpersprache ebenso wie durch ihr Verhalten. Schenken Sie Ihrem Gegenüber ein ehrliches Lächeln, schauen Sie ihm in die Augen und zeigen Sie Interesse. Scheuen Sie sich nicht, zu Ihren Gefühlen zu stehen, ganz gleich, ob Sie guter Laune oder traurig sind. Je mehr Sie mit sich selbst im Reinen sind, desto größer ist Ihre Ausstrahlung.“ *COSMOPOLITAN 2006*

„Das Wichtige vom Unwichtigen trennen, nicht mehr hinter vermeintlichem Erfolg herlaufen: Die Beraterin und Trainerin Regina Först aus Norddeutschland hat das alles schon hinter sich gebracht. Einst very busy als Einkäuferin und Personalchefin in der Bekleidungsbranche hat sie nach einer schweren persönlichen Krise ihr Leben von Grund auf neu sortiert. Seit sie von innen nach außen lebt – und nicht umgekehrt –, ist sie nach eigenen Angaben glücklicher und erfolgreicher denn je. Ihre Erfahrungen und zahlreiche Tipps kann man nachlesen in: *Ausstrahlung. Wie ich mein Charisma entfalte*, erschienen im Kösel-Verlag.“ *Fr. 31.30 Berner Zeitung 2003*

Bestellung des Buches für Sie, Ihr Team oder für Ihre Kunden überall im Handel und bei www.people-foerst.de.

Das Business-Buch



People Först - Die 7 Business-Gebote

160 Seiten
Kösel-Verlag
16,99 Euro

Ebook
Kösel-Verlag
13,99 Euro

Hörbuch
steinbach sprechende bücher
17,99 Euro



Bestellung des Buches für Sie, Ihr Team oder für Ihre Kunden überall im Handel und bei www.people-foerst.de.

Der wichtigste Erfolgsfaktor im Business ist der Mensch!

Einen Wettbewerbsvorteil werden künftig vor allem diejenigen Unternehmen haben, die den Menschen in den Mittelpunkt stellen. Das heißt: Wertschätzung und Respekt kultivieren, Ziele durch Sinn und Leidenschaft ersetzen. Die **7 Business-Gebote** ermutigen Sie zu einem beherzten Wandel in der Arbeitswelt.

Sie zeigen, was Sie als Führungskraft oder Mitarbeiter bewegen können. Fangen Sie einfach an!

Die **7 Business-Gebote** bringen Ihnen: Klarheit, Inspiration und Lust auf beschwingte Spitzenleistungen.

Mit einem Vorwort von Samy Molcho!

Stimmen zum Buch

„Lebendig. Zupackend. Lebensnah. Und authentisch. So, wie wir Regina Först seit Jahren auch immer wieder als Referentin erleben dürfen. Denn sie erreicht die Herzen der Menschen! Ihre ‚Business-Gebote‘ machen Mut! Mut, dass wir selbst (wieder) Herr sein können über unser Leben und unseren Erfolg.“ Rebecca Kandler, Chefredakteurin TOP HAIR INTERNATIONAL

„Regina Först bringt auf den Punkt, was vielen Unternehmen gerade in der jetzigen Zeit den entscheidenden Schub nach vorne bringen würde: Werte wie Integrität, Glaubwürdigkeit, Vertrauen und Zutrauen. Doch um diesen Weg zu gehen, braucht es neue Einsichten und ein Umdenken – bei jeder einzelnen Führungskraft. Hierzu gibt das Buch zahlreiche gute Tipps und Hilfestellungen.“ Dr. Veit Luxem, Vorstandsvorsitzender Volksbank Erkelenz

„Hier wird die Frage beantwortet: Sind persönliches anhaltendes Glück, Selbstzufriedenheit und Menschlichkeit kompatibel zum ökonomischen/unternehmerischen Erfolg? Die fast reflexhafte Antwort ‚Ja, aber‘ wird ersetzt durch ‚Ja, uneingeschränkt‘. Das Buch ist ein Muss, wenn es darum geht, als Entscheider seinen inneren Kompass zu kalibrieren.“ Norbert von Lonski, Geschäftsführer der BiBA GmbH

„Regina Först bricht eine Lanze für ein verlorenes Subjekt: den Menschen im Business. Alle reden von mehr Gewinn – aber wer redet von mehr Sinn, mehr Menschlichkeit, mehr Liebe? Ein erfrischendes Manifest für eine Wirtschaft mit Herz, dem ich wünsche, dass es zu Herzen genommen wird!“ Martin Wehrle, Karriereberater und Autor

Die TV-Beiträge

Ob mit Interviews oder Coaching – Regina Först ist auch in Fernsehbeiträgen präsent:



Focus TV

Regina Först als Interviewpartnerin bei Focus TV zum Thema „Das Geheimnis des 1. Eindrucks“. Worauf reagieren Menschen beim ersten Kontakt, und wie schnell und oft landen Menschen unbewusst in falschen Schubladen?



SAT.1 Frühstücksfernsehen

5 Beiträge zum Thema „Zurück in den Job“, ein Coaching von zwei Frauen, die sich für ihren Traumberuf bewerben wollen.

„Akte 06“ auf SAT.1

Regina Först bei Ulrich Meyer zum Thema: „Berufsanfänger fit machen für das Vorstellungsgespräch“.

„Magazin am Mittag“ auf SAT.1

5 Beiträge zum Thema „Fit für den Job“.



Guten Morgen NRW

Regina Först zum Thema Ausstrahlung und Charisma – Was ist das Geheimnis von Menschen mit positiver Ausstrahlung?



Die Presseberichte

Go green!

Aus ökologischen Gründen verzichten wir auf den Abdruck von weiteren eigenen Veröffentlichungen und Presseberichten.

Unser umfangreiches Archiv finden Sie auf der Website.
Herzlich willkommen beim Stöbern!

Kontakt

Regina Bergner

Office Managerin



People Först

Bahnhofstraße 50
24582 Bordesholm

Telefon +49(0)43 22 - 69 23 45

Fax +49(0)43 22 - 69 23 46

E-Mail regina-bergner@people-foerst.de

Web www.people-foerst.de

Dankeschön

Ein herzliches Dankeschön an:

Regina Bergner, Office Managerin

Daniela Blei, Design

Michael Goldenbaum, Fotografie

Serena Goldenbaum, Visagistin

Joy Kröger, Fotografie

David Maupile, Fotografie

Patrick Immo Nawe, Fotografie

Ulrike Reverey, Redaktion

Claudia Thesenfitz, Text

Dag von Boor, Fotografie

Claudia Wegener-Bracht, Hair & Make Up Artist

www.people-foerst.de

www.danielablei.de

www.michaelgoldenbaum.de

www.serenagoldenbaum.de

www.joykroeger.de

www.davidmaupile.com

nawe@holstein-kiel.de

www.laecheltag.de

www.claudiathesenfitz.de

dagvonboor.tumblr.com

www.claudiawegener-bracht.de



MIT AUSSTRAHLUNG UND CHARISMA ZUM ERFOLG
ERFOLG PASSIERT, WENN DU DIR SELBST FOLGST
BEOBACHTUNG OHNE BEWERTUNG
IM NEIN ACHTE ICH MEIN SEIN
WER SICH SELBST KENNT, KANN ÜBER SICH HINAUSWACHSEN
KLARHEIT INNEN, KLARHEIT AUSSEN

FÜHRUNG BRAUCHT SELBSTFÜHRUNG

ZIELSETZUNG UND UMSETZUNG FÜHREN ZUM ERFOLG
GEFÜHLE SETZEN HANDLUNGEN IN GANG
MITEINANDER STATT GEGENEINANDER

JA MEINT JA, NEIN MEINT NEIN

SELBSTBEWUSSTSEIN HEISST, SICH SEINER SELBST BEWUSST ZU SEIN
WAS TRIFFT, TRIFFT ZU

vom ICH zum WIR

AUTHENTIZITÄT ÜBERZEUGT

60000 GEDANKEN AM TAG SIND 60000 IMPULSE FÜR DEN KÖRPER
SOLLTE HÄTTE KÖNNTE WÜRDE? MACHEN!

BE ALL THE PERSON YOU CAN BE

LEBENSKRISEN SIND WAHRNEHMUNGSKRISEN

ENT-TÄUSCHUNG IST DAS ENDE DER TÄUSCHUNG

STEH JEDEN MORGEN SO AUF, ALS WÄRE ES ABSICHT

WERTSCHÖPFUNG DURCH WERTSCHÄTZUNG

GLÜCKSFORMEL: AKZEPTIEREN, WAS IST

HAND IN HAND MIT HERZ UND VERSTAND

Menschen verbinden für gemeinsame **Erfolge.**

People Först
business follows