Willkommen bei PARLA

Menschen entwickeln und bewegen.

PARLA
People Potential

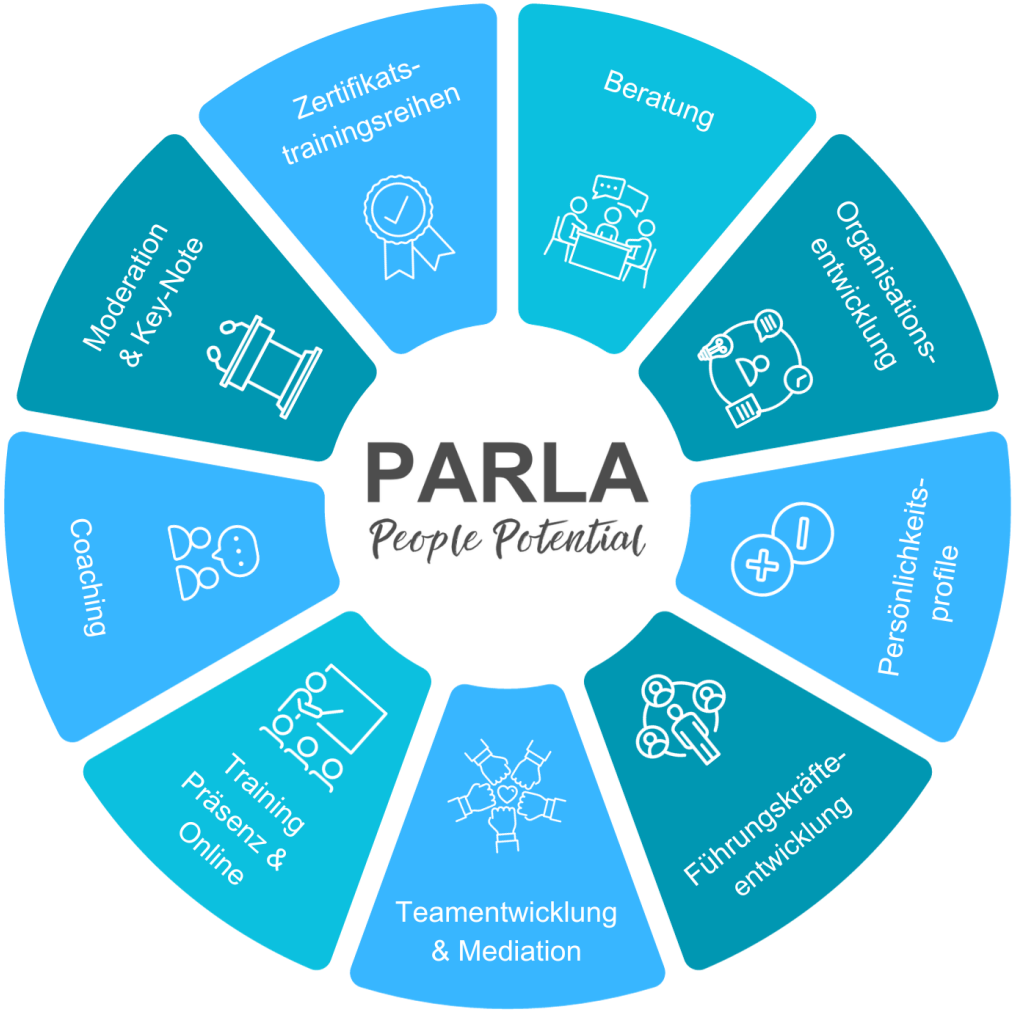
TRAINING COACHING ENTWICKLUNG

Stand: August 2026

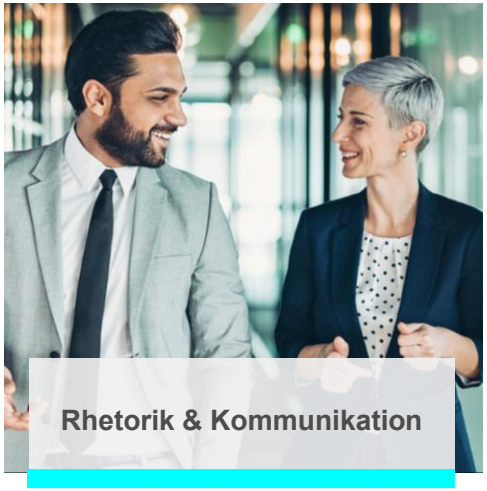
Firmendaten im Überblick

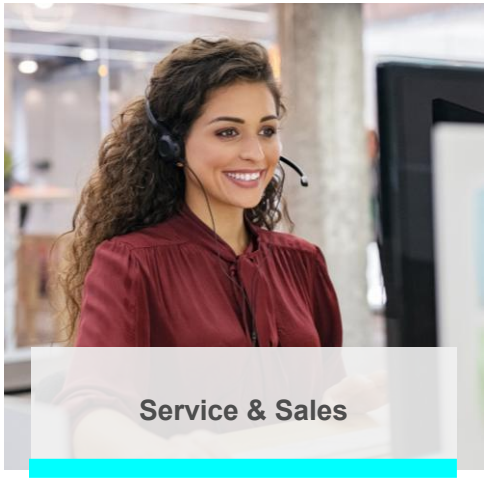
Gründung:	2000, seit 2013 GmbH & Co. KG
Geschäftsführung:	Anja Oser (alleinige Gesellschafterin)
Team:	45 freie Expert*innen überregional 3 Office-Mitarbeiter*innen
Standort:	Neckarstaden 20 69117 Heidelberg
Kontakt:	Tel.: +49 (6221) 58 58 40 E-Mail: willkommen@parla.de
Webseite:	www.parla.de

Unser Leistungsspektrum



PARLA Trainings-Themenwelt





Medial unterstütztes Feedback

Für Ihren Erfolg werden Sie durch unterschiedliche multimediale Feedbackverfahren von **PARLA®** unterstützt. Wir begleiten Sie durch unsere Trainings und Coachings mit

- Digitalem Fotoprotokoll
- Vorbereitungsaufgabe, Fragebögen, Interviews
- Video- oder Tonanalysen, digitaler Telefontrainingsanlage
- Mündlicher Rückmeldung zu Erfolgen und Potenzialen
- Transferplan, Memowürfel, Memokarte

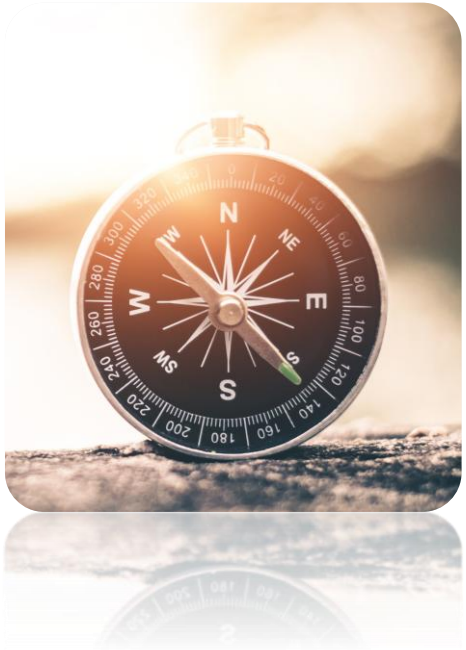
Multisensorisches Arbeiten

Hören, sehen, fühlen – Sinn-volles Arbeiten regt alle Sinne an.

- Bei uns trainieren Sie durch gezielte Übungen Ihre visuellen, auditiven und kinästhetischen Wahrnehmungs-Kanäle
- Unser ganzheitlicher Ansatz und unser nachhaltiges Konzept sorgen für Ihren optimalen Lernerfolg

COACHING

Geschäftsführerin Anja Oser leitet seit über 25 Jahren Mitarbeiter bei **PARLA®**.
Sie hat bereits Hunderte von TOP-Führungskräften aus Politik und Wirtschaft erfolgreich trainiert, beraten und gecoacht.



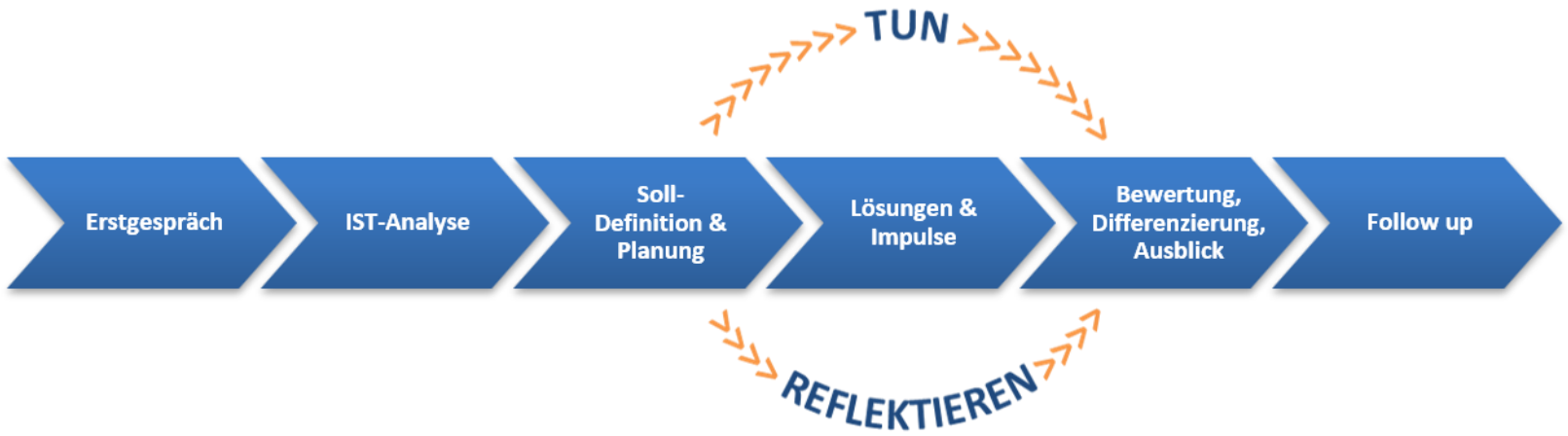
- **Mit bewussten Wurzeln die Gegenwart meistern und die Zukunft gestalten**
  - Glaubenssätze überprüfen und Ressourcen stärken
  - Systemischer Blick in die Vergangenheit und in die Zukunft, um das Ich im Jetzt zu stärken

- **Ein auf Sie zugeschnittener Prozess**
  - Individuelle Coachingarbeit
  - Die Intensität von Coaching zeigt schnell Wirkung → Ein Prozess mit mehreren Sessions sorgt für Nachhaltigkeit.
  - Systemisches Coaching, High-Performance-Coaching und wingwave®-Coaching
  - Möglichkeit eines Persönlichkeitsprofils zu Beginn → Hilt beim Herausarbeiten von Stärken und Potenzialen → Ableitung eines Entwicklungsplans

COACHING

Prozessüberblick

- Inhaltliche Mischung aus systemischem Coaching mit Anteilen aus Training und Beratung zur Persönlichkeitsentwicklung
- 2-stündige - 1/2-tägige Sessions am Ort Ihrer Wahl mit zeitlichen Abständen, ca. 3 Wochen
- Ein professionelles Feedback gibt Ihnen Sicherheit und fördert Ihre Professionalität, so dass Sie sich ganz auf Ihre Aufgabe konzentrieren und zugleich Veränderungen einleiten können
- Service: schriftliche Zusammenfassung, USB-Stick, Fotoprotokoll und Memo-Material

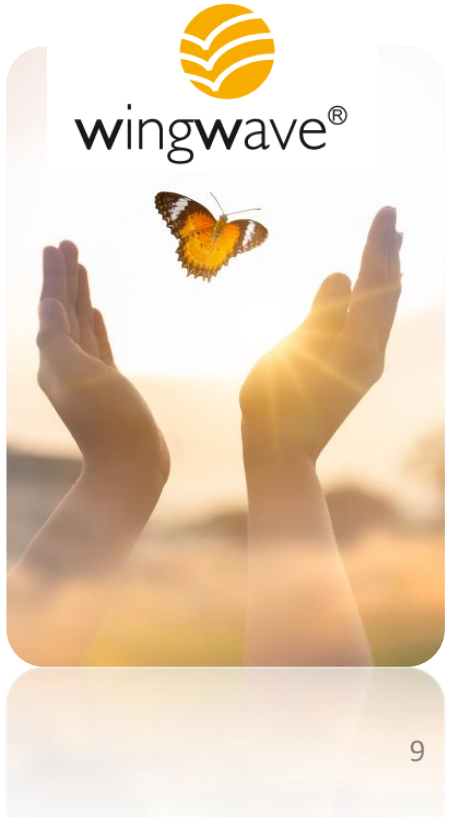


Was ist wingwave®-Coaching?

Ein Fall für **w**ing**w**ave®**?**

Wenn Sie merken, dass Sie sich zwar gerne anders verhalten, anders denken oder anders fühlen möchten, diese Veränderungen Ihnen aber nicht gelingen, dann könnte **w**ing**w**ave® hilfreich sein. Mit **w**ing**w**ave® können wir:

- Stress-Situationen, wie z.B. Krisen, Konflikte oder Auftrittsängste bewältigen
- Körperlichen Stress und Schlafstörungen abbauen
- Positive Glaubenssätze und Ressourcen festigen



Wie **w**ing**w**ave® wirkt:

Systemische Fragen und der Muskeltest helfen dabei, punktgenau am Themenkern zu arbeiten. Über ein Winken vor den Augen des Klienten oder mit Klopfimpulsen regen wir im Wachzustand die REM-Phase an. So kann Stress nachhaltig und spürbar gelöst werden.

Die Wirkung ist von den Universitäten Hannover, Köln und Hamburg nachgewiesen.
Fordern Sie Studien zur Wirksamkeit von **w**ing**w**ave® direkt bei uns an!

Ihr Coaching-Raum

Geschützter Raum mit hoher Decke, großen Fenstern und Neckarblick

Rund-um-Service mit Memo, Parkplatz, Getränken und Begleitmaterial

Eine angenehme Atmosphäre gehört bei PARLA® zum Konzept.

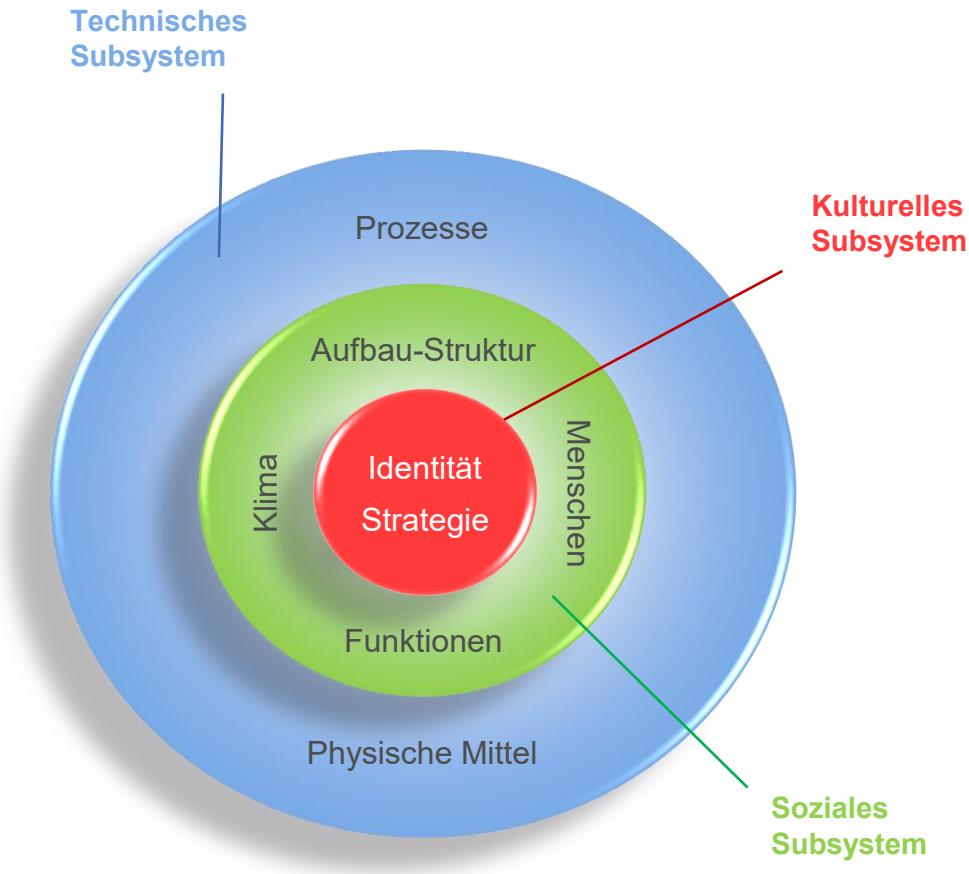
Ihr Workshop-Raum

Hier sehen Sie unseren Workshopraum (für max. 6 Personen).
Diesen nutzen wir auch für unsere Online-Trainings.

ENTWICKLUNG

Organisationsentwicklung

- Arbeit an Unternehmenswerten, Vision und Purpose
- Strategieentwicklung, Bereichs-Business Plan, Ziele
- Leitlinien für Führungskräfte, Kundenorientierung und interne Kommunikation
- Reorganisation, holokratische Struktur, agiles Arbeiten
- Prozessentwicklung, agile Arbeitsmethoden
- New Work, Gestaltung der Umgebung



Wesenselemente nach F. Glasl

ENTWICKLUNG

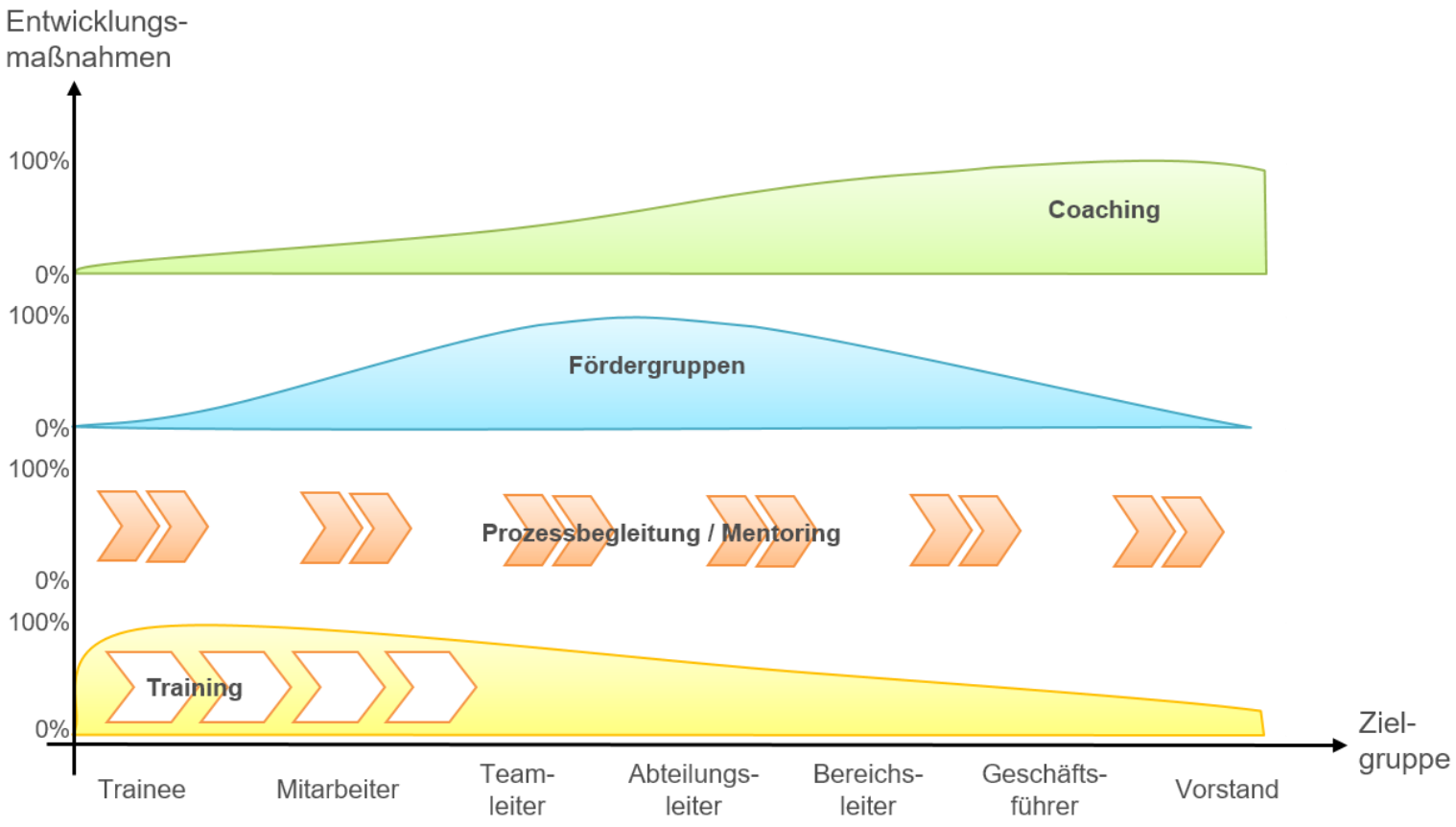
Teamentwicklung

- Teambuilding und -entwicklung mit INSIGHTS MDI, Lumina Sparks oder Lego Serious Play
- Konfliktmoderation, Dynamic Facilitation, Reteaming und Mediation
- Vertrauen stärken, offene Kommunikation entwickeln
- Moderation von Offsites

Führungskräfteentwicklung

- Sie möchten Ihre Führungskräfte schrittweise (weiter-) qualifizieren?
- Wir bringt einen Erfahrungsschatz von über 15 Jahren mit.
- Wir bieten nicht nur einzelne Module oder Coachings an, sondern erstellen für Ihre Führungskräfte ein auf Ihr Unternehmen zugeschnittenes Entwicklungsprogramm.

Ansätze zur Führungskräfteentwicklung



Beispielablauf für ein Qualifizierungs-Programm für Führungskräfte

Interaktiver Impulsvortrag

Unser PARLA® Expert*innen-Netzwerk

Unsere Referenzen (1)

Unsere Referenzen (2)

- ABC Druck GmbH, Heidelberg
- Au-Pair Society e.V., Dreieich
- ASS Lerntherapiezentrum, Heidelberg
- aubex GmbH, Hockenheim
- BASF SE, Ludwigshafen
- Bilfinger SE, Mannheim
- Christoffel-Blindenmission Deutschland e.V., Bensheim
- Deutsche Bausparkasse Badenia AG, Karlsruhe
- DHBW Mosbach - Duale Hochschule Baden-Württemberg Mosbach
- DG Medien GmbH, Heidelberg
- IHK-Akademie Ostwestfalen GmbH, Bielefeld
- Julius Berger International GmbH, Wiesbaden
- KIT - Karlsruher Institut für Technologie, Karlsruhe
- KNORR Health Strategy
- Lorch Schweißtechnik GmbH, Öhringen
- Secorvo Security Consulting GmbH, Karlsruhe
- Trans Europa Express Holding AG
- Verivox GmbH, Heidelberg
- Landratsamt Rhein-Neckar-Kreis, Heidelberg

Qualitätssiegel (1)

Forum Werteorientierung in der Weiterbildung e.V.
Qualität
Transparenz
Integrität

Qualität, Transparenz und Integrität sind ethische Grundsätze, die wir in unserem Handeln umsetzen und leben. Diesem Berufskodex haben wir uns durch die Mitgliedschaft im Forum "Werteorientierung in der Weiterbildung e. V." verpflichtet, denn nur durch eine werteorientierte Führung und Weiterbildung erreichen Sie als Unternehmen nachhaltigen und dauerhaften Erfolg.

Siegelträgerin ist **Anja Oser**. Alle Mitarbeiter und Trainer von **PARLA®** orientieren sich ebenfalls daran.

DGSS e.V.
Deutsche Gesellschaft für Sprechwissenschaft und Sprecherziehung

Alle PARLA-Experten mit DGSS-Mitgliedschaft arbeiten nach den zugrunde gelegten Prinzipien und sind dem Leitbild der "Sprecherzieherinnen und Sprecherzieher der DGSS – Unser Selbstverständnis“ verpflichtet.

Die kompletten Grundsätze finden Sie hier:
https://www.dgss.de/verein/leitbildprofil/

Qualitätssiegel (2)

BDVT SILBER-PREISTRÄGER 2017/2018
EUROPÄISCHER PREIS FÜR
TRAINING, BERATUNG UND COACHING

Zusammen mit der Freudenberg Service KG (ehemals Freudenberg Sealing Technologies GmbH & Co. KG) haben wir den europäischen Trainings-Preis in Silber in der Kategorie 2 (Unternehmen ab 1000 Mitarbeitenden) gewonnen. Ausgezeichnet wurde das Projekt „Mitarbeiterbewertung & Feedbackgespräche im Rahmen des Talent Management Prozesses (TMP)“, das wir im Tandem mit FST mit 5 unserer Experten*innen in 4 verschiedenen Ländern mit 32 Trainings durchgeführten.

Unsere Werte

TRAINING

Wirksam präsentieren, kommunizieren und führen, gesund leben

Ihre Persönlichkeit zählt! Deshalb entwickeln wir mit Ihnen Körpersprache, Stimme und sprachlichen Ausdruck, damit Sie rundum überzeugen können. Zugleich begleiten wir Sie als Experte für Führung und Selbstführung.

So finden Sie bei **PARLA®** Möglichkeiten,

- wirkungsvoller aufzutreten und zu reden
- wirksamer Gespräche zu führen und erfolgreicher zu verhandeln
- klar und werthaltig zu führen
- Leben und Beruf sinnvoll und nachhaltig zu gestalten
- kundenorientiert zu kommunizieren und zu agieren
- sich für die Zukunft gut aufzustellen

Personalentwicklungsprogramm für Mitarbeiter*innen

Trainingsreihe Kommunikation

Grundlagen der Kommunikation (Basis)

- Wirksame Gespräche führen
  (a) Vom Small Talk zum Big Talk
  (b) Fokus Kundengespräche
  (c) Telefontraining
- Verhandlungs- & Argumentationstechnik
- Konflikt-Management/Teamentwicklung

Trainingsreihe Präsentation & Moderation

Rhetorik (Basis)

- Erfolgreich präsentieren
- Souverän reagieren in Diskussionen
- Meetings leiten & Workshops moderieren
- Online sprechen, präsentieren, moderieren

Personalentwicklungsprogramm für Führungskräfte

Seminarreihe Führung

- Leadership Skills
- Das Feedbackgespräch
- Mitarbeiter*innen situativ führen
- Teams und Gruppen führen
- Gesund führen
- In die Veränderung führen

Unsere Spezialthemen:

- Stimme als Führungsinstrument
- Mehr Durchsetzungsvermögen
- Krisenkommunikation
- Agil führen
- Virtuell führen
- Frau in Führung
- Von der Fachkraft zur Führungskraft
- Führen in der Sandwichposition

Weitere Infoquellen

Besuchen Sie uns gerne im Internet!

PARLA-Webseite: www.parla.de

LinkedIn: Anja Oser / Unternehmensprofil PARLA GmbH & Co. KG

Instagram: parla_hd

JOIN OUR SHORTLETTER

- Immer auf dem Laufenden bleiben
- Jedes Mal ein anderes Leitthema
- Fachartikel, Buchtipps und Vorstellung des entsprechenenden PARLA-Trainings

Anmeldung unter:

www.parla.de/shortletter/

Ihr PARLA-Team – Sprechen Sie uns an!

Anja Oser

Geschäftsführerin
PARLA GmbH & Co. KG

+49 6221 58 58 45

aoser@parla.de

Angelika Krebs

Steuerung & Kontrolle

+49 6221 58 50 6 -73

akrebs@parla.de

Miriam Klimek

Fachkraft für Kunden-betreuung und Projektkoordination

+49 6221 58 50 6 -81

mklimek@parla.de