

CURRICULUM VITAE - SILKE BRUNNER

BERUFSERFAHRUNG

- 2023 – Heute
- Selbständigkeit: Bewegungsorientierte psychologische Beratung & Gesundheitscoaching**
- www.silkebrunner.ch
 - Schwerpunkte: Begleitung von Krebspatient:Innen & Trauerbegleitung. Personal Health Coaching & Psychologische Beratung. Kindsverlust.
 - Rückbildung nach Kindsverlust: Konzepterstellung der psychosozialen Begleitung & funktionellen Rückbildung für Frauen nach Kindsverlust. Erfolgreiche Durchführung in Kleingruppen und bei Bedarf im 1:1. <https://www.maam.ch/kurse/rueckbildungskurs-nach-kindsverlust/>
 - Vorträge Bewegung & Motivation: Referentin zum Thema Motivation, Ziele und Bewegung im Rahmen einer förderlichen, engagierten Mitarbeiterkultur.
 - Selbstfürsorgekonzept für Mitarbeiter:Innen im Rahmen der BGF.
- 02/2023 – 08/2023
- Psychoonkologie, Kantonsspital Baselland, Liestal**
- Aufbau Entspannungsverfahren im Einzel- und Gruppensetting mit eigenen Patienten inkl. Planung der Interventionen und Ziele gemäß psychotherapeutischem Vorgehen
 - Teilnahme an Therapiesprechstunden, Intervention, Supervision
 - Vertretung der PO in diversen interprofessionellen Konsilen
 - Vorstellung der PO für neue Patienten, entlastende Gespräche für bekannte Patienten
 - Reporting Distress Fragebogen und Zuweisungsverhalten
 - Patientenadministration: Abrechnung sowie Dokumentation der Gespräche inkl. Verfassen von psychopathologischen Berichten bei Erstkontakten
- 03/2019 – Heute
- Spirit Studio, Basel**
- Teaching mit Fokus auf Embodiment - Wechselwirkung von Körper und Psyche anhand verschiedener Entspannungs- und Trainingstechniken: Personal Training im 1:1, Yoga-, Meditations- und Pilates Kursleiterin von Personen allen Alters.
 - HSG Nordwestschweiz: Entspannungs- und Yogalehrerin als Trainingsergänzung der U15 Elite im Handball.
 - Backoffice: Buchhaltung, Rechnungswesen und Kundenpflege.
- 11/2016 – 12/2018
- Straumann Group, Basel, Global Market Research Manager**
Abteilung: Global Customer Marketing and Education
- Aufbau und Implementierung der globalen Marktforschung inkl. Aufbereitung und Präsentation von umsetzbaren Erkenntnissen und Empfehlungen.
 - Moderation von Fokusgruppen unter Zahnärzt:Innen und Durchführung von Interviews.
- 11/2006 – 10/2016
- DSM Nutritional Products**
- 08/2010 – 10/2016
- Market Development Manager Human Nutrition and Health**
Abteilung: HNH Marketing Europe, Middle East and Africa, Basel
- Produktlebenszyklus Management / Projektleitung
 - Marktforschungs- und Konsumententrend- Expertin für die Region EMEA
 - Entwicklung des Marketingplans für das neu gegründete Sport-Segment

- 12/2006 – 07/2010 **Business and Competitive Intelligence Manager Europe**
Abteilung: Global Business Insights, Produktmanagement, Kaiseraugst
- Erhebung und Analyse von Informationen über die globale Wettbewerbslandschaft. Effiziente Verbreitung relevanter Daten im Wissensmanagementsystem für Wettbewerbs- und Marktforschungsdaten.
- 10/2008 – 12/2008 **UN World Food Programm, Bangladesch**
- Entwicklungshelferin des Welternährungsprogramms der Vereinten Nationen, speziell für Micronutrients.
- 10/2004 – 11/2006
04/2006 – 11/2006 **Ipsos**
Research Manager, Ipsos Suisse SA, Genf
- Koordination internationaler, quantitativer Marktforschungsprojekte
- 10/2004 – 03/2006 **Junior Research Executive, Ipsos Access Panels, Hamburg (D)**
- Management nationaler und internationaler Ad-hoc Projekte vor allem im Offline- und Online-Access-Panel

AUSBILDUNGEN

- 2023 – 2024 **Medizinische Fakultät Universität Basel, DSBG**
CAS Personal Health Coach.
Coaching in Prävention und Gesundheitsförderung mit Fokus auf Interventionsstrategien zu Bewegung, Sport, Ernährung und Stressregulation; Strategien für Coaching und Gesprächsführung, Theorien und Techniken zur Verhaltensänderung. EMR/ Krankenkassen anerkanntes Coaching.
- 2023 – 2024 **Fachstelle für Kindsverlust, Bern.**
Weiterbildung der professionellen Begleitung bei frühen Kindsverlust in den unterschiedlichen Phasen von Schwangerschaft, Geburt, Weitertragen oder erste Lebensjahre.
- Dozentin für anschließende Weiterbildungen unter Fachpersonen sowie Mentorin.
- 11/2018 – 01/2024 **SRH Fernhochschule, Heidelberg** (staatl. anerkannt & akkreditiert)
Bachelorstudiengang Psychologie (in Teilzeit/ 2021 zwei Urlaubssemester).
Gesamtnote: hervorragend mit Auszeichnung (1.2)
Schwergewicht: Klinische Psychologie / Rehabilitationspsychologie
Abschlussarbeit: Kurskonzept zur Begleitung von Frauen nach frühem Kindstod.
Ein qualitatives Forschungsprojekt zur Erleichterung des Trauerprozesses nach frühem Tod des eigenen Kindes (bewertet mit der Note hervorragend, 1.0).
- 2021 – 2022 **propallium – Schweizer Palliativstiftung für Kinder und junge Erwachsene**
Pädiatrische Palliative Care (Basisschulung) zur ehrenamtlichen Begleitung betroffener Familien mit schwersterkranktem Kind mit Fokus auf Geschwister.
- 10/2015 – 07/2016 **Hochschule für Soziale Arbeit, Olten**
CAS Ressourcenorientierte Beratung
Schwergewicht: Ressourcenorientierte und zielgerichtete Führung von psychosozialer Beratung mit dem Menschen in seinem Lebensführungssystem

- 10/1999 – 07/2004 **Hochschule Pforzheim**
Diplomstudiengang Betriebswirtschaft/ Marktforschung und Konsumentenpsychologie
- Förderpreis für herausragende Leistungen meiner Diplomarbeit im Bereich niedergelassene ÄrztInnen und Spital: Herausforderungen in deren Kommunikation und Zusammenarbeit mit Ziel einer verbesserten Kooperation.
- 09/2002 – 03/2003 **Hiroshima University of Economics in Hiroshima, Japan**
- Während meines Auslandssemester war ich als Deutschlehrerin für Kinder (ab 6J.) und Erwachsene an der Artlingual Language School in Hiroshima tätig.
- 09/1990 – 08/1999 **Werner-Heisenberg-Gymnasium Göppingen.**
Abschluss: Allgemeine Hochschulreife

EXTRACURRICULARE WEITERBILDUNGEN

Diverse Entspannungstechniken (PMR, Imaginationen, Meditation, Bauchatmung, Übungen mit dem Spinefitter) und Achtsamkeitsverfahren (Atemübungen, MBSR)

PowerYoga Switzerland (200h Internat. Yoga Alliance Certificate), zertifizierte Polestar Pilates Trainerin für Matte inkl. Kleingeräte, Schwimmtrainerin (Kinder bis Erwachsene), Mentaltraining im Sport

Funktionelle Rückbildung (ganzheitlicher Ansatz für Frauen nach Schwangerschaft)

FÄHIGKEITEN & INTERESSEN

Sprachen Deutsch, Muttersprache
Englisch, verhandlungssicher auch in der Fachterminologie
Französisch, gut
Japanisch, Grundkenntnisse

EDV-Kenntnisse MS-Office Tools, SAP Business Warehouse, SAGE, blueOffice, SPSS

Persönlich genieße ich insbesondere das Bike & Hike mit meiner Familie in den Bergen, allgemein Bewegung in der Natur und zwischendurch das Leben auf einer Alp.