



Annette Schwörer

Kompetenzen & Stärken Annette Schwörer
Gelassen leben, bewusst erfolgreich.



Gelassen leben, bewusst erfolgreich.

für Beruf & Gesundheit

Ich zeige Ihnen „blinde Flecken“ auf

durch meinen geisteswissenschaftlichen Blinkwinkel als Diplom Pädagogin mit dem Schwerpunkt Arbeits- und Organisationspsychologie und Erwachsenenbildung.

durch meine Ausbildung zum Systemischen Coach an der pädagogischen Hochschule Heidelberg.

Ich stelle Ihnen mein medizinisches Wissen über Stress und Erkrankungen zur Verfügung

durch meine Aus- und Weiterbildung in der Physiotherapie.

durch meine Zusatzausbildung in den Bereichen Entspannung und Stressbewältigung.

Ich bin Mitglied des Forums Werteorientierung in der Weiterbildung und verpflichte mich dem Berufskodex.

Annette Schwörer

Heidelberg 18
22301 Hamburg

Telefon: +49 (0)40 / 27 04 88 2
schworerer@kompetenzen-staerken.de
www.kompetenzen-staerken.de



EINZELCOACHING

● Angebote

Kompetenzen & Stärken *Annette Schwörer*

bietet Ihnen Seminare, Beratung und Coaching zu folgenden Themen an:

ARBEIT UND GESUNDHEIT

- Work-Life Balance
- Stressbewältigung



**„Nicht die Dinge selbst,
sondern nur unsere Vorstellung
über die Dinge, machen uns glücklich
oder unglücklich.“**

(Epiket, griechischer Philosoph)

● Einzelcoaching

FÜR WEN ?

Für Mitarbeiter, Führungskräfte und Freiberufler:

- die den Umgang mit Stress und Belastungen erlernen möchten.
- die Ihre Gesundheitskompetenz stärken möchten.
- die sich beruflich und persönlich weiterentwickeln möchten.

PERSÖNLICHKEIT UND GESUNDHEIT

- Sie gehen mit Belastungen und Schwierigkeiten gelassener um (*Stressmanagement*).
- Sie können Berufs- und Familienleben gut vereinbaren (*Work-Life Balance*).
- Sie entwickeln Klarheit und können aktiv Ihre Ziele umsetzen und Leben.

*Bitte nehmen Sie für weitere Auskünfte gerne mit mir Kontakt auf.
Das Erstgespräch ist kostenlos !*

BERUF UND ARBEITWELT

- Sie erweitern Ihre persönlichen und sozialen Kompetenzen, z. B. Führungsstil und Mitarbeitergespräche.
- Sie geben Ihren Mitarbeitern ein klares Feedback, motivieren und unterstützen sie bei der Umsetzung gemeinsam vereinbarter Ziele.
- Ich unterstütze Sie bei beruflichen Veränderungswünschen und deren Umsetzung.
- Sie gehen mit Anforderungen am Arbeitsplatz souverän um und kennen Ihre persönlichen Grenzen und Stärken.

IHR NUTZEN

- Ich gebe Ihnen Feedback und eröffne Ihnen dadurch neue Perspektiven.
- Sie gewinnen Klarheit, Handlungs- und Bewältigungskompetenzen.
- Sie entdecken ihre Talente, Fähigkeiten und Stärken und schöpfen daraus Ruhe und Kraft.

Telefon: +49 (0)40/ 27 04 88 2
schworer@kompetenzen-staerken.de
www.kompetenzen-staerken.de