

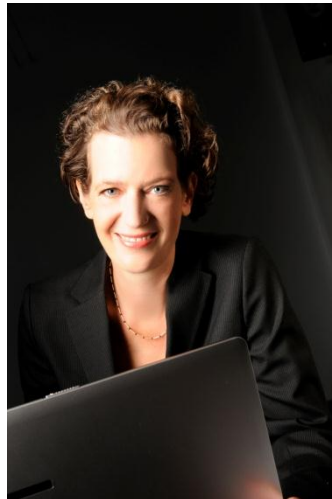
Kompetenzen & Stärken Annette Schwörer



Beratung. Training. Coaching

gelassen leben, bewusst erfolgreich

Heidberg 18
22301 Hamburg
Tel.: 040 / 270 48 82
E- Mail: schwoerer@kompetenzen-staerken.de



Annette Schwörer

Diplom Pädagogin

Seit 2004 selbstständige Beraterin und Trainerin

Annette Schwörer

Ich habe mich im systemischen Ansatz sowie in der Introvisionsberatung qualifiziert. Ich besitze praktische Feldkompetenz im Gesundheitswesen, in der Physiotherapie, und verfolge einen ganzheitlichen Ansatz.

Selbstverständnis

Seit zwanzig Jahren arbeite ich mit Menschen. Diesen Erfahrungsschatz möchte ich mit Ihnen teilen, dabei stehen sie für mich im Mittelpunkt. Als Spezialistin begleite ich Sie bei der Prävention von Stress und unterstütze ihre Gesundheits- und Regenerationskompetenz. Ich begleite und unterstütze Sie auf ihrem Weg zu einer unabhängigen, authentischen und starken Persönlichkeit. Persönliche und soziale Kompetenzen kann man erlernen.

Meine Stärken

Eigeninitiative, Organisation und Zielstrebigkeit, hohe Lernbereitschaft, sowie soziale Kompetenz.

Berufliche Stationen

Beruflicher Hintergrund

- Seit 2004 Jahren eigenes Unternehmen, Kompetenzen & Stärken Annette Schwörer mit dem Tätigkeitsspektrum Beratung, Entspannung und Stressbewältigung.
- Seit 10 Jahren freiberuflich als Physiotherapeutin, Dozentin, und Trainerin.

Berufliche Bildung

Hochschulausbildung

- Studium Erziehungswissenschaft, Psychologie und Bewegungswissenschaft an der Universität Hamburg. (2004 -2008) Studienschwerpunkt: Erwachsenenbildung, Arbeits- und Organisationspsychologie. Abschluss Diplom
Diplomarbeit: „Entwicklung von Gesundheitskompetenz durch Autogenes Training eine quasi experimentelle Studie.“

Beratungs- und Coaching Therapie Ausbildung

- Systemisches Coaching an der Pädagogischen Hochschule Heidelberg (2007-2008) Zertifikat
- Fortbildung "Introvisionsberatung" zur Auflösung von inneren Konflikten an der Universität Hamburg bei Frau Prof. Wagner, 2008
- Psychotherapeutische Heilpraktikerin, Zulassung von der Behörde für Gesundheit und Verbraucherschutz; Hamburg, 2012
- Mediationsausbildung seit 2012, Brückenschlag Hamburg.

Berufliche Weiterbildung

Entspannung und Stressbewältigung

- Entspannungstrainer für Kinder, 2007
- Stressmanagement Ausbildung, 2006
- Autogenes Training Ausbildung, 2004
- Progressive Muskelentspannung Ausbildung, 2004
- Qigong Ausbildung Universität Oldenburg (2001- 2004)

Bewegung und Fitness

- Pilates 2005
- Nordic Walking, 2005
- Gerätefitness, (2001- 2002)
- Sport mit Herzgruppen, 1999
- Aerobic Ausbildung, 1997
- Rückenschulausbildung, 1996

Berufs- und Schulausbildung

- Gymnasium, Abschluss Abitur 1984
- Physiotherapeutin, 1987- 1989

Auslandsaufenthalte:

- 1 jähriger Schüleraustausch USA, 1980 -1981 (YFU)
- Sprachaufenthalt in Frankreich, 6 Monate, Universität Nantes

Referenzauswahl

- DAK, Hansemerkur, Gewerkschaft NGG, Lundbeck GmbH, Telekom, Philips, Grone Schule.

Einsatzgebiete

- Beratung, Coaching, Seminare für Führungskräfte
- Persönlichkeitsentwicklung , persönliche und soziale Kompetenz
- Kommunikationstraining, Rhetorik
- Selbst,- und Zeitmanagement
- Gesundheitskompetenz, Stressmanagement, Burn out Prävention

Ich freue mich auf eine Zusammenarbeit mit Ihnen!