

Werdegang und Qualifikationen:

- Studium Internationale Beziehungen, Kommunikationswissenschaft und Philosophie (Dr.phil.).
- Dreizehnjährige Tätigkeit bei UNO, Europäische Kommission und anderen internationalen Organisationen, davon acht Jahre als selbständiger Consultant.
- Mehr als 20 Jahre Bewusstseinsarbeit,
- 17 Jahre Meditationspraxis und
- 10 Jahre ausbildungsrelevante Selbsterfahrung.

Ausbildungen und Fortbildungen:

- Systemischer Wirtschaftscoach und -trainerin
- Hypnosystemisches Coaching und Trancearbeit
- NLP (=Neuro-Linguistisches Programmieren)
- EFT (=Emotional Freedom Technique)
- Kinesiologie (Touch for Health)
- Reikimeisterin und andere energitherapeutische Ausbildungen
- 3-jährige Fortbildung in existentieller und tiefenpsychologischer Begleitung (i.A.)

Als Awarenesscoach habe ich nicht nur eine fundierte methodische Ausbildung, sondern die Stürme des Lebens haben bewirkt, dass ich selbst einen tiefgreifenden Selbsterfahrungs- und Reifungsprozess durchlaufen bin. Dies befähigt mich, intuitiv, einfühlsam und mit einem tieferen Verstehen auf die Probleme der Menschen einzugehen.

„Das Leben ist eine Reise zu größerer Bewusstheit. Wir können uns entscheiden, ob wir diese Reise bewusst antreten oder ob sie mehr oder weniger unbewusst abläuft. Ein wichtiger Schlüssel dazu ist die Wahrnehmung.

Bewusster wahrnehmen heißt über das automatische Funktionieren konditionierter Reaktionsmuster hinaus zu wachsen und vollkommen in jeden Augenblick einzutauchen, um irgendwann entlang des Weges zu realisieren, dass nichts fehlt und einfach alles so ist, wie es ist.“

Dr. Andrea Wurm

Sollten Sie eine Sehnsucht nach dieser wachrüttelnden und zugleich erfüllenden Erfahrung verspüren, dann ist Awarenesscoaching der richtige Wegbegleiter für Sie.



Als Impulsgeberin für Ihre Bewusstwerdung und Initiatorin für Ihre heilsamen Prozesse, freue ich mich darauf, Sie mit meiner Erfahrung auf Ihrem Lebens- und Berufsweg begleiten zu dürfen.

Kontakt:

Dr. Andrea Wurm
Mobil: +43 676 3844528
E-mail: andrea.wurm@awarenesscoach.at

Bitte um telefonische Terminvereinbarung
Praxis in Mödling und Wien

www.awarenesscoach.at

Text und Fotos: © Dr. Andrea Wurm

AWARENESSCOACHING

Dr. Andrea Wurm



- Ungenutzte Potentiale entdecken und umsetzen
- Mit Leichtigkeit Ziele erreichen
- Klare und kraftvolle Entscheidungen treffen
- Berufliche und private Krisen meistern
- Das eigene Leben bewusst und schöpferisch gestalten („Flow“-Zustand)

www.awarenesscoach.at

Innehalten statt „Getriebensein“

In einer sich rasant entwickelnden Lebens- und Berufswelt sehen sich immer mehr Menschen mit stetig steigenden Anforderungen konfrontiert, die kaum mehr Raum für eine persönliche Reflexion lassen. Die Ergebnisse dieses „Getriebenseins“ sind häufig Verunsicherung und Angst, stressbedingte Erkrankungen, Krisen, innere Unruhe und eine latente Unzufriedenheit mit dem eigenen Leben und/oder der beruflichen Situation.

Was ist Awarenesscoaching?

Awarenesscoaching ist eine prozessorientierte, systemische und ganzheitliche Form von Begleitung, die sich unterschiedlicher Methoden und praxiserprobter Tools bedient. Diese werden je nach Bedarf für die Lösung beruflicher Problemstellungen und für Fragen von persönlichem Wachstum, Sinnfindung und Lebensbalance, eingesetzt. Dabei wird ein harmonisches Gleichgewicht zwischen Berufs- und Privatleben besonders berücksichtigt.

Die Begleitung

Jeder Mensch ist mit Schätzen wie Intelligenz, Zielstrebigkeit, Vertrauen oder Liebe ausgestattet. Wie ein Schatzsucher mache ich mich gemeinsam mit Ihnen auf den Weg, Ihre verborgenen Ressourcen und ungenutzten Potentiale mit kraftvollen Werkzeugen ans Tageslicht zu bringen. In einem geschützten Rahmen werden dabei einfühlsam heilsame Prozesse in Gang gesetzt, die die Voraussetzungen für nachhaltige Transformationen bilden.



Bewusstere Lebensführung

Wenn Sie gerade ähnliche Erfahrungen machen oder einer derartigen Entwicklung präventiv entgegen steuern möchten, ist *Awarenesscoaching* der zielführende Coachingansatz für Sie.

Awarenesscoaching zeigt Ihnen Wege auf

- wie Sie alte Gewohnheiten loslassen und innehalten,
- wie Sie Ihre eigenen Fähigkeiten und Ressourcen erkennen und einsetzen,
- wie Sie sich einen Perspektivenwechsel und neue, verbesserte Handlungsoptionen in Krisensituationen erarbeiten,
- wie Sie eine stimmige Gesamtentwicklung Ihrer Persönlichkeit erreichen und
- wie Sie zu einer bewussteren Lebensführung finden.

Ziel

Ziel von *Awarenesscoaching* ist Hilfe zur Selbsthilfe, egal ob *Awarenesscoaching* im beruflichen Kontext oder im Bereich der Persönlichkeitsentwicklung angewendet wird. Als Awarenesscoach ist es mir ein Anliegen, Ihre Kompetenzen auf verschiedenen Ebenen zu fördern:

- **Erhöhte Wahrnehmung und Selbstreflexion** – erweitert Ihre Handlungs- und Wahlmöglichkeiten und lässt Sie auch in Stresssituation entspannt und gelassen bleiben.
- **Verstärkte Selbstregulation** – verbessert Ihre Fähigkeit mit Ängsten, schwierigen Emotionen und Projektionen besser umzugehen. Ihr Selbstwert und Ihr Vertrauen werden gestärkt.
- **Zunehmende Bewusstheit** – lässt Sie Ihre eigene Präsenz aktiv steuern, schafft Zugang zu Ihrer Intuition und zu einer tieferen Lebensdimension.

Die Methoden

Erleben Sie faszinierende Methoden und optimal eingesetzte Tools, um mehr Bewusstheit in Ihr Leben zu bringen, Ihre Problemlösungsfähigkeit und Lebensqualität zu steigern und sich zunehmend freier und lebendiger zu fühlen:

- Systemisch-konstruktivistisches Coaching
- Hypnosystemisches Coaching und Trancearbeit
- Lösungsfokussiertes Kurzzeitcoaching
- Voice Dialogue (Arbeit mit Teilpersönlichkeiten – Inneres Kind, Innerer Kritiker, usw.)
- Polaritätsarbeit und Schattenarbeit
- Wahrnehmungs- und Achtsamkeitstechniken
- NLP (=Neuro-Linguistisches Programmieren)
- EFT (=Emotional Freedom Technique)
- Systemaufstellungen im Einzelcoaching
- Kinesiologie und Energiearbeit