

Qualifikationsprofil

Silvia Hammer

Mentaltraining, Coaching

Schwerpunkte Resilienz,
Stressbewältigung, Persönlichkeitsentwicklung,
Lösung emotionaler Blockaden, Work-Health-
Balance

www.silvia-hammer.de

Tel. 01522 / 932 43 80



Ausbildungen und Qualifikationen

- emTrace® Coach (Abbau von Leistungsstress, Steigerung von Kreativität, Mentalfitness und Konfliktstabilität, Abschluss bei der Eilert Akademie, Berlin)
- emTrace® Coach Level 2 (Arbeit mit Persönlichkeitsanteilen, Abschluss bei der Eilert Akademie, Berlin)
- NLP-Master, DVNLP & eanlp (europäische Zertifizierung)
- Master-Coach, DVNLP (angewandte Kommunikationstechniken und Veränderungsmodelle)
- wingwave® Coach
- GlücksCoach® (Vertiefung in EMDR und gehirngerechtem Ressourcen-Coaching zur persönlichen Stärkung und für mental-emotionales Wohlbefinden)
- Fernkurs in positiver Psychologie "The Science of Well-Being" bei Dr. Laurie Santos, Yale University
- Zusatzqualifikation Online-Coaching
- Projektmanagerin im Bereich eLearning, Blended Learning und Development
- Band- und Musiker-Coach
- staatlich geprüfte Fremdsprachenkorrespondentin (Englisch & Französisch), Fachbereich Wirtschaft
- langjährige Berufserfahrung im Vertrieb und Exportwesen auf internationaler Ebene
- Reiki-Meisterin (Dr. Mikao Usui)

Tätigkeit / Arbeitsschwerpunkte

- Einzelcoachings für Privatpersonen in der eigenen Praxis seit 2014
- Vorträge, Workshops, Tages- und Mehrtagesseminare
- Gastdozententätigkeit an Hochschulen (u. a. KU Eichstätt-Ingolstadt)
- Gründerin der Initiative für Soldatischen Seelenfrieden www.soldatischer-seelenfrieden.de
- Blog-Autorin

Besuchen Sie mich auf meiner Website www.silvia-hammer.de!