

Lebens-Bild, Lebenslauf

**Helga Schwarz,
Frau, Partnerin, Berufstätige, Mutter**

**Dipl. Lebensberaterin, Schreibpädagogin, Erwachsenenbildnerin, Trainerin
(Systemcert), Supervisorin, Bewegungs- und Tanzpädagogin**

Professioneller Hintergrund:

Wirtschaftliche Ausbildung an der HAK Innsbruck, Matura
Lebens- und Sozialberaterin, eigenes Gewerbe seit 1996 über 20 Jahre Berufserfahrung
Dipl. Erwachsenenbildnerin im Bereich Training und Beratung (wba)
Ausbildung **als Schreibpädagogin, Bewegungs- und Tanzpädagogin, Supervisorin**
(Schwerpunkte biographisches Arbeiten, kreatives Schreiben und Bewegung als
Selbsterfahrung, Arbeit mit dem Körper im Bereich v. Aktivierung und Entspannung)

Berufliche Erfahrung:

Beratung, Coaching, Training

in Einrichtungen für Jugendliche, Erwachsene und SeniorInnen, psychologische Beratung
im Zukunftszentrum Tirol, Vorreiter auf dem Gebiet Leben und Arbeiten-
Coach der Kompetenzenbilanz (Erwachsenenpotentiale sichtbar machen) und der
Kompetenzwerkstatt (für Jugendliche BerufseinsteigerInnen)
In **Selbständigkeit als Trainerin** und Beraterin in Projekten zur Berufs- und Lebensplanung -
ready, mut, Advocate – neues Lernen in Unternehmen und im Bereich Laufbahn und
Bewerbung u. a. Wifi Tirol, Bfi Innsbruck, Ausbildungsinstitute f. LebensberaterInnen
Laufbahnberatung, bildungsinformations tirol (amg)
Kompetenzorientierung, informelles Lernen, **Lernberatung u. Lebenslanges Lernen**

Planung, Organisation und Durchführung von Veranstaltungen

zu **gesellschaftspolitischen Themen (Arbeit, Vereinbarkeit, Lebensqualität)**
betriebliches Gesundheitsmanagement, Gesundheitszirkel,
Auftreten, Ausstrahlung, Persönlichkeit zeigen und entwickeln
ImageConsulting in Betrieben

Gesundheit, Wellness und Tourismus

Leitung internes Gesundheitsmanagement **ZZ in Kooperation mit der TGKK**,
Mitglied bei Arbeitskreisen zum Thema Wellness, Selfness und Denkwerkstätten
Selbständige Seminarartätigkeit im Bereich **Tourismus** und MitarbeiterInnen-Wellness,
Angebote Supervision in Tourismusunternehmen, **Work-Life-Balance f EPU**s und
UnternehmerInnen von Klein – und Mittelbetrieben

Werte:

Gleichberechtigung von Frauen und Männern, Partnerschaftlichkeit (auch im Beratungskontext), das Bemühen um eine gelingende Kommunikation, Toleranz und Verständnis für Veränderung, Offenheit, Vorausschauen, Optimismus
Weiterentwicklung durch das Nutzen von Lernchancen, aktive Partizipation in Prozessen, sich einbringen, bewusst leben, Kultur und künstlerisches Arbeiten

Ich mag:

Aktivität und Genuss, Kulturveranstaltungen, Konzerte und dabei tanzen, Musikhören am Handy und laufen, Europa, Denken, Federballspielen, Schlafen und Träumen, große Städte, Landleben auf Zeit, Zugfahren, Auberginenspeisen, sitzen und schauen, schreiben, kritzeln, reden und neues erfahren,....