



VITA

Autorin Heidi Prochaska

Ausbildung und Berufserfahrung

Erster Beruf: Ernährungsberaterin der Deutschen Gesellschaft für Ernährung, Schulungen und Seminare für Diabetiker, Adipöse und Klienten mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen

Berufliche Veränderung: Ausbildung zur Fachkraft für Bewachung – im Bereich Personenschutz, Deutschland und Schweiz

8 Jahre Personenschutz für exponierte Familien und Konzernvorstände Deutschland, Österreich, Schweiz, Schießtrainerin OPS

Dritter Berufsabschnitt: Coaching-Ausbildung am Wirtschaftsinstitut Dornbirn, Österreich
Schwerpunkt: Kommunikation, Gesprächsführung, Teamentwicklung und systemische Fragetechniken

Seit 2007 selbstständig als Trainerin und Coach für folgende Themen:

- Führung und Motivation / Selbstmotivation
- Gesprächsführung und Kommunikation
- Rhetorik
- Entscheidung und Zielsetzung
- Selbstbewusstsein / Selbstbehauptung
- Konkurrenz
- persönliche Sicherheit



Qualifikationen

Weiterbildung und Schulung zu den Themen Meditation, Intuition und Aufmerksamkeit bei einem ZEN Meister

Veröffentlichung von zwei Büchern (2009 und 2011) Genre: Erzählende Ratgeber

Veröffentlichung verschiedener Artikel

Seit 2011 TOP 100 Trainerin bei Speakers Excellence



Publikationen

Artikel

Fachzeitschrift Sicherheitsmanagement, Feme, Hamburger Morgenpost, Lift Stadtmagazin Stuttgart, Stadtanzeiger Stuttgart, shape up.

Bücher

ÄNDERE DICH! Der Weg zum Erfolg

Erzählender Ratgeber / 167 Seiten / Atlatus Verlag Stuttgart (2009)

ENTSCHEIDE DICH! Der Weg zum Ziel

Erzählender Ratgeber / 184 Seiten / Atlatus Verlag Stuttgart (2011)

Die Bücher sind beim VLB, G. Umbreit GmbH & Co. KG und Koch, Neff & Volckmar GmbH gelistet. Die E-Books sind unter www.amazon.de zu erwerben.

Homepage: www.aendere-dich.de

Verlag: www.atlatus-verlag.de

