



Als systemische Master-/Seniorcoachin (DGfC) stellt Frau Lawlor in ihren Coachings zu den Themen Selfcare, Leadership, Kommunikation und Persönlichkeitsentwicklung den Menschen mit seinen Entwicklungsmöglichkeiten in den Mittelpunkt. Ihre langjährige Managementenerfahrung, Trainer-, Coach- und Beratertätigkeit für Führungskräfte und Mitarbeitende aller Ebenen in Unternehmen und Schulen verbindet sie mit Kompetenz, Souveränität, dem Gespür für das Wesentliche und Herzlichkeit.

**„Es gibt so viel, was möglich ist.  
Ergreifen Sie Ihre Chance!“**

## Andrea Lawlor

- Master-/ Seniorcoach und Lehrcoach der DGfC
- Kommunikationspsychologische Beraterin (Prof. Dr. Friedemann Schulz von Thun, IWL)
- Systemischer Coach (DGfC)
- Gesundheitscoach (KGC, Dr. Matthias Lauterbach)
- Practitioner Hypnocoach (GOH)/Klassische Hypnose (Hypnose Akademie Dohmann)
- Trainerin für Achtsamkeit- und Stressbewältigung zertifiziert nach § 20 SGB V (Dt. Akademie für freie Gesundheitsberufe)
- Grundlagenausbildung des Züricher Ressourcen Modells - ZRM®
- Kursleiterin für Autogenes Training und PME (Dt. Akademie für freie Gesundheitsberufe)
- Entspannungspädagogin und Meditationslehrerin (Dt. Akademie für freie Gesundheitsberufe)
- Kommunikations- und Vertriebstrainerin (Dresdner Bank)
- Abgeschlossenes Lehramtsstudium (Universität – GH, Essen)

Ergänzend dazu reflektiere und aktualisiere ich mein Wirken als Coach regelmäßig durch die Teilnahme an Kontrollsupervisionen und eigenen Coachings.

## Fokus - Themen

- Gesunde Selbstführung
- Mentale Gesundheit
- Führung & Kommunikation
- Ankommen in der Führungsrolle
- Nachhaltige Stressbewältigung
- Resilienz durch Achtsamkeit
- Selbstmanagement

## Beruflicher Background

Selbstständige Unternehmerin

- 2014 – heute: in eigener Coachingpraxis tätig
- 2015 – heute: Inhaberin der Firma 2care: [www.2-care.de](http://www.2-care.de)
- 2019 – heute: Host des LehrHelden-Podcast
- 2022: Autorin „Mini-Handbuch-Entspannungcoaching“, Beltz Verlag

Davor 15 Jahre tätig in einem Bankkonzern:

- 5 Jahre Führungskraft im mittleren Management
- 5 Jahre Coach, Führungskräfte- und Kommunikationstrainerin
- 5 Jahre Expertin in der Personalentwicklung & BGM