

# LEBENS LAUF Ingrid Langschwert

## Aus- und Fortbildungen im Bereich Therapie:

7/2021 – 5/2022	Basistraining in der Systemischen Familientherapiemethode IFS nach Richard Schwarz
2019 – heute	diverse Wochenend-Fortbildungen, u.a. über Narzissmus, und die Therapie von Narzissmus-Opfern
2018 heute	Assistenz in der Ausbildung in der körper- und atemorientierten Therapiemethode Liebevolle Zwiesprache, die zur Auflösung von Traumata dient/geeignet ist
2017 – 2019	Fortbildung für die Heilerlaubnis, eingeschränkt auf das Gebiet der Psychotherapie, erfolgreich abgelegt am 15.05.2021
2017	Ausbildung in der körper- und atemorientierten Therapiemethode Liebevolle Zwiesprache, die zur Auflösung von Traumata dient/geeignet ist
2012 – heute	Tages-Fortbildungen im Bereich Coaching/Therapie, wie der systemischen Familientherapiemethode IFS (Inner-family-system) nach Richard Schwarz, Profipass, Lernen und Bewegung ...
2007 – 2011	Grundlagenqualifikation Erwachsenenbildung: bvv
2004 - 2007	Ausbildung in Kontemplativer Kommunikation – Training, Technik, Therapie: Münchner Dyaden- Schule
1994 - 1996	Coaching- und Supervisions-Ausbildung Systemisches Coaching: Institut für Fort- und Weiterbildung (IFW)

## Beruflicher Werdegang:

2020 – heute	eigenes Fortbildungsangebot: Fortbildung zum Schreibcoach bzw. Schreibtherapeut:in im Kreativ-Heilenden Schreiben
2019 – heute	eigene Psychotherapie-Praxis in Heimstetten bei München
2016 - 2021	angestellte Dozentin beim Integrationsfachdienst München-Freising. Gruppentraining Selbstmanagement im Projekt LASSE, Langzeitarbeitslose Schwerbehinderte schnell in Arbeit bringen (Teilzeit)
2008 – heute	eigene Coaching-Praxis in Heimstetten mit Einzel- und Gruppensitzungen
2008 – heute	Workshops für kreatives Schreiben
2008 – heute	freiberufliche Referentin in der Erwachsenenbildung für die Bereiche Bewerbungs-, Kommunikations- und Führungskräfte-Training sowie Persönlichkeitsentwicklung
2002 - 2003	<b>Yukom Medien, Ressort Kundenzeitschriften, Co-Leitung (Vollzeit)</b>
1997 – 2002	Elternzeit

1995-1997 Zeitschrift **Markt&Mittelstand**, *Ressort Finanzen*, Leitung (Vollzeit)  
1993 - 1994 Zeitschrift **Top Business**, *Ressort Finanzen & Versicherungen*,  
(Vollzeit)  
1991 - 1993 Zeitschrift **Börse online**, *Ressort Aktienmarkt USA*,  
alleinverantwortlich (Vollzeit)  
1989 - 1991 Zeitschrift **Wirtschaftskurier**, *Ressort Europa*, verantwortlich  
(Vollzeit)  
1981 – 1986 Volontariat: Echo-Press-Dienst, Süddeutsche Zeitung  
Ebersberg

Studium:

1986 – 1988 Universität Hamburg, Romanistik, Nebenfächer  
Kunstgeschichte und Politik  
Abschluss Magister artium  
1982 – 1986 LMU München, Grundstudium Romanistik, Nebenfächer  
Kunstgeschichte und Politik

Ingrid Langschwert

Kirchheim, Februar 2022