

Über Erwin Glaß

Der Gründer von 5P-Coaching, Erwin Glaß, wurde am 25. Dezember 1960 geboren. Er ist verheiratet und Vater von drei erwachsenen Kindern (zwei Töchter, ein Sohn). Seit März 2020 ist Erwin Glaß ausschließlich im Coaching für Privat- und Firmenkunden tätig. Sein Tagesablauf und seine Rituale umfassen Folgendes: 'frühes Aufstehen, Morgenmeditation, mindestens 60 Minuten aktiver Sport, mehr als 90 Minuten Lesen, Intervallfasten (16/8) und Abendmeditation'. In seinem gesamten Berufsleben hat er stets versucht, Praxis und Theorie zu verknüpfen (Arbeiten und Studieren). Er hat viel Freizeit für Zusatzqualifikationen investiert. Mehrere berufliche Standbeine zu haben, eine vielseitige Bildung aufzubauen, fühlte sich wie Sicherheit in einer unsicheren Lebenswelt an.

Qualifikationen und Ausbildungen für seine Coaching-Tätigkeit:

| | |
|-------------------|---|
| 09/1997 – 10/1999 | Systemischer Coach, IfW, München |
| 10/1998 – 05/2002 | NLP-Practitioner und NLP-Master (Fokus Gesundheit), München, Ungarn |
| 09/2000 – 01/2002 | Personal & High Performance Leadership mit INSIGHTS-MDI Zertifizierung (Human Resources, Persönlichkeitstypen), Scheelen-Institut, Waldshut |
| 11/2000 – 04/2002 | Psychotherapeutische Methoden (Gesprächs-, Gestalt-, Körpertherapie und Transaktionsanalyse), Heilpraktikerschule Lotz, München |
| 11/2000 – 05/2003 | Systemische Paar- und Familientherapie, IfW, München |
| 01/2002 – 12/2002 | Gesundheitsberater, impulse e.V., Wuppertal |
| 09/2004 – 10/2006 | Finanzfachwirt FH, Fachhochschule Schmalkalden |
| 09/2006 – 05/2007 | Kompaktstudium „Private Equity, HedgeFonds, Rohstoffe“, European Business School, Oestrich-Winkel |
| 04/2020 – 07/2020 | Fortbildung Elterncoaching, IfW, München |
| 01/2021 – 11/2021 | Ernährungsberater und Berater für vegane/vegetarische Ernährung, Online-Studium, Akademie für Sport & Gesundheit, Radolfzell |
| 01/2021 – 12/2023 | Gesundheits- und Präventions-Coach, impulse e.V. |
| 05/2023 – 04/2024 | Life-Coaching, Landsiedel-Seminare, Kitzingen |
| 01/2024 | Hypnose & Hypnosetechniken, Grundkurs, TherMedius-Institut, Griesheim |
| 01/2025 – 12/2025 | Ausbildung in Traumatheorie IoPT bei Prof. Franz Ruppert, München |

Erwin Glaß hält auch **Vorträge** zu verschiedenen Themenbereichen. Unter anderem

- „Müssen wir Angst vor der Zukunft haben?“
- „Die überforderte Gesellschaft! Strategien gegen krankmachenden Stress!“
- „Emotionale Verletzungen, Kränkung, Verbitterung: Wie gelingt Beziehung?“
- „Gesundheit und Langlebigkeit durch Körper-Psyche-Geist-Arbeit!“
- „Die Kunst, gute Beziehungen und langlebige Partnerschaften aufzubauen.“
- „Mein Kind will nicht so wie ich das will! Was soll Mama/Papa tun?“
- „Altern, Einsamkeit, Sehnsüchte: Wie mit dem Ungelebten umgehen?“
- „Wie erkenne ich frühe Traumata und wie gelingt Befreiung?“

Während seines Berufslebens durchlief Erwin Glaß drei große Stationen. Er war im technischen Sektor tätig (Maschinenschlosser, Product-Marketing-Ingenieur), arbeitete im Bereich Finanzdienstleistungen und Vermögensverwaltung und ist bis heute als Coach für Privat- und Firmenkunden tätig. Erwin Glaß arbeitete mit drei Milliardären zusammen und durfte viel von ihnen lernen. Aktiver Sport war stets ein bedeutender Begleiter. Er spielte in jungen Jahren in den höchsten bayerischen Amateurligen (Ingolstadt, Fürstenfeldbruck, Neuburg, Rain) und ist Inhaber der Fußballtrainer-A-Lizenz. An der Sportschule Oberhaching half er bei der Trainerfortbildung in den Bereichen Kommunikation, Motivation gemäß der Individualität und mentale Fitness. Seine Biografie ist wie bei vielen Menschen eine mit Ecken, Brüchen und Verlusten. Sein Motto lautet: 'hinfallen, spüren und wieder aufstehen. Jedoch mit volleren Händen, da alle Erfahrungen wertvoll sind'.