



Lifecoaching - zahlreiche Module

Ausbildung zum Lifecoach

Wie viele unserer Fortbildungen ist auch die Ausbildung zum Lifecoach ein Ausbildungspaket, das sich modular aus verschiedenen Ausbildungsmodulen zusammensetzt und dann zum Zertifikat „Lifecoach“ führt. Das Leben stellt uns Menschen vor zahlreiche Probleme und so kommt es, dass wir manchmal Hilfe benötigen, um uns Lösungen für die Herausforderungen gut gebrauchen können. Ob es Entscheidungen sind, die unseren beruflichen Weg oder unser Privatleben betreffen.

Was unterscheidet das Life Coaching von anderen Coachings?

Der Begriff Life trägt die Antwort schon in sich, es geht um eine Unterstützung durch Coaching in allen Bereichen des Lebens. Mit Hilfe eines Lifecoachs möchte man eine positive Veränderung bewirken im eigenen Leben erreichen, hierbei geht es um Beziehungen und Partnerschaft, Finanzen und materieller Wohlstand, Glück und Zufriedenheit, Sinn und Lebensbestimmung, Spiritualität und Gesundheit.

Durch mehr Achtsamkeit und Meditation kann die Bewusstheit und Wahrnehmung der Klienten verbessert, wodurch sie Klarheit erlangen und herausfinden können, was ihnen wirklich etwas bedeutet. Das Führen eines Achtsamkeitstagebuchs legt offen, was im eigenen Leben vorhanden ist, was weniger und wie der Fokus ausgerichtet ist. Die Grundlage für Veränderung ist zu wissen, dass man etwas verändern möchte. Dieser Wunsch muss aus einem selbst heraus entstehen.

Viele Ziele, die Menschen verfolgen haben den Ursprung letztlich in Motiven, die auf Grundbedürfnissen basieren. Wir Menschen sehnen uns danach angenommen, angesehen und respektiert zu werden, wir möchten als wertvolle Person wahrgenommen und geschätzt werden. Dafür verbiegen sich Viele von uns, um durch Leistung aufzufallen und Anerkennung zu erlangen. Auch ständiges

Entgegenkommen und es anderen Recht machen zu wollen, können Symptome dafür sein, dass man ohne das Feedback Anderer, sich selbst als wenig wertvoll erlebt.

Mehr Zufriedenheit und Selbstannahme, mehr Bewusstsein über das eigene Selbst (Selbstbewusstsein) können das Vertrauen in uns Selbst (Selbstvertrauen) stärken. Um zu sich selbst zu finden, der eigenen Person mit mehr wohlwollen zu begegnen sind Lifecoachings auch geeignet. Als Lifecoach begleiten Sie Klienten in einem Prozess und geben Impulse, die unterstützend wirken.

Ausbildungspaket

- Meditationslehrer - Modul 1B | 2-tägig
- Kursleiter für Fantasiereisen und Imagination - Modul 1D | 2-tägig
- Stressmanagement Trainer* - Modul 1E | 3-tägig
- Kursleiter für Resilienz - Modul 1R | 3-tägig
- Achtsamkeitstrainer - Modul 8A | 3-tägig
- Kursleiter Glück - Modul 8C | 2-tägig
- Kursleiter für mentales Training - Modul AN | 3-tägig
- Systemisches Coaching - Modul 4E1+2 | 3+2-tägig

Dauer

25 Tage, 271 UE, 203 Std

Abschluss

Zertifikat „Lifecoach“

sowie

„Meditationslehrer“
 „Kursleiter für Fantasiereisen und Imagination“
 „Stressmanagement Trainer*“
 „Achtsamkeitstrainer“
 „Kursleiter Glück“
 „Kursleiter für Resilienz“
 „Kursleiter für mentales Training“
 „Selbst- & Zeitmanagement Trainer“
 und Teilnahmebestätigung
 „Systemisches Coaching“

