

Ausbildung zum  
Life-Coach  
– speziell für Frauen –



# Für wen ist diese Ausbildung geeignet ?



©macrovector - stock.adobe.com

- Für alle Frauen, die **haupt- oder nebenberuflich als Life-Coach arbeiten möchten**, um andere Menschen gezielt zu fördern und zu unterstützen.
- **Für Coaches oder Beraterinnen in anderen Bereichen**, die ihr Wissen vertiefen und ihre Kenntnisse erweitern möchten.
- Für alle Frauen, die sich **persönlich weiterentwickeln** und eine **bessere Lebensqualität** für sich erreichen wollen. Die sich mehr **Zufriedenheit, Freude und Klarheit für sich selbst, Ihre Familie und Ihre Partnerschaft** wünschen.
- Für alle Frauen, die immer weiter **dazu lernen** möchten und **im Leben vorankommen** wollen.

# Wie werden die Inhalte vermittelt ?



**Theoretische Informationen kombiniert mit praktischen Übungen.** Dadurch wird immer mehr Coaching-Know-How gesammelt, um das Gelernte in der Praxis selbst umsetzen zu können. Im **Austausch miteinander** können eigene Themen eingebracht werden.

Beim **Präsenzunterricht (2 Wochenenden)** werden wir Rollenspiele hinsichtlich Verhalten zwischen Coach und Klient einbinden. Außerdem wird ein Einblick in die Methoden (Systemische Aufstellung, EFT-Klopfakupressur, BILDERN-Methode) gewährt.

Durch **Online Seminare** werden verschiedene Themen aufgegriffen und dargestellt. Der Inhalt wird durch persönliche Beispiele der Ausbildungsleiterin ergänzt. Zusätzlich werden alle Fragen zu aktuellen Themen beantwortet.

Alle **Teilnehmerinnen können sich regelmäßig austauschen**, so dass der Lerneffekt dadurch noch effektiver wird.

# Ausbildungsinhalte

## 1. Rahmenbedingungen zum Coaching

- Was bedeutet Coaching?
- Die eigene Haltung zum Klient
- Ablauf einer Sitzung
- Erstkontakt und Anliegenklärung
- Professionelle Fragetechnik
- Unterschiedliche Werkzeuge im Coaching einsetzen und nutzen
- Psychologische Aspekte



©koti - stock.adobe.com

## 2. Inhalt des Coachings

- Hilfestellungen für Klienten
- Lösungskonzepte anbieten
- Neuausrichtung und Veränderung
- Selbstführung
- Zielerreichung
- Work-Life-Balance
- Krisen- und Konfliktsituationen lösen

*Themenbeispiele sind auf der nächsten Seite aufgeführt*

## 3. Organisatorisches Wissen und Vermarktung

- Vorlagen für Auswertungen und die Arbeit mit den Klienten
- Online Coaching mit Klienten - Wie geht das?
- Telefonische Begleitung von Klienten
- Selbstvermarktung

# Themen- beispiele

## Klient + Coach

- Beziehungs-/Familien-/Partnerschaftsthemen
- Berufliche Fragestellungen und eigene Berufung finden
- Wünsche und Ziele erreichen
- Mentale Denkmuster lösen und neu kreieren
- Die BOX (Komfortzone) verlassen
- Soziale Beziehungen verbessern
- Lebensfreude, Kommunikation, Werte, Sinnsuche
- Selbstvertrauen und Selbstbewusstsein steigern
- Wie bringe ich mehr Freude in mein Leben?
- Wie lasse ich Belastungen der Vergangenheit los?
- Bessere Entscheidungen treffen
- Innere Personen - inneres Team
- Einzelne Lebensbereiche in Balance bringen
- Stressbewältigung
- Einblick in folgende Methoden:
  - Systemische Aufstellung (Familienaufstellung)
  - EFT- Klopfakupressur
  - BILDERN-Methode (Visualisierung)(Zur Vertiefung werden weitere Module angeboten)

# Ablauf und Kosten



©koti - stock.adobe.com

**Start:** Termine auf der Homepage

**Dauer:** 12 Monate

**Durchführung:**

Regelmäßige Onlinetreffen zu bestimmten Themenbereichen

Online - Austausch mit der Seminarleiterin

Online Seminare

Präsenzunterricht 2 x 2 Tage im Raum Nürnberg - Ansbach

**Abschluss:** Schriftliche Prüfung und Erstellung eines Zertifikats

**Kosten:** € 2.990 inklusive Zertifikat

(Ratenzahlungen mit kleinem Aufpreis möglich)

(Frühbucherrabatt € 2.490 - Termin Anmeldeformular)

# Seminarleiterin Christine Riemer-Mathies

## Mehr Informationen über mich:

15 Jahre Erfahrung im Bereich Coaching und Seminare



### Ausbildungen:

Psychologische Beraterin  
Erfolgscoach - Life-Coach

### Methoden:

Gespräche, Beratung und Coaching  
EFT-Klopfakupressur  
Systemische Aufstellung  
BILDERN-Methode

## Meine Vision

*Sehr vielen Menschen die Möglichkeit zu zeigen, wie sie ein erfülltes und selbstbestimmtes Leben führen können, indem sie ihre alten Denkmuster in neue positive umwandeln, Ihre Wünsche und Träume realisieren und selbstbewusster werden.*

*Diesen veränderungsbereiten Menschen Unterstützung zu gewähren, um sie zu inspirieren, Dinge zu tun, die sie glücklicher und erfolgreicher machen.*

*Hin zu mehr Erfolg und Lebensfreude.*

# Information und Anmeldung



©Aquir - stock.adobe.com

©koti - stock.adobe.com

## **Terminübersicht und weitere Informationen:**

<https://lebensfreundefinden.de/ausbildungen/ausbildung-zum-life-coach>

## **Weitere Auskunft und Anforderung der Anmeldeunterlagen:**

**[kontakt@lebensfreundefinden.de](mailto:kontakt@lebensfreundefinden.de)**

oder telefonisch unter **Tel: 0981-97778190**

Ausbildung - Coaching - Seminare

**Christine Riemer-Mathies**

Mozartstr. 28

91522 Ansbach

Tel: 0981-97778190

**[www.lebensfreundefinden.de](http://www.lebensfreundefinden.de)**

[kontakt@lebensfreundefinden.de](mailto:kontakt@lebensfreundefinden.de)