

A field of dandelions in the foreground, with a fence and mountains in the background under a sunset sky. The text "LIFE COACHING" is overlaid in a large, yellow, serif font.

LIFE COACHING

Was soll ich aus meinem Leben machen?

Wann bin ich wirklich ich selbst?

Wofür lohnt es sich, meine Lebzeit einzusetzen?

LIFE COACHING

Das Leben besser meistern.

Worum es geht?

Coachen bedeutet, dass ein Trainer dabei hilft, Stärken auszubauen und Schwachstellen aufzuarbeiten. Bei einem Life-Coaching nehmen wir nicht nur eine spezielle Fähigkeit in den Blick, sondern wir betrachten das Leben als Ganzes, als eine Gesamtkomposition.



Warum das Sinn macht.

Es gibt Menschen, denen Beziehung über alles geht. Dafür kommen andere Seiten zu kurz: Berufliche Bestätigung, Einsatz für größere Ziele, Pflege der eigenen Gesundheit uvm. Mit der Zeit wird das Leben schwieriger, die Beziehung wird in Mitleidenschaft gezogen und verliert schließlich an Kraft und Bedeutung. Und auch bei jedem anderen Teilaspekt wird das Leben aus den Fugen geraten, wenn er zuviel oder zu wenig Raum bekommt.

Es geht also darum, das persönliche Wachstum in der Balance zu halten, um wirklich auch glücklich zu bleiben oder zu werden.



LIFE COACHING

Fachleute für das Große und Ganze.

Für ein effektives Life-Coaching braucht es einen umfassenden Blick auf das Leben. Spezialisten, die nur eine Sparte überblicken laufen Gefahr in missliche Sackgassen zu führen. Also müssen wir den ganzen Organismus im Blick behalten: Körper, Geist und Seele.



Das Individuelle fördern.

Viele Menschen richten sich gerne nach dem aus, was die Mehrheit tut, oder was gerade angesagt ist. Das bleibt nicht lange befriedigend. Der Glaube daran, dass es mein eigenes Leben nur einmal gibt, legt auch nahe, dass ich meine sehr persönlichen Lösungen und Schritte haben werde. Das gilt es zu stärken.



DU BIST EINGELADEN!

LIFE COACHING

START: 19. - 21. SEPTEMBER 2025

23. - 25. JANUAR 2026

24. - 26. APRIL 2026

14. - 16. AUGUST 2026

sowie

4 Videotreffen mit dem Coach

4 Einzelsitzungen (live oder digital)

4 Gruppentreffen ohne Coach

Kursgebühr: 1.290,00 Euro oder monatlich 110,00 Euro

Anmeldung: ab sofort per E-Mail an info@gisw.de

Referenten:

Hans-Josef Hohmann
Gestalttherapeut
&
Elke Ebner
Logotherapeutin

