

## Work-Life-Balance und systemisches Coaching

Achtsame Kommunikation als Grundlage



Die Weiterbildung an der S.H.N. vermittelt den TeilnehmerInnen theoretisches Wissen und praktische Fertigkeiten um das prozessbegleitende Gespräch selbständig und verantwortungsvoll in der Praxis anzuwenden.

### KURSinHALTE

Persönliches Wachstum durch Achtsamkeit  
Ausgewogene Balance finden in den Lebensbereichen:

- Beziehung
- Beruf
- Körper
- Sinn und Spiritualität

### ARBEITSMETHODIK

Der Kurs ist zeitlich und inhaltlich berufsbegleitend konzipiert. Die praktizierten Unterrichtsformen fördern aktive Lernprozesse, wobei Vorkenntnisse und Erfahrungen der Teilnehmenden aufgenommen und vertieft werden. Initiative, Selbstständigkeit und Selbstverantwortung der Teilnehmerinnen und Teilnehmer werden zur Erreichung der Lernziele bewusst gefördert.

### KURSLEITUNG

Andreas Ledermann, Naturheilpraktiker, Buchautor  
Brigitta Raimann, Sozialpädagogin, Naturheilpraktikerin

### KURSSPRACHE

Deutsch

### TEILNEHMER

Bis 20 Teilnehmerinnen und Teilnehmer

### DATEN

29.10.2021 18.00 - 21.00

30.10.2021 09.00 - 19.00

31.10.2021 09.00 - 16.00

### ORT

Naturheilpraxis Zug

### KOSTEN

CHF 600 einzelnes Wochenende