

Spirit Coach

*Wenn du Dinge aus deiner Seele heraus tust, spürst du, wie sich ein Fluss in dir bewegt,
eine Freude. _Rumi*



WAS IST EIN SPIRIT COACH?

Ein **Spirit Coach** begleitet und unterstützt Menschen in ihren Lebensthemen und auf der Suche nach der eigenen Spiritualität. Einerseits fördert er seine Klienten darin, ihr schöpferisches Potential zu entdecken, ihre Visionen zu erkennen, Ziele zu erreichen, ihre Seelenaufgabe/Berufung zu leben und ihren Zugang zur universellen Kraftquelle zu finden. Andererseits begleitet er Transformationsprozesse, um alte Muster und Prägungen aufzulösen. Ein Spirit Coach findet mit seinen Klienten Wege, Blockaden zu überwinden, die sie noch daran hindern, ihr volles Potential zu leben.

Ein **Spirit Coach** ist selber mit der universellen Kraft verbunden und vertraut in seiner Arbeit nicht nur sich selbst, sondern auch der Verbindung mit dem grossen Ganzen. Er/sie strebt ein Leben in Fülle und im Sein an. Ein Spirit Coach vermittelt Techniken, die Klienten in ihrer Suche nach innerer Zentrierung, Gelassenheit und Lebensfreude unterstützen. Ein Spirit Coach baut auf dem Verständnis der integralen Psychologie auf: Körper, Seele, Geist sind Eins und stehen in Balance zueinander.

Themen, die in einem Spirit Coaching behandelt werden können

Grundsätzlich können alle Themen mit Hilfe der gelernten Tools, der Stille und der universellen Kraft begleitet werden. Hier einige Beispiele:

- Finden der eigenen Spiritualität, Herzöffnung.
- Überprüfen des eigenen Glaubenssystems.
- Definieren von eigenen Werten und dem Lebenssinn.
- Wachstum des eigenen Bewusstseins.
- Erlernen und Üben von Meditation, Stille, Achtsamkeit.
- Transformation von Emotionen und Glaubenssätzen.
- Suchen nach dem inneren Selbst und der inneren Weisheit.
- Suchen nach neuer Richtung im Leben.
- Entscheidungen treffen, Lebensziele definieren.
- Entfaltung des eigenen Potentials.
- Alle Lebens- und Beziehungsthemen.
- Suchen nach mehr Lebensfreude.

PROFIL DER AUSBILDUNG BEI ZENTRUM FÜR ENTWICKLUNG

Was macht die Ausbildung zum Spirit Coach im **Zentrum für Entwicklung** speziell?

- Die Ausbildung ist **interreligiös**. Das heisst, es werden alte Weisheiten und neue Erkenntnisse aus verschiedenen Kulturen berücksichtigt und integriert.
- Die Ausbildung basiert auf dem **ganzheitlichen Ansatz**.
 - Körper - Seele - Geist - Spirit
 - Unterbewusstsein - Bewusstsein - Überbewusstsein
- Der Unterricht ist **bedürfnisorientiert** aufgebaut. Das heisst, die Teilnehmer_innen entscheiden als Gruppe und als Individuum mit.
- Der Unterricht ist **individualisiert** aufgebaut. Das heisst, jede Person entscheidet selbst, an welchem Thema und welcher Tiefe er/sie arbeiten möchte und ob sie/er die Übungen ausprobieren will.
- Die Ausbildung ist **methodenübergreifend** und **integrativ**. Die Anwendung verschiedener Ansätze, Methoden und Tools ermöglicht es, ein Problem aus mehreren Perspektiven zu betrachten. Diese Ansätze werden im Laufe der Ausbildung immer wieder aufgegriffen und integriert. Es besteht nicht der Anspruch, diese Ansätze in seiner Ganzheit zu begreifen, sondern sie dienen in einzelnen Bereichen als Haltung und Arbeitstool.
 - Spiral Dynamics
 - Achtsamkeitsübungen
 - Wahrnehmungsübungen
 - Bilder/Visualisierung
 - Präsenzübungen
 - Affirmationen
 - Innere Reisen
 - Entspannungstechniken
 - Enneagramm, die neun Typen der Persönlichkeit
 - Stille als Basis, Meditation
 - Etc.

- Die Ausbildung integriert Philosophien von **neuzeitlichen Lehrer_Innen**
 - Christina von Dreien
 - Dalai Lama
 - Deepak Chopra
 - Eckhart Tolle
 - Gregg Braden
 - Jeanne Ruland
 - Joe Dispenza
 - Jon Kabat-Zinn
 - Ken Wilber
 - Pascal Voggenhuber
 - Ralph Wilms
 - Serge Kalili King
 - Sharon Salzberg
 - Susanne Hühn
 - Tenzin Wangyal Rinp.
 - Thich Nhat Hanh
 - Etc.

- Die Ausbildung basiert auf der **Spiritualität/Spirit** und dem **integralen Menschenbild**. Sie baut auf folgender **Grundhaltung** auf:
 - Alles ist stetig im Wandel, im Wachstum, in der Entwicklung und ist vergänglich.
 - Alles ist Energie, je nach Umsetzung zeigt sich Energie in anderer Schwingung.
 - Die Trennung ist eine Illusion, ich bin Eins mit mir und mit allem, ich bin verbunden.
 - Der Mensch, die Welt und das Universum sind ein Ganzes.
 - In Verbindung mit der Urquelle/der universellen Kraft habe ich eine unerschöpfliche Kraftquelle in mir.
 - Der Mensch besteht aus Körper – Seele/Psyche – Geist/Gedanken – Spirit. Dies ist eine Einheit.
 - Was ich denke, das erschaffe/erfahre ich. Was ich glaube, prägt mein Leben. Also schöpfe ich mein Leben.
 - Alles, was ich wahrnehme, ist individuell. Ich kenne die umfassende Wahrheit nicht, sondern immer nur meine individuelle Wahrheit.
 - Da wo ich den Fokus hinsetze, da geht meine Energie hin.
 - Ich kann nur verändern, was mir bewusst ist.
 - Das Leben und die Menschen sind ein Spiegel von mir selbst.

AUSBILDUNGS-ZIELE

Folgende übergeordnete Lebensziele und Inhalte verfolgen wir während der gesamten Ausbildung, um sie mehr und mehr zu vertiefen:

Ziele für mich als unendliches Wesen – inneres Ziel

- Ich komme in meinem inneren Zuhause an. Ich finde meine innere Heimat.
- Ich erwache zu meinem wahren Selbst. Ich bin mir meines inneren Seins bewusst.
- Ich kenne und erfahre meine Innenwelt.
- Ich habe einen Zugang zu meiner inneren Stille und übe dies mit Hilfe der Meditation.
- Ich finde meinen eigenen Spirit, meine eigene Spiritualität.
- Ich kenne meine Kraftquellen.
- Ich schöpfe meine Zukunft mit meiner eigenen Schöpferkraft.
- Ich lebe in der Herzöffnung. Ich bin im Herzen mit mir und allem verbunden. Ich nehme meine Herzensanliegen / Herzensaufgabe ernst.
- Ich schule und trainiere meine Wahrnehmung, um meine Sensitivität und meine Intuition zu erhöhen und zu verfeinern.
- Ich traue meiner inneren Führung, der Intuition.
- Ich entdecke und entfalte mein unendliches Potential.
- Ich schule und trainiere meine Präsenz, mein Sein im Hier und Jetzt.
- Ich schule und trainiere meine Achtsamkeit auf der Sinnesebene und auf der Herzesebene.
- Ich bin mir bewusst, dass alles Energie und Schwingung ist.
- Ich weiss, wie ich meine Schwingung erhöhen kann.
- Ich erlebe das Eins-Sein.

Ziele für mich als Person und für mein Leben – äusseres Ziel

- Ich erlebe eine persönliche Entwicklung und dadurch ein neues Bewusstsein.
- Ich wachse in den Lebenssituationen durch die Selbstreflexion.
- Ich lege meine Opferrolle ab und lebe eine selbstbestimmte Lebensgestaltung.
- Ich erkenne meine Muster und Prägungen und löse sie auf/wandle sie.
- Ich lasse die Vergangenheit los, finde darin Frieden.
- Ich vergebe mir und dir.

- Ich lebe ein bewusstes, respektvolles und erwachtes Handeln.
- Ich lebe mein Leben in der Hingabe, aus dem Vertrauen.
- Ich geniesse mein Leben, ich bin im Lebensfluss, Flow.
- Ich lebe aus der inneren Ruhe, Gelassenheit, Fülle heraus.
- Ich nehme an, was ist.
- Ich lebe meine Berufung/meine Seelenaufgabe.
- Ich lebe Selbstliebe, Selbstvertrauen, Selbstsicherheit, Selbstbewusstsein.
- Ich lebe aus meiner inneren Mitte/aus meiner inneren Heimat.
- Ich kann unterscheiden zwischen meinem wahren Selbst und meinen Emotionen, Glaubenssätze, Vergangenheit.
- Ich bin authentisch und verstecke mich hinter keiner Maske.
- Ich wirke als innerer Beobachter und kann so meine Gedanken, Gefühle, Konditionierungen aus der Metaebene betrachten.

Ziele/Kompetenzen für mich als Coach

- Ich kenne den Ablauf einer Coachingsitzung.
- Ich kann eine Coachingsitzung leiten und das Gespräch führen.
- Ich kenne verschiedene Methoden und Tools, um den Klienten auf seinem Weg zu begleiten.
- Ich kann innere Reisen begleiten, um den Klienten den Zugang zu Antworten zu ihren Fragen, Zielen, Wünschen und Träumen aus dem Unter- und Überbewusstsein zu ermöglichen.
- Ich kann mit den Klienten blockierende Muster, Glaubenssätze, Emotionen auflösen.
- Ich kann mit den Klienten neue Handlungsstrategien, Glaubenssätze und Reaktionsmuster verankern.
- Ich kann mit den Klienten Ziele für die Bewusstseinsentwicklung entwickeln und begleiten.
- Ich kann Klienten begleiten, ihre Schöpferkraft zu entdecken.
- Ich kann die Klienten in der Herzöffnung unterstützen.

AUSBILDUNGS-INHALTE

Die Themen Wahrnehmung, Sensitivität, Intuition, Präsenz, Herzöffnung, Achtsamkeit, Erwachen zum wahren Selbst, Vertrauen in das Leben, innere Stille/Ruhe/Gelassenheit/Fülle, Meditation, Selbst-Liebe, Selbst-Vertrauen, Selbst-Sicherheit, Selbst-Bewusstsein, Entfaltung des eigenen/unendlichen Potentials, Selbstreflexion werden in jedem Kurstag berücksichtigt, trainiert und vertieft.

Ausbildungs-Tagesinhalte

Die einzelnen Ausbildungstage werden folgende Themen beinhalten. Die Themen werden zur Vertiefung, das heisst immer wiederkehrend, in den aktuellen Tag integriert. (Integrativ)

1. & 2. Seminartag
Ich als spirituelles/geistiges Wesen <ul style="list-style-type: none">○ Ich und mein Glaubenssystem, deren Sonnenseiten und Schattenseiten○ Definition Spiritualität○ Meine Anker, Kraftquellen, Tankstellen (Krafttiere, Engel, Wesenheiten, Menschen, Geistführer, Gott, Höheres Selbst...?)○ Bewusstsein – Überbewusstsein
Ich als Mensch und Persönlichkeit <ul style="list-style-type: none">○ Dankbarkeit: meine Sonnenseiten, Ressourcen, Fähigkeiten○ Schattenintegration: meine Schattenseiten, Schwächen○ Das Enneagramm, mein Persönlichkeitstyp○ Mein Körper, äusserer Körper, Körperempfindung○ Mein Bewusstsein
Ich als Coach <ul style="list-style-type: none">○ Definition, Aufgaben, Kompetenzen, Verantwortung von Spirit Coach○ Fragetechniken○ Aktives und achtsames Zuhören○ Körperwahrnehmung bei mir als Coach○ Klienten in seiner Körperwahrnehmung sensibilisieren
3. & 4. Seminartag
Ich als spirituelles/geistiges Wesen <ul style="list-style-type: none">○ Trennung als Illusion – das neue Bewusstsein in der Verbindung/im Einssein○ Ego – Ich – Selbst○ Der transpersonale Ansatz○ Innerer Körper, Seele, Höheres Selbst○ Innere Führung○ Glückseligkeit
Ich und meine Psyche, meine Gefühle <ul style="list-style-type: none">○ Meine Gefühle, Emotionen, Bedürfnisse○ Mein Inneres Kind, meine inneren Anteile○ Glück – Leiden – Schmerzkörper○ Heilung, Selbstheilung
Ich und Du in der Beziehung <ul style="list-style-type: none">○ Mein Umfeld, meine Lebensbereiche, meine Beziehungen○ Bewusstes, respektvolles, erwachtes Handeln○ Abhängigkeit – Unabhängigkeit
Ich als Coach <ul style="list-style-type: none">○ Unterschied Coach – Therapeut○ Coachingablauf

- Vertrauen schaffen, Yes-Setting
- Nonverbale Kommunikation, Spiegeln
- Gefühle bei mir als Coach
- Klienten in seinen Gefühlen sensibilisieren

5. & 6. Seminartag

Ich als spirituelles/geistiges Wesen

- Grobstoffliche und feinstoffliche Körper, Aura, Chakren
- Schwingung, Energie
- Feld- und Raumbewusstsein
- Geistige Gesetze
- Inneres Ziel

Ich und mein Geist, mein Denken

- Meine Gedanken, Vorstellungen, Erwartungen
- Meine Konditionierungen, Handlungsmuster, Prägungen, Glaubensmuster
- Meine Berufung, Ziele, Visionen
- Äusseres Ziel

Ich als Coach

- Ziele formulieren
- Übertragung, Gegenübertragung, Projektion
- Transformations- und Integrationstechniken, Verankerungstechniken

7. & 8. Seminartag

Ich als spirituelles/geistiges Wesen

- Synchronizität – der Weg in die Fülle und ins Glück

Ich und mein Leben

- Mein Wertesystem, Haltung, mein Menschenbild, mein spirituelles Bild, Lebenssinn
- Balance – Lebenswellen/Lebenssturm
- Selbstfürsorge
- Vergebung
- Meine Anliegen, Fragen, Wünsche, Bedürfnisse in der Ausbildung

Ich als Coach

- Meine Haltung, Grundsätze, Werte als Coach
- Spontane Themen des Gegenübers behandeln
- Sich selbständig machen als Coach
- Üben, Anwenden und Vertiefen des Gelernten

AUSBILDUNGS-METHODEN

Die Coaching-Ausbildung wird mit dem **integrativen Lernen** durchgeführt. Dieser verbindet die Bausteine von Theorie, Methodik, Praxis, Selbsterfahrung und Wissen. Dementsprechend arbeitet ihr untereinander und mit mir interaktiv, prozess- und handlungsorientiert. Dazu dienen uns eine Vielzahl von Lehr- und Lernmethoden, wie z.B.:

- Input
- Einzelarbeit, Kleingruppenarbeit
- Arbeit im Plenum (Austausch, Diskussion, Reflexion...)
- Stille als Basis, Meditation
- Abwechslungsreich, rhythmisiert, spielerisch
- Viele Übungen zur Vertiefung und Anwendung des Gelernten
- Konkretes Arbeiten an eigenen Beispielen
- Mischung aus Theorie, Erlernen praktischer Coaching-Fertigkeiten, Stille, Selbsterfahrung, Intevision

AUSBILDUNGS-ELEMENTE

Die Ausbildung ist wie folgt aufgebaut:

1. Seminar-Module

8 Tage, über ca. 9 Monate verteilt

2. Arbeit zu Hause

- Selbstreflexion: das Gelernte wird täglich beobachtet und reflektiert. Dazu führst du ein Tagebuch.
- Üben: Das Gelernte wird bei anderen Menschen/Klienten angewendet. Darüber wird ein kurzer Bericht erfasst. 3 Kurzberichte pro Kurstag = 24 Kurzberichte.
- Lern-Tandem: Das Gelernte und Erfahrene wird mit einer Mitstudent_in geübt und reflektiert. Darüber wird ein Bericht erfasst. 1 Bericht pro Kurstag = 8 Berichte.

3. Persönliche Coaching-Stunden

3 persönliche Coaching-Stunden bei mir oder bei einem anderen Coach. (nicht im Preis inbegriffen)

4. Intevision

Die Intevisionen finden während den Seminartagen statt.

ZIELGRUPPE

Alle Interessierten

VORAUSSETZUNGEN

- Du hast dich schon mit eigenen Glaubenssätzen, Handlungsmustern und Emotionen auseinandergesetzt.
- Du hast Interesse und bist offen für die Spiritualität.
- Du hast den Wunsch, deine eigene Spiritualität zu vertiefen.
- Du hast den Wunsch, deine eigenen Blockaden zu lösen.
- Du hast den Wunsch, andere Menschen darin zu begleiten.

ZULASSUNGSBEDINGUNGEN

- Gute Deutschkenntnisse
- Keine bestimmten Berufsabschlüsse, psychologische Vorbildung nötig

AUFNAHMEVERFAHREN

In einem persönlichen Gespräch finden wir zusammen heraus, ob diese Ausbildung etwas für dich ist.

ABSCHLUSSVERFAHREN

- Keine Zwischenprüfungen, keine Abschlussarbeit oder Abschlussprüfung

ABSCHLUSS

Zertifikat

- Zertifizierte Spirit Coach ZFEG
- Zertifizierter Spirit Coach ZFEG

ABSENZENREGELUNG

Es müssen alle 8 Tage besucht werden. Falls es trotzdem zu einer Absenz kommt, kann das verpasste Thema in einer persönlichen Arbeit nachgeholt werden. (Dies gilt auch mit ärztlichem Zeugnis)

AUSBILDUNGS-DATEN

Ausbildung 2

Samstag 11.01., 01.02., 08.03., 12.04., 24.05., 05.07., 23.08., 27.09. **2025**
jeweils 9.00-17.00 Uhr

AUSBILDUNGS-KOSTEN

8 Tage Ausbildung: CHF 2400.-

AUSBILDUNGS-ORT

Zentrum für Entwicklung, Zürcherstrasse 47B, 8620 Wetzikon

AUSBILDUNGS-LEITUNG

Gabriela Moser

INFO & ANMELDUNG

Mail: gabriela.moser@zfeg.ch

oder über die Homepage: www.zentrumfuerentwicklung.ch