

Diplom Life Balance Coach

«Ein Mensch, der mehr an die anderen denkt, ist dadurch selbst viel ausgeglichener, ruhiger und glücklicher als Menschen, die immer nur an sich selbst denken.» *Dalai*

Lama

Als Dipl. Life Balance Coach sind Sie in der Lage, Menschen bei ihrer individuellen Lebensgestaltung zu begleiten. Sie erlernen die relevanten Kompetenzen, um Menschen dabei zu unterstützen Beruf, Freizeit, Hobby und Familie zufriedenstellend zu koordinieren. Sie beschäftigen sich mit Techniken in den Bereichen Burn-out-Prophylaxe, Lebensvisionen oder Umgang mit Erwartungen des Umfelds. Dabei umfasst der Aufgabenbereich eines Life Balance Coachs unterschiedliche Lebenssituationen der Menschen. In dieser Ausbildung erlernen Sie, wie Sie mit Ihren Kundinnen und Kunden zusammen nachhaltige Konzepte entwickeln, die für ein ausgeglichenes und zufriedenes Leben sorgen.

Starten Sie als Dipl. Life Balance Coach, um Menschen auf den Pfad zur harmonischen Lebensgestaltung zu führen. Erlangen Sie essenzielle Fähigkeiten, um Unterstützung bei der Koordination von Beruf, Freizeit und Familienleben zu bieten. Vertiefen Sie sich in Methoden, die von Burn-out-Prävention über Lebensvisionen bis zum Management von äusseren Erwartungen reichen. Als Life Balance Coach navigieren Sie durch diverse Lebenssituationen Ihrer Kundinnen und Kunden. In dieser Ausbildung entwickeln Sie gemeinsam mit ihnen nachhaltige Strategien für ein ausgeglichenes Leben im Einklang mit vielseitigen Anforderungen und Bedürfnissen.

Beginn

07.09.2026

Zum Kalender hinzufügen

Zeit

08:30 - 16:30

Enddatum

25.03.2027

Preis

4750.00 CHF

Adresse

IPC Akademie

Albisriederstrasse 226

8047 Zürich

info@ipc-akademie.com

ipc-akademie.com/fachspezialisierung/diplom-life-balance-coach/#tab-id-1

Leitung

Roger Erni,

Ziel

Die relevanten Lernziele der Ausbildung «Diplom Life Balance Coach»:

- Sie definieren ihren persönlichen Ist-Stand zum Thema.
- Sie schildern relevante Fachmodelle in ihrer Rolle als Life Balance Coach.
- Sie realisieren mit ihrem vernetzten Verständnis wirksame Interventionen kompetent.
- Sie verdeutlichen ihre Fortschritte in den überfachlichen Kompetenzen ihrer Rolle, um diese im Alltag zu repräsentieren.

(Work-) Life Balance

- Sie vergleichen ihr bisheriges Handeln mit den Handlungen des Life Balance Coachs, um werteorientierte Erfolge bei Kund:innen zu erreichen.
- Sie identifizieren das Lebensrad als Tool, um Bewusstsein für die Anforderungen der jetzigen Lebenssituation bei Kund:innen zu erreichen.
- Sie präzisieren in der Gruppe ihr Wissen über Einflüsse aufs Selbstmanagement konstruktiv, um ihre Kund:innen kompetent zu unterstützen.

Lernfelder und Erfolgsfaktoren

- Sie ermitteln durch ihre bisherigen Erfahrungen mit Lebensgestaltung Einflussfaktoren der Lebensgestaltung.
- Sie definieren durch Austausch ihrer Coachee-Erfahrungen den fachdidaktischen, kundenorientierten Ablauf einer Kraftfeldanalyse.
- Sie beschreiben durch eigene und kollegiale Erfahrungen den leistungsfördernden Einsatz von Visionen, Missionen und Ziele.

Verhalten und Haltung

- Sie beweisen durch Reflexion ihrer Erfahrungen als Life Balance Coach eine höhere

überfachliche Kompetenz in ihrer Rolle, um Veränderungsprozesse beim Coachee auszulösen.

- Sie verwenden zur Förderung des Vollzugs eines Lebensthemasgesprächs für zielorientierte Veränderung den Austausch mit Kolleg:innen.
- Sie nutzen passendes Verhalten in der alltäglichen Anwendung von Biografie als Ressource, um positive Veränderungen zu erreichen.

Lebensmission

- Sie ermitteln rollentypische Merkmale des Life Balance Coachs im Alltag, um eigene Stärken/Schwächen in dieser Rolle zu erkennen.
- Sie bestimmen Strategien der vielseitigen, konstruktivistischen Sprachanwendung zur Kompetenzverbesserung als Life Balance Coach.
- Sie identifizieren ihre (kundenspezifischen) Aktivitäten als Life Balance Coach, um die Herausforderungen im Alltag zu meistern.

Für den Erhalt des Diploms Life Balance Coach müssen folgende Anforderungen erfüllt sein:

- Aktive Teilnahme an den Präsenzveranstaltungen (min. 80 %).
- Reflexion des persönlichen Lernprozesses. Die Reflexion hat schriftlich zu erfolgen und wird von der/dem Dozentin/Dozenten attestiert.
- Erarbeiten einer Thematischen Arbeit (kann anschliessend auch für die Berufsprüfung zur/zum Eidg. FA Betriebliche:r Mentor:in verwendet werden).
- Nachweis von mindestens 10 Einzelsitzungen im Kontext Life Balance Coaching.
- Präsentation und Verteidigung beim Abschlusskolloquium.

Inhalt

Die Reise Diplom Mental Coach verbindet in sich Theorie, praktische Anwendung und persönliche Selbsterkundung. Sie werden nicht nur in diversen Coaching-Techniken geschult, sondern ebenso wird Ihre eigene Persönlichkeitsentwicklung intensiv beleuchtet. Dabei durchlaufen Sie selbst die Interventionen, die Sie später Ihren Kundinnen und Kunden anbieten werden, und erfahren ihre Wirksamkeit aus erster Hand.

Es geht um mehr als nur zuzuhören und gezielte Fragen zu stellen – ein wirkungsvoller Coach bringt eine bestimmte innere Haltung mit. Daher erfordert unsere Ausbildung von Ihnen eine Bereitschaft, sich mit Ihren eigenen Prozessen intensiv auseinanderzusetzen. Dieser Schritt bildet eine essenzielle Grundlage, um sowohl das fachliche Know-how als auch das menschliche Verständnis zu vertiefen, welches diese Arbeit erfordert.

Auf dieser Entwicklungsreise steht Ihnen ein reger Austausch mit anderen Ausbildungsteilnehmenden und unserem Dozenten-Team zur Seite. Der Dialog innerhalb der Gruppe festigt Ihre Rolle als Mental Coach und ermöglicht zugleich eine tiefere Auseinandersetzung mit Inhalten, Themen und Prozessen, indem er einen konstruktiven Raum für Diskussionen und Reflexion schafft.

Voraussetzungen

- [Abgeschlossene Basisausbildung](#) oder adäquater Abschluss
- Vorausgesetzt wird Erfahrung in der Zusammenarbeit mit Menschen
- Bereitschaft, sich auf einen persönlichen Prozess einzulassen

- Erste Erfahrungen im Begleiten von Menschen in einem strukturierten Ablauf
- Es wird dringend empfohlen, spätestens parallel zum Besuch der Ausbildung eigene Mental Coachings und Trainings durchzuführen
- Es wird empfohlen, parallel zur Ausbildung die Prüfungsvorbereitung zum eidg. Diplom/Fachausweis zu beginnen
- Während der gesamten Ausbildungsphase empfiehlt sich der Besuch von Supervisionsveranstaltungen (Zulassungsbedingung zur eidg. Fachprüfung)

Form

Blended Learning

Unterrichtssprache

Deutsch

Abschlüsse

[Coach SCA Dipl.](#)

[JETZT INFORMIEREN](#)

Klassengrösse

4-15

Lektionen

13 à ca. 7 Std.

[Zurück zur Liste](#)



[IPC Akademie](#)

[+41 43 818 66 81](#)

info@ipc-akademie.com

www.ipc-akademie.com

[Kontakt speichern](#)

Anfrage

Name *

Institution

E-Mail *

Tel *

Strasse *

PLZ *

Ort *

Nachricht *

Betrifft:
Diplom Life Balance Coach

senden

Source URL: <https://erwachsenenbildung.ch/diplom-life-balance-coach>