

# *HeartSmart*<sup>®</sup>-Einführungs-Kurs (1 Tag)



*Der HeartSmart-Coach coacht nicht zur schnellsten Problemlösung,  
sondern führt sachte mit Herz zum Herzen, wo die weise Lösung schon lange wartet  
und sich dem zeigt, der sich mit Vertrauen nach innen verbindet.*

## 1. Für wen eignet sich das *HeartSmart*<sup>®</sup>-Prozess-Coaching?

Sie sind ausgebildeter Coach, haben bereits praktische Erfahrung mit eigener Klientel und sind bereit, Ihre Coaching-Kompetenz zu erweitern. Sie verspüren den Wunsch, eine Dimension des Coachings zu erlernen, in der es um innere Fitness, um das Wecken der Herzkraft und um den Ausbau der Selbstkompetenz geht. Sie sind kein „Quick-Fix-Coach“, sondern arbeiten gerne mit Klienten, bei denen es um Herausforderungen geht, die eine Innenschau verlangen und demnach einem Selbstentwicklungsprozess unterliegen. Sie möchten mit nachhaltiger Coaching Arbeit das Bewusstsein des Klienten steigern, das ihn mit seiner Herzintelligenz verbindet und ihn die authentischen Antworten auf seine Fragen finden lässt.

Sie suchen als Coach für diese Wegbegleitung zu mehr (Herz-)Bewusstsein eine praxiserprobte Coaching-Prozess-Struktur, die Ihnen als Leitfaden dient und Ihnen gleichzeitig erlaubt, Ihre Erfahrungen und Ihre eigenen Werkzeuge in den Prozess mit einflechten zu lassen.

## 2. Kurs–Schwerpunkte:

Im HeartSmart–Einführungs–Kurs lernen Sie die Grundlagen der 10 HeartSmart Kompetenzen sowohl theoretisch wie auch praktisch kennen. Sie erhalten konkrete Ideen, wie Sie die HeartSmart–Kompetenzen wirkungsvoll in Ihr eigenes Coaching einflechten können. Den einen reicht dieser Einführungskurs aus, um ihrer bestehenden Coaching Arbeit eine stufenweise Prozessstruktur zu geben. Anderen dient der Workshop zudem als gute Entscheidungsgrundlage dafür, ob das vollständige HeartSmart–Coach–Training für sie eine sinnvolle Weiterbildung ist.

### Themen:

- Die 10 HeartSmart–Kompetenzen und deren Zusammenspiel
- Die Bewusstseinssteigerung als stufenweiser Prozess
- Biofeedback als Spiegel und Herzöffner
- Die Integration eigener Coaching–Tools in den HeartSmart–Prozess
- Wie der HeartSmart–Prozess Rationalität und Spiritualität zusammenbringt
- Anwendungen in der Praxis
- Inhalt und Ablauf des HeartSmart–Coach–Trainings als Weiterbildung

## 3. Kosten:

Es ist unser Anliegen, möglichst vielen Coaches die Möglichkeit zu geben, den HeartSmart–Prozess als ein herausragendes, innovatives Coaching–Instrument kennen zu lernen. Wir scheuen uns nicht, auch in einem Einführungskurs unser Wissen, unsere Erfahrung und nicht zuletzt unsere Leidenschaft uneingeschränkt weiter zu geben, weil wir überzeugt sind, dass die Gemeinschaft mehr bewegen kann als der Einzelkämpfer.

Der HeartSmart–Einführungskurs ist kostenlos!

## 4. Information / Anmeldung:

Bei Interesse oder Fragen kontaktieren Sie uns bitte über das Kontaktformular oder per Mail an [info@heartsmart.ch](mailto:info@heartsmart.ch). Gerne geben wir Ihnen die aktuellen Durchführungstermine bekannt oder vereinbaren mit Ihnen ein persönliches Informationsmeeting. Wir freuen uns auf Ihre Kontaktnahme!

## 5. HeartSmart TrainerInnen:



**Thomas Mahler** (Workshopleitung), Jahrgang 1957. Lizenziertes **HeartSmart-Coach** und **-Trainer**, HeartMath-Provider. Coach für Innere Fitness und Personal Mastery. Buchautor. Eigene Coachingpraxis seit 1999 in Zürich. Entwickler des „HeartSmart-Prozesses“. Autor des Buches „Was jetzt?“; Co-Autor des Buches „Mythos Coaching“. Studium der Ökonomie an der Hochschule St.Gallen (Lic.oec.HSG). Langjährige Geschäftsleitungstätigkeit in Marketing- und Handelsunternehmen. Weiterbildung zum Coach am *Coach Training Institute (CTI)*, England und an der *Coach-U-University*, USA. Diverse Zusatzausbildungen in Meditation, Selbstentwicklung und Biofeedback.



**Birgit Stebler**, Jahrgang 1959. Lizenziertes **HeartSmart-Coach** und **-Trainer**, Diplomierter Systemischer Coach FSB. Coach für Innere Fitness und Personal Mastery. Ausbildung in Psychologischer Gesprächsführung und Lösungsorientiertem Systemischen Coaching. Studium am Schweizerischen Ausbildungszentrum für Marketing, Kommunikation und Information. Mehrjährige Berufserfahrung in verschiedenen Bereichen der Kommunikation, zuletzt in leitender Funktion eines Dienstleistungsunternehmens. Zusatzausbildungen und fortlaufende Weiterbildung in Selbstentwicklung.