



GROW WITH
YOUR FLOW[®]

LIFE COACHING INSTITUT

WWW.SERENITY-THERAPY.COM

AUSBILDUNG ZUM HOLISTISCHEN LIFE COACH

Der Beruf eines Life Coaches nimmt einen zunehmend wichtigen Stellenwert in unserer heutigen Gesellschaft ein.

Life Coaching erfordert viel Verantwortungsbewusstsein und Empathie, allerdings auch eine gewisse Grundlage in Bezug auf Führungsqualitäten und Unternehmensführung.

THEMENGEBIETE EINES LIFE COACHS

Berufliche Neuorientierung,
Konflikte beruflicher oder privater Natur,
Lebensveränderungen wie Trennung,
Krankheit, Tod, Familiengründung,
Schwangerschaft, Umzug,
Sinn-findung,
individuelle Lebensgestaltung,
Motivation bei Gründung eines Unternehmens,
Supervision

MÖGLICHES BERUFSUMFELD EINES LIFE COACHS

- in der eigenen Praxis
(vor Ort oder online)
- Autorinnentätigkeit
- in Unternehmen als
Unterstützung von Teams
- i.V.m. therapeutischer Praxis
i.V.m. des eigenen Yogabusiness
- als Eltern-, Beziehungs oder Stresscoach.
- als Speaker auf Veranstaltungen
- Leiter von Trainings und Workshops

PREISINFORMATIONEN UND TERMINE
FINDEST DU AUF DEN LETZTEN SEITEN DER BROCHURE.

INHALTE:

Coaching-Techniken*:

Systemisches Coaching

Mentaltraining

NLP

positive Psychologie

gewaltfreie Kommunikation

Bindungstheorie

Krisenintervention

spirituelle Techniken: das Gesetz der Anziehung,

Manifestation

Chakra Healing

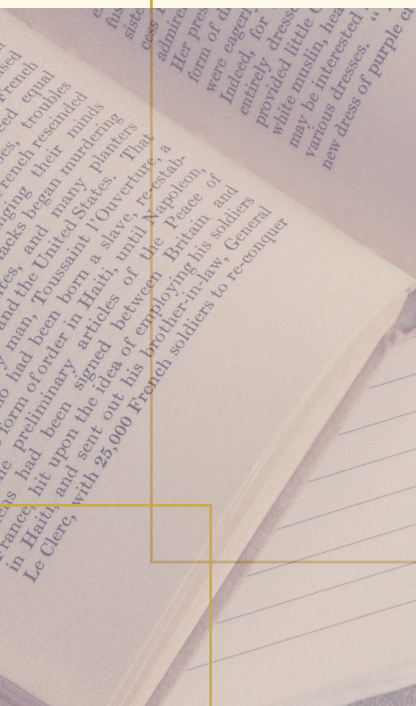
Achtsamkeitstraining

Stress- und BurnOut Prävention

uvm.

*Bei den Inhalten handelt es sich um eine Mischung mehrerer Techniken mit eigens entwickelten und bewährten Tools aus der Zusammenarbeit mit KlientInnen vom Grow with your flow® Institut.

Das Grow With Your Flow® Life Coaching Institut bietet keine Seminarinhalte nur einer einzigen Coaching-Schule an, da es sich bewährt hat, mit mehreren Techniken verschiedener Schulen zu arbeiten und diese nachhaltig und holistisch in der Praxis zu kombinieren.



LEHRCOACHINGS:

Um am Ende der Ausbildung tatsächlich coachen zu können, empfehlen wir mindestens 40 Stunden Life Coaching in Lehrcoachings absolviert zu haben (davon finden 30 Stunden bereits während der Ausbildungswochenenden statt.

Somit empfiehlt sich, mindestens ca. 10 Stunden mit Coachees außerhalb des Instituts während der Ausbildung zu arbeiten). Hierbei handelt es sich um eine Richtlinie, keine Pflicht.

Wie Du Lehrcoachings organisierst und gestaltest, wird bereits im ersten Modul vermittelt.

Je mehr Coachings Du während Deiner Ausbildungszeit absolvierst, desto schneller und erfolgreicher startest Du Deine Tätigkeit als Life Coach. In dieser Ausbildung lernst Du schnell, wie Du eigene Übungscoachees akquirieren wirst.



VORAUSSETZUNG FÜR DIE TEILNAHME AN DER AUSBILDUNG:

Infocall mit Alexandra, Leitung und Dozentin des
Grow With Your Flow® Life Coaching Instituts

Mindestalter: 23 Jahre

Persönlichkeit und kommunikative Fähigkeiten, welche Dich für
einen beratenden, menschenorientierten Beruf qualifizieren.

Erfahrungen in beratenden Berufen sind von Vorteil,
aber kein Muss.

Interesse am Lernen und Offenheit, auch eigene Themen
anzugehen. Dies stellt ebenso die eigene Qualitätssicherung dar,
später Andere verantwortungsvoll zu coachen.

6 LEHRBLÖCKE:

LIFE COACHING - DEFINITION UND ABGRENZUNG

Welche Verantwortung trägt ein Life Coach?
Wie unterscheidet sich Life Coaching von anderen beratenden /
therapeutischen Berufen? Die Haltung eines Coaches.

Berufliche Möglichkeiten eines Life Coaches. Problem- und
Lösungsorientierung. Reflexion des eigenen Lebens anhand
verschiedener Lebensfelder. Persönliche Entwicklungsthemen
identifizieren. Eigene Lebensziele und Visionen definieren.
Sich und anderen stimmige Reflexionsfragen stellen.

GRUNDLAGEN IN DER ARBEIT ALS LIFE COACH

Welche Coaching-Techniken gibt es und wie entscheide ich,
welches die richtigen für den jeweiligen Coachee sind?
Wie grenze ich mich ab?
Wer eignet sich nicht für ein Coaching? Beziehung Coach-Coachee.

Emotionen erkennen und mit ihnen arbeiten, als auch der
professionelle Umgang mit emotionalen Themen.

Beziehungsebenen im Life Coaching.
Lebenslauf des Coachees als Ressourcenelement.
Vom Lebenstraum zur Umsetzungsstrategie:
Coaching-Tools für die Praxis.



LIFE COACHING-TECHNIKEN I

Erstgespräch führen, Rahmenbedingungen sicher klären sowie die Themen des Klienten identifizieren. Professionell und authentisch kommunizieren. Ziele finden und setzen.

Elemente aus dem systemischen Coaching
Definition innere Kind Arbeit (v.a. Abgrenzung Coaching & Psychotherapie)

Beziehungen konstruktiv und erfüllend gestalten
(partnerschaftlich, familiär, freundschaftlich und kollegial)

Bindungstheorie
Konfliktcoaching
Gewaltfreie Kommunikation
Mentales Training.

LIFE COACHING-TECHNIKEN II

Positive Psychologie
Krisenintervention
Achtsamkeitstraining.

Spirituelle Techniken wie z.B.:
das Gesetz der Anziehung, Manifestation und die
buddhistische Chakren Lehre psychologisch fundiert

ANALYSIEREN VON COACHING-PROZESSEN

- Eigene Prozessgestaltung von Coachingfällen.
- Coachees sicher und ruhig bei schwerwiegenden Veränderungen coachen (Umzug, Trennung, Verlust, Jobwechsel, berufliche Neuorientierung, Krankheit, Schwangerschaft, etc.).
- Anwendungen der erlernten Techniken im spannenden und zielführenden Methoden-Mix.

MARKETING / AUFSTELLUNG ALS LIFE COACH

Was brauche ich zum Start und für die Gründung meiner Coaching-Praxis (materiell & finanziell)?

Welche möglichen Einkommensquellen kann ich mir erschaffen?

SEO-Basics und Websitenerstellung.

Online Marketing Basics

(Positionierung, Landingpages, Copywriting, Social Media).



MODUL 7

"HEALING THE DIVINE FEMININE"

Löse mit Deinen weiblichen KlientInnen die Trinity Wound und bringe Heilung in die Welt der göttlichen Weiblichkeit.

Verstehe, wie Frauen mit dem Wissen dieser Wunde und der Heilung derselben nachhaltig in ihr volles Potential wachsen können und Du sie dabei begleitest mithilfe von female empowerment, Embodiment und den female codes of abundance.

Die Trinity Wound ist die Trilogie aus Mutterwunde, Hexenwunde und Schwesternwunde. Hierbei handelt es sich um ein kollektives und kulturelles Trauma, welches Frauen seit der Hexenverbrennung und der Entstehung von Patriarchaten erfahren (haben).

Dieses Wissen wird Dich auch stark dabei unterstützen, Deine eigenen Wunden selbst aufzulösen und anzugehen als auch die Schwierigkeiten Deiner künftigen Klientinnen besser zu verstehen. So begleitest Du sie optimal in ihren Prozessen.

Dieses Wissen wird selten bis gar nicht in Coaching Ausbildungen gelehrt und hindert professionelle Coaches, ihren Klientinnen holistisch begleiten zu können.

Female Embodiment kann nicht ohne der Arbeit mit der Trinity Wound erfolgen.

FYI: Bei diesem Modul handelt es sich um ein reines self study Modul.

INFOS ZU DEN PREISEN FÜR DIE AUSBILDUNG FINDEST DU AUF DER VORLETZTEN SEITE DIESES DOKUMENTS.

AUFTEILUNG IN LIVE- UND EIGENSTUDIUM

Das Studium setzt sich aus 6 Live-Ausbildungswochenenden (online) und einem Selbst-Studium zusammen.

Falls Du an einem der Wochenenden nicht live dabei sein kannst, werden diese Tage aufgezeichnet und Dir die Aufzeichnungen danach zur Verfügung gestellt..

Zudem gibt es Hausaufgaben-Coachings, welche dazu motivieren, Dich auch zwischen den Wochenenden mit anderen Teilnehmerinnen zu verbinden und auszutauschen.

Zu den 6 Live Wochenenden kommen zusätzliche 12 Monate Ausbildungsdauer hinzu, in welchen Dir der Onlinebereich weiterhin zur Verfügung steht.

In dieser Zeit hast Du weiterhin die Möglichkeit, Deine Zusatzleistungen aus dem Platinum Paket in Anspruch zu nehmen.



DEINE VORTEILE AUF EINEN BLICK:

- ✓ Meine langjährigen Erfahrungen aus meiner Tätigkeit als Therapeutin und Coach fließen in diese Ausbildung mit zusätzlichen Impulsen meiner eigenen Aus- und Fortbildungen (bis Frühjahr 2025 habe ich selbst ca. 73.000 € investiert).
Diese Ausbildung spart Dir Zeit und Geld.
- ✓ Exklusiv ausgearbeitete Konzept mit einzigartigen Brücken zwischen fundierter Psychologie und spirituellen Lehren.
- ✓ Enger Kontakt zu Deiner Dozentin. Hier bist Du nicht eine von Vielen, sondern die nächste erfolgreiche Life Coach.
Ich vermittele Dir wertvolles Know-How für den verantwortungsbewussten Umgang als Coach.
- ✓ Extrem hoher Praxisbezug. Du arbeitest von Anfang an mit Coaching-Methoden und kannst bereits nach dem ersten Block mit spannenden Coachings starten.

✓ Kompakte, von mir persönlich verfasste und designte Unterlagen - zum gerne draus lernen.
- ✓ Fallbibliothek mit Praxis-Fällen (anonymisiert) aus meiner langjähriger Coachingpraxis. Hier werden Coachingfälle vom Anliegen bis zum Prozessabschluss aufgeschlüsselt (nach Ausbildungsmodulen gegliedert).
- ✓ Wertvolles Know-how, welches Du nicht nur beruflich, sondern auch für Dein eigenes Leben und das Leben Dir nahestehender Menschen nutzen kannst.
- ✓ Aufgeschlossene, herzliche und humorvolle Atmosphäre, welche Deine persönliche Entwicklung individuell fördert und Dich nicht nur fachlich, sondern auch persönlich wachsen lässt.

A portrait of Alexandra Christina Bauer, a woman with long brown hair, smiling and holding a white marker. She is wearing a yellow patterned top. The background is a light orange wall with a subtle pattern of concentric circles.

LEITUNG DES INSTITUTS: ALEXANDRA CHRISTINA BAUER

Alexandra Christina Bauer ist therapeutischer Life Coach, Autorin, Dozentin, Retreat-Host und Unternehmerin aus Leidenschaft. Täglich begleitet sie Menschen in ein authentisches Leben, ganz nach den eigenen individuellen Vorstellungen.

Durch Ihre Selbstständigkeit kann sie heute ebenfalls ein Leben nach ihren eigenen Maßstäben leben: im Winter im Ausland oder in eigener Praxis in München arbeiten und sich jeden Tag auf's Neue kreativ verwirklichen.

Durch Selbsterfahrung in den Bereichen Psychotherapie, Life Coaching und persönliche Weiterbildung aus diversen Schulen weltweit (wie zum Beispiel die Ausbildung zur Chakren Heilerin auf Bali, Reiki Meisterin, schamanische Energiemedizin) hat sie zudem langjährige Erfahrung auf der "anderen Seite der Couch" gemacht und bringt dieses Wissen ebenfalls behutsam in Ihre Ausbildungen mit ein.

Durch das intensive Aufarbeiten ihrer eigenen Geschichte, die schon früh durch Komplextraumastörungen und schwerwiegende Verluste geprägt wurde, ist sie von den im Institut vermittelten Techniken nicht nur überzeugt, sie hat diese selbst erfahren.

Daher kommt der hohe Anspruch, dieses wertvolle Wissen anderen zu vermitteln. Zu verdeutlichen, wie wertvoll dieser Beruf ist, aber auch, wie viel Verantwortung damit einhergeht.

DEINE AUSBILDUNG AM GROW WITH YOUR FLOW® LIFE COACHING INSTITUT:

12 x Ausbildungstage ONLINE (Zoom Video Calls)

1 x FAQ-Abend an dem Du Deine Fragen rund um die Ausbildung stellen kannst und von den Fragen anderer Teilnehmerinnen profitierst (online).

7 x wunderschön designte Workbooks mit kompakt zusammengefasstem, wertvollen Inhalt für Deine Coachingpraxis (ab dem 1. Modul mit angeleiteten Selbstlern-Einheiten; diese wurden mehrfach von Teilnehmerinnen als "der holy grail" der Persönlichkeitsentwicklung bezeichnet).

1 x umfassender Online Bereich mit weiteren Materialien (Videoaufzeichnungen, PDF's, Podcast Einheiten, wertvolle weiterführende Ressourcenliste zur Ausbildung und für Dein Coaching Business.

1 x Fallbibliothek mit erläuterten Coachingprozessen aus Alexandras langjähriger Praxis. In unzähligen Videos werden Coachingfälle vom Anliegen bis zum Prozessabschluss aufgeschlüsselt und erklärt.

1x Coaching (-Business) Erfahrung first hand von Alexandra durch ihre langjährige Vollzeit-Erfahrung aus der Arbeit im 1:1 und mit Gruppen als auch als Unternehmerin, welche Dir schmerzhaft Erfahrungen ersparen wird.

1 x Netzwerk aus gleichgesinnten Frauen, die sich gegenseitig wachsen sehen wollen und unterstützen. Nicht selten bilden sich hier langjährige Soul Connections.

1x 60 Minuten Mentoring mit Alexandra (Wert 250,00 €)

Zertifikat zum spirituellen Life Coach
am Glow With Your Flow® Life Coaching Institut

DEINE INVESTITION - ONLINE VARIANTE:

Silver Ticket:

- Teilnahme an der Ausbildung mit allen Inhalten und Teilnahme an den Präsenztagen und FAQ's, inkl. einer Business-Mentoring Stunde bei Alexandra im Wert von 250,00 €

4.444 €

Gold Ticket:

- Teilnahme an der Ausbildung mit allen Inhalten und Teilnahme an den Präsenztagen und FAQ's, inkl. einer Business-Mentoring Stunde bei Alexandra im Wert von 250,00 €
- 3 x 60 Minuten Coaching/ Supervision mit Alexandra Christina Bauer während der Ausbildungszeit (12 Monate nach Start der Ausbildung - Wert 600 €)
- Du sicherst Dir alle weiteren 1:1 Sessions mit Alexandra zum Vorteilspreis von 100,00 €.

4.747 €

Platinum Ticket:

- Teilnahme an der Ausbildung mit allen Inhalten und Teilnahme an den Präsenztagen und FAQ's, inkl. einer Business-Mentoring Stunde bei Alexandra im Wert von 250,00 €
- 3 x 60 Minuten Coaching/ Supervision mit Alexandra Christina Bauer während der Ausbildungszeit (12 Monate nach Start der Ausbildung - Wert 600 €)
- Du sicherst Dir alle weiteren 1:1 Sessions mit Alexandra zum Vorteilspreis von 100,00 €.
- Teilnahme an weiteren 3 Supervisionsabenden mit Alexandra innerhalb von Kleingruppen (maximal 5 TN), in denen gecoacht wird oder im Mentoring mit Alexandra Fragen zum Businessaufbau oder Coaching generell beantwortet werden (2-stündig, inkl. Aufzeichnungen)

4.999 €

*Bei Anmeldung ist eine Anzahlung i.H.v. 1.000 € fällig.
Eine Ratenzahlung ist mit bis zu 24 gleich bleibenden Raten möglich.

ERFAHRUNGEN EHEMALIGER TEILNEHMERINNEN:

Du gelangst zu allen Video-Rezensionen ehemaliger Teilnehmenden der spirituellen Life Coaching Ausbildung, indem Du auf folgenden Link klickst (Weiterleitung auf www.youtube.com):

<https://youtu.be/sZo7iEPuGBU?si=pXK3Uy97QjWlydfT>

Auf Google findest Du weitere 110+ 5 Sterne Rezensionen zu meiner Arbeit, indem Du auf folgenden Link klickst (Weiterleitung zu www.google.com):

[https://www.google.com/search?](https://www.google.com/search?q=serenity+therapy&rlz=1C5CHFA_enDE911DE911&oq=serenity+therapy&aqs=chrome..69i57j0i22i30l4j69i60l3.1965j0j4&sourceid=chrome&ie=UTF-8#lrd=0x479e758e49effccf:0xc4ac9533b1942102.1,,,)

[q=serenity+therapy&rlz=1C5CHFA_enDE911DE911&oq=serenity+therapy&aqs=chrome..69i57j0i22i30l4j69i60l3.1965j0j4&sourceid=chrome&ie=UTF-8#lrd=0x479e758e49effccf:0xc4ac9533b1942102.1,,,](https://www.google.com/search?q=serenity+therapy&rlz=1C5CHFA_enDE911DE911&oq=serenity+therapy&aqs=chrome..69i57j0i22i30l4j69i60l3.1965j0j4&sourceid=chrome&ie=UTF-8#lrd=0x479e758e49effccf:0xc4ac9533b1942102.1,,,)

So kannst Du Dir einen konkreten Eindruck machen, wie es ist, an der Ausbildung teilzunehmen.



STEFFI'S ERFAHRUNGEN
in der Ausbildung
zum holistischen Life Coach

48:40

 **Steffi's Erfahrung 2022** ...
October 22, 2024



LARA'S ERFAHRUNGEN
in der Ausbildung
zum holistischen Life Coach

06:15

 **Lara's Erfahrung 2024** ...
October 22, 2024



ANN-SOPHIE'S ERFAHRUNGEN
in der Ausbildung
zum holistischen Life Coach

01:43

 **Ann-Sophie's Erfahrung 2021** ...
October 22, 2024



NATALIE'S ERFAHRUNGEN
in der Ausbildung zum
holistischen Life Coach

13:10

 **Natalie's Erfahrung 2023** ...
October 22, 2024



LUISA'S ERFAHRUNGEN
in der Ausbildung
zum holistischen Life Coach

48:41

 **Luisa's Erfahrungen 2021** ...
October 22, 2024



SILVIA'S ERFAHRUNGEN
in der Ausbildung
zum holistischen Life Coach

44:51

 **Silvia's Erfahrungen 2021** ...
October 22, 2024



TANJA'S ERFAHRUNGEN
in der Ausbildung
zum holistischen Life Coach

13:05

 **Tanja's Erfahrung 2022** ...
October 22, 2024



AYLIN'S ERFAHRUNGEN
in der Ausbildung
zum holistischen Life Coach

56:18

 **Aylin's Erfahrung 2022** ...
October 22, 2024



JENNIFER'S ERFAHRUNGEN
in der Ausbildung
zum holistischen Life Coach

50:58

 **Jennifer's Erfahrungen 2020 (erster Jahrgang...)** ...
October 22, 2024



GROW WITH YOUR FLOW

LIFE COACHING INSTITUT

AUSBILDUNGSWOCHENENDEN

WWW.SERENITY-THERAPY.COM

AUSBILDUNG ZUM GROW WITH YOUR FLOW® LIFE COACH

AUSBILDUNGSWOCHENENDEN (VIA ZOOM VIDEO CALL)

1. Modul 14./15. März 2026

Sa. 9:30-12:00 Sharing, Fragerunde,

Vertiefung Modul 1

12:00 - 12:30 PAUSE

12:30-14:30 Vertiefung

14:30-15:30 Gruppencoaching der Teilnehmer
untereinander (Anwendung der erlernten Tools),

Vertiefung Modul 1

So. 09:30 - 12:00 Teilen der Erfahrungen aus dem
Coaching vom Vortag, Vertiefung, Gruppencoaching

12:00 - 12:30 PAUSE

12:30-15:30 Erfahrungen, Fragen, Abschlussrunde
(Alle folgenden Webinarstage sind gleich aufgebaut)

2. Modul 11./12. April

3. Modul 02./03. Mai

Q&A 13. Mai von 18h-19h

4. Modul 30./31. Mai

5. Modul 27./28. Juni

6. Modul 18./19. Juli