

# Konzept Heilpädagogisches Life Coaching: M. Villiger / Verlag Ella VillART

## ICH

- Selbstkonzept stärken
- Fähigkeiten / Kompetenzen erkennen
- Gefühle klären / Gesundheit

## DU

- Beziehungen durchleuchten
- Nähe und Distanz beachten
- Kommunikation und Lernen

## WIR

- Orientierungen prüfen
- Anker und Energiefresser erfassen
- Sicherheiten schaffen / Zuhause
- Beruf / Finanzen / Erfolg

## Coach Ella

Mit meiner ART-Methode  
zu deinem Leben im Lot gelangen

## ART-Methode

Anfangen deine Situation zu klären  
Reflektieren deines Systems  
Tun, was du brauchst für dein Leben im Lot

