

# Vom Existieren zum Leben

*Das Fokus-Angebot auf einen Blick*

Du funktionierst, aber du lebst nicht wirklich? Du spürst, dass mehr möglich ist, weißt aber noch nicht, wie? In diesem Coaching finden wir gemeinsam heraus, wer du bist und was du wirklich willst. Schritt für Schritt, von der ersten Standortbestimmung bis zu deinem eigenen Plan für ein lebendiges Leben.

## Deine Reise in vier Phasen

**Phase 1 · Standort** *Wo stehe ich?* Klarheit über deine aktuelle Situation, deine Gefühle und Bedürfnisse. Ankommen, erkennen, bewusst werden.

**Phase 2 · Identität** *Wer bin ich?* Deine Werte, Stärken und Sehnsüchte entdecken. Zurück zu dir selbst. Verstehen, annehmen, in Verbindung kommen.

**Phase 3 · Stolpersteine** *Was hindert mich?* Die inneren und äußeren Blockaden erkennen, die dich zurückhalten. Loslassen, lösen, überwinden.

**Phase 4 · Purpose & Plan** *Was will ich wirklich?* Deinen Purpose finden und einen authentischen Plan für dein Leben gestalten. Ausrichten, gestalten, dein Leben leben.

## Das Fokus-Angebot auf einen Blick

|                    |                                                                                       |
|--------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Dauer</b>       | 6 Monate                                                                              |
| <b>Format</b>      | online oder in Präsenz, je nachdem, was für dich besser passt                         |
| <b>Auftakt</b>     | Vorabfragebogen zum Matching und ein Erstgespräch zur Standortbestimmung (60 Minuten) |
| <b>Kern</b>        | vier intensive Coaching-Vormittage, einmal im Monat an einem Montag                   |
| <b>Abschluss</b>   | eine Abschlusssitzung (60 Minuten) zur Integration                                    |
| <b>Investition</b> | 2.900 € zzgl. MwSt.                                                                   |

### Zwischen den Sitzungen bekommst du:

- Handouts und gezielte (KI-)Reflexionsimpulse zur Vertiefung
- ein gemeinsames Coachingtagebuch und eine kurze Zusammenfassung nach jeder Sitzung
- E-Mail-Support innerhalb von 48 Stunden, wenn du zwischendurch feststeckst

## Möchtest du tiefer gehen? Das Premium-Angebot

Wenn du nach den sechs Monaten weitergehen und das Neue wirklich verankern möchtest, führen wir den Weg im Premium-Angebot fort: insgesamt 12 Monate, das komplette Fokus-Angebot plus sechs Monate Mentoring mit einem Gespräch pro Monat, online oder vor Ort.

**Premium-Angebot:** 12 Monate, Fokus-Angebot plus 6 Monate Mentoring.

**Investition:** 4.900 € zzgl. MwSt.

## So startest du

Der erste Schritt ist ganz leicht:

- Du füllst den kurzen [Fragebogen](#) aus.
- Wenn es passt, schicke ich dir einen Link zu meinem Termin-Kalender.
- Du buchst dir einen ersten Termin, und wir finden gemeinsam heraus, ob es zwischen uns stimmt.

Es ist Zeit, wieder du zu sein. Mehr unter [birgitberndt.de](https://birgitberndt.de).

### So erreichst du mich

Fragen? [kontakt@birgitberndt.de](mailto:kontakt@birgitberndt.de)

Fragebogen: [birgitberndt.de/fragebogen](https://birgitberndt.de/fragebogen)

Blog: [birgitberndt.de/blog](https://birgitberndt.de/blog)

LinkedIn: [linkedin.com/in/birgit-berndt-coaching](https://linkedin.com/in/birgit-berndt-coaching)

YouTube: [youtube.com/@birgitberndtcoaching](https://youtube.com/@birgitberndtcoaching)

