

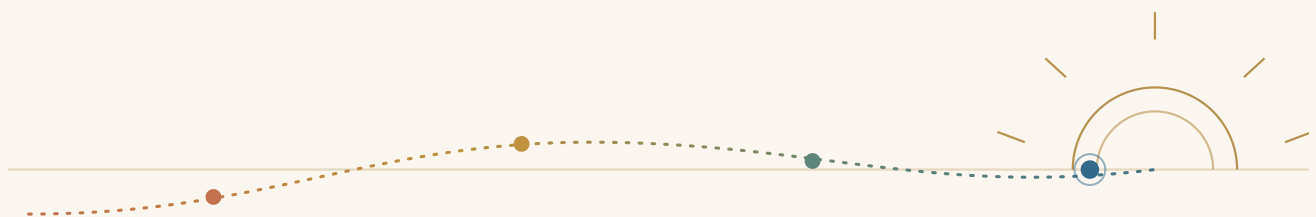
DAS COACHING-ANGEBOT

Vom Existieren zum Leben

Für Menschen, die spüren, dass mehr möglich ist

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.

*Du bist nicht krank. Aber auch nicht wirklich lebendig.
Mehr existieren als leben.*



Nicht anders werden. • Wieder du sein.

Die 4-Phasen-Reise

zu Identitätsklarheit und Flourishing

Vom Feststecken zu einem Leben in Klarheit, Sinn und Erfüllung. Wir gehen den Weg gemeinsam, in deinem Tempo, von der Standortbestimmung bis zu deinem eigenen Plan.

1

PHASE

Standort *Wo stehe ich?*

Klarheit über deine aktuelle Situation, deine Gefühle und Bedürfnisse. Ankommen und bewusst werden.

Ankommen

Erkennen

Bewusst werden

2

PHASE

Identität *Wer bin ich?*

Deine Werte, Stärken und Sehnsüchte entdecken. Zurück zu dir selbst und in Verbindung kommen.

Verstehen

Annehmen

In Verbindung kommen

3

PHASE

Stolpersteine *Was hindert mich?*

Die inneren und äußeren Blockaden erkennen, die dich zurückhalten. Loslassen und die Handbremse lockern.

Loslassen

Blockaden lösen

Handbremse lockern

4

PHASE

Purpose & Plan *Was will ich wirklich?*

Deinen Purpose finden und einen authentischen Plan für dein Leben gestalten. Ausrichten und dein Leben leben.

Ausrichten

Gestalten

Dein Leben leben

KLARHEIT FINDEN • HANDBREMSE LOCKERN • ERFÜLLUNG LEBEN

Identitätsklarheit. Flourishing. Ein Leben, das sich nach dir anfühlt.

Das Fokus-Angebot

Sechs Monate gemeinsame Arbeit, von der Standortbestimmung bis zu deinem eigenen Plan. Wir treffen uns online oder in Präsenz in Hamburg, je nachdem, was für dich besser passt.

DAUER	6 Monate
FORMAT	Online oder in Präsenz in Hamburg, je nachdem, was für dich besser passt
AUFTAKT	Vorabfragebogen zum Matching und ein Erstgespräch zur Standortbestimmung (60 Minuten)
KERN	Vier intensive Coaching-Vormittage, einmal im Monat an einem Montag
ABSCHLUSS	Eine Abschlusssitzung (60 Minuten) zur Integration

INVESTITION **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: 12 Monate insgesamt, das komplette Fokus-Angebot plus sechs Monate Mentoring mit einem Gespräch pro Monat, online oder vor Ort.

4.900 € zzgl. MwSt.

SO STARTEST DU

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

Es ist Zeit, wieder du zu sein.

Fragebogen ausfüllen und den ersten Schritt gehen.

Fragen kontakt@birgitberndt.de

Fragebogen birgitberndt.de/fragebogen

LinkedIn linkedin.com/in/birgit-berndt-coaching

YouTube youtube.com/@birgitberndtcoaching