

# ICH. VERGNÜGT

## DAS PROGRAMM

*Dein Upgrade durch mehr Selbst-Empathie!*

Das 6 Wochen Programm

Oktober 2021

Woche 1: Einzel-Potenzial-Coaching

Woche 2-5: 4 Wochen LIVE Online Workshops (Sa. 10-14 Uhr)

Woche 6: Abschlussprojekt

ab 970,00 €

WIE GUT KENNST DU DICH EIGENTLICH SELBST?

Das **ZIEL** des ICHVERGNÜGT – Programms ist Deine Potentialentfaltung durch Selbst-Empathie und positiven Egoismus. Dies sowohl auf individueller als auch gemeinschaftlicher Ebene.

### NUTZEN

- Entdeckung eigener Potentiale
- Umsetzung eigener Ziele
- Handlungsfähigkeit in komplexen Situationen
- Besseres Verständnis von Selbst- und Fremdwahrnehmung
- Erfolgreicher Umgang mit anderen
- Entwicklung kreativer Lösungsoptionen
- Neue Chancen durch Perspektivwechsel
- Mehr Selbstliebe und Selbstbewusstsein

### FOKUS

- Selbst-Empathie
- Innere Haltung
- Eigenverantwortung
- Chancenwahrnehmung
- Aufmerksamkeits- und Zielfokussierung
- Lösungsorientierung

# ICH. VERGNÜGT

## Die eigene Entwicklung in 6 WOCHEN

1. **POTENZIALE** - Stelle fest, was in Dir gesteckt. Entwickle Deine Stärken und Chancen (Woche 1) \* **Selbstwahrnehmung** \*
2. **ICH ICH ICH** - Verbessere Selbstbewusstsein, Selbstvertrauen und Selbstwert (Woche 2) \* **Selbsterkenntnis** \*
3. **BEGRENZUNGEN** - Erkenne Deine Begrenzungen und lerne sie zu nutzen (Woche 3) \* **Selbstverständnis** \*
4. **KOPF AUF, HERZ AUF** - Lerne, wie Dir logische Analyse und Dein Bauchgefühl helfen (Woche 4) \* **Selbstverantwortung** \*
5. **ZWISCHEN MENSCHEN** - Stelle Verbindungen her, sei kommunikativ und erfolgreicher Diplomat (Woche 5) \* **Perspektivwechsel** \*
6. **GRÖSSE** - Entwickle Gelassenheit, Mut, Contenance und Vertrauen (Woche 6) \* **Umgang** \*

## DER ABLAUF

- **Erster Schritt:** Reserviere Dir ein kostenloses [VORGESPRÄCH](#) oder schreib mir eine E-Mail an: [frauschmidt@ichvergnuegt.de](mailto:frauschmidt@ichvergnuegt.de)
- **Zweiter Schritt:** Beim kostenlosen Vorgespräch sprechen wir über Deine Wünsche und Ziele.
- **Dritter Schritt:** Du meldest Dich zum Programm an
- **Vierter Schritt:** Ich sende Dir Deine Unterlagen und (empfohlen, aber optional) Deinen individuellen Link zur POTENZIAL-ANALYSE mittels Golden Profiler of Personality zu
- **Fünfter Schritt:** in der ersten Woche des Programms machen wir Deinen Einzeltermin aus, um uns in 90 Minuten Deiner STÄRKEN ENTWICKLUNG zu widmen
- **Sechster Schritt:** START der Gruppenphase in Woche 2. Ab jetzt treffen wir uns 4 Wochen LIVE Online in der Gruppe zum Coaching (4 x 4 Stunden)
- **Siebter Schritt:** ABSCHLUSS: letzte Woche Abschlussprojekt (4 Stunden)

# ICH. VERGNÜGT

## WAS DU BEKOMMST

- 23-seitige schriftliche Potentialanalyse (wenn gebucht)
- Individuelles 90-minütiges Einzelcoaching
- Deine Persönlichkeitsmatrix (IVS) als Wegweiser
- 5 x 4 Stunden Live Online Gruppencoaching (insges. 20 Stunden)
- Wissensinput
- Viele praktische Übungen & Tools
- Workbook zu den Übungen als pdf Datei (auf Wunsch gedruckt)
- Anregungen und Anleitung zur Selbstreflektion
- Ideen und Möglichkeiten zur Potentialentwicklung
- Ein gestärktes Selbstbewusstsein
- Positivität, IchVergnügen und Entscheidungskraft
- Viel Spaß

## WEITERE DETAILS

- Zeitraum 6 Wochen
- 4-6 Gruppenteilnehmer
- Investition für Dich:
  - Potenzialanalyse mittels Profiler 180 € zzgl. MwSt.
  - 6 Wochen Coaching Programm 970 € zzgl. MwSt.

Bei Fragen wende Dich gerne an mich!

## [VORGESPRÄCHSTERMIN](#)

Oder per Telefon: 0178 8 55555 1

Bzw. per Mail: [frauschmidt@ichvergnuegt.de](mailto:frauschmidt@ichvergnuegt.de)

Ich freu mich auf Dich, bleib vergnügt

