

Preisliste Coachings

„Investiere so viel in dich selbst, wie du kannst, **du bist bei weitem dein wichtigster Vermögenswert.** [...] Du hast nur einen Geist und einen Körper. Und die müssen dein ganzes Leben lang halten. Es ist sehr einfach, sich nicht darum zu kümmern. Wenn man sich aber nicht um seinen Geist oder seinen Körper kümmert, ist man vierzig Jahre später ein Wrack, wie ein Auto.“ (Zitat Warren Buffett)

Bevor du dir die Preise anschaust, möchte ich dir gerne einige Fragen stellen:

1. **Warum möchtest du ein Coaching machen? Und warum jetzt?**
2. **Für wen machst du das Coaching?**
3. **Was ist es dir wert, ein(en) Partner(in) zu finden?**

Ich erlebe es sehr häufig, dass Menschen gerade im Bezug auf die persönliche Entwicklung sehr sparsam sein wollen. Ein Coaching ist wesentlich schwerer zu greifen ist als zum Beispiel ein neues Handy, ein neues Paar Schuhe oder ein neues Auto.

Ich empfehle meinen Coachees immer folgende Perspektive:

Stell dir vor, du möchtest eine Beförderung in deinem Job bekommen. Was kannst du dafür tun? Eine Weiterbildung ist oftmals eine gute Idee. Du investierst also in einer Weiterbildung und lernst also neue Fähigkeiten, um zum Beispiel neue Werkzeuge und Techniken einsetzen zu können. Somit steigen deine Chancen auf eine Beförderung und mehr Einkommen. Monat für Monat.

Wie wendest du dieses Prinzip auf dein soziales Leben an? Wann hast du zum letzten Mal eine persönliche Weiterbildung gemacht, um langfristig zum Beispiel mehr Liebe und Freude in deinem Leben zu haben?

Meine Coachings

	Inhalt	Bonus und Zubehör	Dauer	Preise in € inklusive MwSt
Kennenlern-Termin	<ul style="list-style-type: none"> - Kennenlernen - Fragen stellen und beantworten - Erstes Feedback und Tools für den Alltag 	<ul style="list-style-type: none"> - Im Nachgang Termin-Mitschriften und Empfehlung für Coaching-Art/-Konzept 	30min	<u>0,00€</u>
Einzel-Termin	<ul style="list-style-type: none"> - Individuelles Thema nach Absprache 	<ul style="list-style-type: none"> - Im Nachgang Termin-Mitschriften - Optional Empfehlungen für Meditationen oder Techniken für den Alltag 	60 min	pro Stunde <u>99,00€</u>

<p>Coaching-Programm: Selbstbewusstsein für Introvertierte</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Persönlichkeitsanalyse: Was sind deine Stärken und Potenziale? - Glaubenssätze: Aufspüren und Auflösen innerer Blockaden - Positives Selbstbild und mehr Selbstvertrauen: Übungen und Tools, die du im Alltag anwenden kannst - Perspektive: Erarbeiten von energiegeliebenden Routinen und einem positiven Mindset - Strategie: Entwicklungspotenzial in Job und Alltag 	<ul style="list-style-type: none"> - Handouts und Mitschriften für jeden Termin - 1 umfassendes Workbook mit Übungen und Platz für Notizen - Individuell zur Person - Empfehlungen für: Meditationen, Routinen, Techniken 	<p>Circa 1 Monat, 5 Termine (jeweils 90 min)</p> <p>+ Support via Telegram oder Signal</p>	<p>Gesamt: <u>699,00€</u></p>
<p>Coaching Programm: Partner(innen)-Findung für Introvertierte</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Analyse Beziehungstyp: Gibt es Muster in Partnersuche oder Beziehungsführung - Partner(in) und die 5 Sprachen der Liebe: Partner(innen)-Analyse, Ansprache im Alltag und Online, funktionierende Kommunikation - Dating: Gestaltung erste Dates + Fallstricke - Consent und Grenzen: Wie stellst du sicher, dass Dating für dich und deine(n) zukünftige(n) Partner(in) sicher, angenehm und mit Einverständnis stattfindet? 	<ul style="list-style-type: none"> - Handouts und Mitschriften für jeden Termin - 1 umfassendes Workbook mit Übungen und Platz für Notizen - Individuell zur Person - Empfehlungen für: Meditationen, Routinen, Techniken - Online-Profil-Check professionelles Feedback zur Online-Präsenz - Style-Check Feedback zu Kleidung und Farbauswahl 	<p>Circa 1 Monat, 5 Termine (jeweils 90 min)</p> <p>+ Support via Telegram oder Signal</p>	<p>Gesamt: <u>699,00€</u></p>

<p>Coaching-Programm</p> <p>Selbstbewusstsein und Partner(innen)-Findung für Introvertierte</p> <p>Empfehlung als Kombination, da Selbstbewusstsein und Selbstwert das Fundament für die erfolgreiche Partner(innen)-Findung sind</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Persönlichkeitsanalyse: Was sind deine Stärken und Potenziale? - Glaubenssätze: Aufspüren und Auflösen innerer Blockaden - Positives Selbstbild und mehr Selbstvertrauen: Übungen und Tools, die du im Alltag anwenden kannst - Perspektive: Erarbeiten energiegelbender Routinen + positives Mindset. - Strategie: Entwicklungs-Potenzial in Job und Alltag - Analyse Beziehungstyp: Muster in Partnersuche /Beziehungsführung - Partner(in) und die 5 Sprachen der Liebe: Partner(innen)-Analyse, Ansprache im Alltag und Online, funktionierende Kommunikation - Dating: Gestaltung erste Dates + Vermeidung von Fallstricken - Consent und Grenzen: Sicherstellen von Dating, das für beide sicher, angenehm und mit Einverständnis stattfindet - Praxis im Dating: Was funktioniert, wo fehlt dir noch Expertise? Wie lernst du diese? - Feedback und Verständnis: Individuelle Tipps und Hinweise für deine Dates 	<ul style="list-style-type: none"> - Handouts und Mitschriften für jeden Termin - 1 umfassendes Workbook mit Übungen und Platz für Notizen - Individuell zur Person - Empfehlungen für: Meditationen, Routinen, Techniken - Online-Profil-Check professionelles Feedback zur Online-Präsenz - Style-Check Feedback zu Kleidung und Farbauswahl 	<p>Circa 3 Monate mindestens 10 Termine (jeweils 90 min)</p> <p>Mindestens bis du jemanden kennengelernt hast</p> <p>+ Support via Telegram oder Signal</p>	<p>Gesamt:</p> <p><u>1299,00€</u></p>
--	--	---	--	---------------------------------------