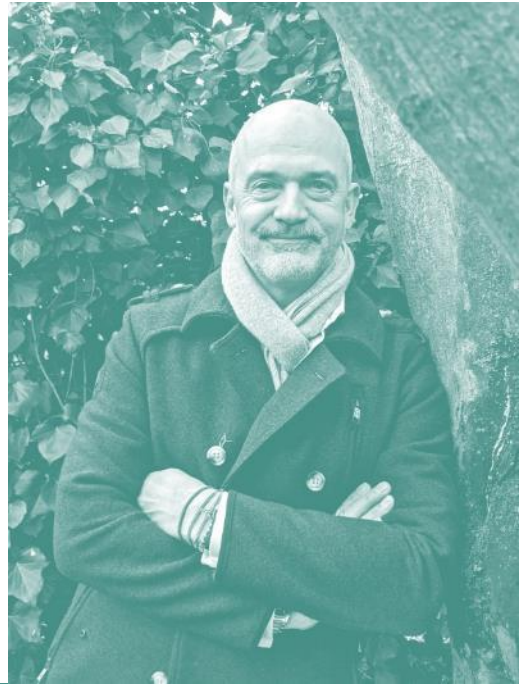


1 Jahr für dich in einer Gruppe
von Gestalterinnen

- Entdecke deine Essenz und das, was dich glücklich macht
- Finde deinen Weg in Einzel- und Gruppencoachings sowie durch Reflexion untereinander
- Gehe deinen nächsten Schritt in Balance und Harmonie
- Ich bin Reinhard. Und ich begleite dich



Programm 02 Ich – die selbstwirksame Unternehmerin Digitales Jahresprogramm

Dein Weg ist deine Entscheidung. Ob Karriere, Unternehmen, Familie, Mama-Sein, ... Alles hat die Berechtigung, ein Bedürfnis von dir zu sein.

Du spürst, dass die Zeit reif ist, dir klar zu werden, welchen Weg du einschlagen möchtest? Hier gibt es kein Wahr oder Falsch, Gut oder Schlecht. Jedes Lebensmodell ist erlaubt.

Finde deins.

Deine Situation – **Sei Alles! Sei Aenders** von Caroline Thiel

Wir kennen ihn alle. Diesen Punkt, an dem wir Entscheidungen treffen müssen, ob es in die eine oder die andere Richtung laufen soll. Das kann in unserem Kopf und Herzen für ganz schön Verwirrung sorgen. Oft wissen wir nicht, wie wir aus dem Gedankenchaos rauskommen und uns fehlen die Tools, uns mit dem innersten Antrieb auseinanderzusetzen: Was will ich wirklich in meinem Leben?

Wie möchte ich arbeiten? Wie möchte ich fühlen? Wie möchte ich lieben? Wie soll meine Beziehung zu anderen sein? Wie viel Freiraum brauche ich? Was für einen Partner möchte ich an meiner Seite? Was für eine Partnerin möchte ich

sein? Was für eine Mutter? Welche anderen Rollen habe ich? Möchte ich Karriere machen, Mama sein/werden oder beides? Wie bekomme ich all das unter einen Hut? Das sind schwierige und herausfordernde Fragen. Gleichzeitig sind es die Antworten auf genau diese Fragen, die unser Leben lenken und bestimmen.

Die Welt verändert sich so unglaublich schnell, dass wir verwirrt zurückbleiben. Strukturen und Glaubenssätze, die uns vorgelebt wurden und an denen wir uns orientiert haben, bröckeln und brechen auf. Uns fehlt der Halt und ein Sturm von Fragen kommt auf: Wer bin ich? Was will ich? Wohin will ich? Was und wer passt zu mir?

Aber wisst ihr was? Das Wunderschöne daran ist: Du kannst dir jetzt selbst neue Glaubenssätze formulieren und mutig und ehrlich Antworten auf deine Fragen finden. Und dann genau danach dein Leben gestalten. Wow, freu dich auf diese Reise und das Gefühl der freien Selbstbestimmung!

Im Jahresprogramm **Ich – die selbstwirksame Unternehmerin** finden Frauen zusammen, die ihre unternehmerischen Ambitionen leben und ihren wirksamen Kern finden wollen.

Definiere deine eigene Essenz und ziehe die Konsequenzen – in aller Klarheit. Finde dich selbst und arbeite deine Einzigartigkeit heraus. Mit diesem Bild deiner unternehmerischen Zukunft gehst du in die Tat, in die Selbstwirksamkeit.

Das Programm zielt auf die Gestalterinnen von Morgen. Du musst dafür nicht zwingend selbst ein Unternehmen gründen oder gegründet haben. Es geht darum, deinen unternehmerischen Antrieb zu definieren und zu fokussieren. Das geht auch, wenn du studierst, in einem Unternehmen angestellt oder in Ausbildung bist.

Das Team ist als „self-directed Work Team“ angelegt. Das heißt vor allem:

- maximale individuelle Freiheit
- konsequente Ausrichtung nach deinen Bedürfnissen (Ausmaß und Geschwindigkeit des Wandels)
- rein digitale Treffen
- integraler Bestandteil eines wachsenden Teams (Austausch, Peer-to-Peer Coaching, gemeinsames Lernen und Toolkit)
- eine machbare Investition (Aufwand und Kosten)

Was kommt auf dich zu?

1. Deine Situation – Deine Prioritäten

Du willst deinen unternehmerischen Weg herausarbeiten und mit deinem Drive umsetzen.

2. Wie wir zusammen arbeiten.

„Wie hast du dieses Meisterwerk erschaffen?“, fragte der Papst Michelangelo zu dessen berühmter Marmorstatue. „Ganz einfach, ich habe alles entfernt, was nicht David war“, antwortete Michelangelo.

Das Auffinden deines wahren Selbst beginnt mit ehrlicher Reflexion deiner jetzigen Situation. Das ist unser erster Wirkungsraum; hieraus zeichnet sich ab, wohin deine Entwicklungsreise gehen wird.

Sortieren und priorisieren deiner Lebenslandschaft. Was kommt hoch? Was zieht weiter? Was bleibt? Aufrichtig, herausfordernd, mitunter weitreichend. Gemeinsam finden wir Ängste, Prioritäten, Grenzen und Wahrheiten. Hier greifen wir auf meine 20+ Jahren Beratungserfahrung in Konzernen und Mittelstandsbetrieben auf der ganzen Welt zurück. Stakeholder- und Ursachenanalyse, Problemlösung und Entscheidungsfindung, Teamdynamiken, Defensiveness und Double-Loop sind einige Ansätze, die wir nutzen, um Spirituelles mit Pragmatischem zu verbinden. An dieser Stelle stehen zunächst das Sehen und Anerkennen der Situation im Vordergrund. Zum Beispiel: *„Ich bin erfolgreich, aber nicht glücklich“*. *„Ich arbeite viel, komme aber nicht voran“*. *„Ich steige auf, entferne mich aber von mir selbst“*. *„Ich bin erfolgreich, weiß aber nicht, wofür ich stehe“*.

Im zweiten Wirkungsraum geht es darum, zu verstehen: Welche Werte und Grenzen leiten dich an und welche fehlen dir vielleicht auch? Was bedeuten dir Glück, Erfolg, Dankbarkeit und Liebe?

Bestimme die Kernparameter deines Lebens. Entlang deines Flusses der Bestimmung (Purpose River) definierst du Erfolg, Glück, Zufriedenheit und Liebe neu, um deine Lebensziele zu manifestieren.

Wachstum ist der dritte Wirkungsraum. Hier darf deine Seele ihren Raum einnehmen, wachsen und dein Leben mitgestalten.

Mache deinen Möglichkeitsraum weit auf. Welche geschäftlichen und persönlichen Potenziale entstehen aus welchen Perspektiven? Setze Neues auf deinem Weg zu innerer Freiheit, Zufriedenheit und Freude um.

Aufräumen – Herausarbeiten – Manifestieren, mein systematischer Dreiklang für deine Entwicklung.

3. Methoden und Impulse

Du erhältst Anleitungen und Hilfestellungen auf systematischer und spiritueller Basis, um dich selbst zu finden und weiterzuentwickeln. Themenfelder:

- a. Sortieren und priorisieren deiner Lebenslandschaft
- b. Bearbeitung von „Paketen“ aus der Vergangenheit und integrieren von wachstumslimitierenden Mentalkorsetten.
- c. Kernparameter deines Lebens bestimmen, wie Erfolg, Glück, Zufriedenheit, Liebe
- d. Deinen Zweck zu finden und deine Lebensziele zu manifestieren
- e. Deinen Möglichkeitsraum weit aufmachen. Potenziale aus allen Perspektiven betrachten und entdecken. Dich für Neues öffnen
- f. Deinen Weg zu innerer Freiheit, Zufriedenheit und Freude finden und lernen, diesen Weg allein zu gehen und zu leben
- g. Impulse zu Themen wie Frau Sein und Leben, Familie, Berufung, Unternehmertum, Schöpferkraft, Weibliche Potenziale für dich nutzen

In digitalen Einzel- und Gruppenterminen nutzen wir u.a. Tarotkarten, Selbstheilungsprozesse, Elementeübungen, Golden Circle und Big Five For Life, Meditationen und Energiereisen, Deklarationen und Manifestationen.

Wir machen situative Deep-Dives zu Themen wie Berufung, Unternehmertum, Schöpferkraft, Work-Life-Balance, Bindung und Beziehungen. Neben mir können andere Personen einzelne Module übernehmen. Zum Beispiel:

Caroline Thiel - sie hat Psychologie studiert und ging früh ihrer unternehmerischen Energie nach. Sie hat die Gabe, Neues zu schaffen. Sie gründete zwei Start-ups in München, STRANGERS & SNACCIDENTS, und wirkt derzeit als Innovation Scout und Grenzverschieberin.

Hilde Maartje Thiele – sie lebt und unterrichtet Yoga mit einem Blick für ganzheitliche Energie. Mit ihrem Yogastudio YOGAwelten erreicht sie viele Menschen, die ihre innere Kraft und Freude entdecken und nähren.

Wir begegnen uns auf Augenhöhe. In diesem Programm gibt es kein Lehrer-Schüler-Verhältnis. Ich sehe mich als Reisebegleiter, der dich durch Nähe und Austausch, Abstand und Zeit, Erfahrung und Hinweise systematisch und strukturiert inspiriert. Als Teilnehmerin bringst du deine Themen sowie Gaben und Talente zur Bereicherung der gesamten Gruppe mit ein, denn der Austausch unter den Reisenden ist essenziell (Peer-to-Peer-Coaching).

Wie ist der Ablauf?

- Wir starten gemeinsam im Februar.
- Die Reise wird intensiv, wir haben für 12 Monate (nahezu) ständig Kontakt:
 - o 6 Einzelcoachings à 1,5 Stunden, alle 6 Wochen (digital)
 - o Gruppencoachings, 2 Stunden pro Monat (digital)
 - o Impulse, wöchentlicher Kurzaustausch in der WhatsApp-Gruppe
 - o Nottelefon, bei Fragen, Ereignissen, Turbulenzen
- Die monatliche Investition pro Teilnehmer_in beträgt 250 Euro netto. Jede, die teilnehmen möchte, soll teilnehmen können. Bei Geldthemen finden wir eine Lösung.
- Da Erholung und Zeit für deine Lieben und Bedürfnisse wichtig für deine Entwicklung sind, berücksichtigen wir Ruhezeit an Wochenenden und während Urlauben. Eine Woche versteht sich also von Montag – Freitag, und pro Jahr wird von zwei Monaten Abwesenheit/Sabbat/Urlaub sowohl der Teilnehmer_innen als auch von mir selbst ausgegangen. Individuelle Sondertermine oder auch Rücksprachen in wichtigen Momenten sind immer möglich.

Was bringst du mit?

Du hast erste unternehmerische Erfahrungen gesammelt, hast derzeit ein Unternehmen oder eine Führungsposition inne, und du wünschst dir eine gestalterische Zukunft. Eigenantrieb ist für dich keine Last, sondern Lust am Leben und Wirken.

Du möchtest dich in einem vertrauenswürdigen Rahmen öffnen und respektierst die Regeln des geschützten Raums.

Du bist bereit, dich auf den Weg zu begeben, ohne das Ziel und die Route im Detail zu kennen. Unsicherheit spornt dich an.

Alles darf passieren – nichts muss.

Fühlst du es auch?

Deine Zukunft ist JETZT. Nicht gestern und nicht morgen. Wir haben nur diesen Moment. Lass los, wer du nach außen vorgibst zu sein. Werde der Mensch, der du wirklich bist.

Mission: Being happy! Was hält dich davon ab?

Ich freue mich, mit dir auf die Reise zu gehen und deinen Weg zu finden. Es wird besonders, anspruchsvoll, schmerzhaft und grandios.

Bist du bereit? Ich freue mich auf dich.

Mit Sonne und Liebe,

Reinhard – CreatingCreators

NÄCHSTER START 01.02.2024

Mindestens 5 Teilnehmerinnen

hi@reinhardvanhoefen.cc

+49 69 509299791

www.reinhardvanhoefen.cc

Programm 02
Ich – die selbstwirksame Unternehmerin
Digitales Jahresprogramm