



Kolibri Lebenskraft  
Angela Grotendiek

Coaching ToGrow  
Dr. Torsten Grotendiek



---

## Raus aus der Falle, rein ins Leben!

Psychographie = Prozessorientierte Menschenkenntnis und Persönlichkeitstypologie

Die Psychographie (nach Dr. Dietmar Friedmann) beschreibt

- die verschiedenen Persönlichkeits-Typologien, sowie deren individuellen Entwicklungsprozesse
- die 3 Lebensbereiche Fühlen, Denken, Handeln
- die 3 Persönlichkeits-Typen  
Beziehungs-Typ (Herz-Mensch), Sach-Typ (Kopf-Mensch), Handlungs-Typ (Hand-Mensch)
- den Weg zu einem gelingenden, gesunden Wachstumsprozess
- die Entwicklung und Stärkung neu erlernter Fähigkeiten, sowie den Ausbau der persönlichen Kompetenzen

### Warum „ticke“ ich, wie ich „ticke“?

Erst das Wissen um die unterschiedlichen Persönlichkeits-Typen gibt uns Hinweise darauf, was für den jeweiligen Typ eher blockierend/einschränkend wirkt und was heilsam/ausgleichend ist.

Ohne uns dessen bewusst zu sein, wiederholen wir häufig das, was uns in der Vergangenheit geschadet hat. Dadurch verinnerlichen wir schädliche (Verhaltens-)Muster und Überzeugungen, die letztlich alte, destruktive Glaubensmuster bestärken, anstatt eine gesunde Weiterentwicklung zu ermöglichen.

*„Wenn etwas nicht funktioniert, mach etwas anderes.“*

(Steve de Shazer)

Erkenne dich selbst und entschlüsse deine Muster, damit du dich in deinem Entwicklungsbereich optimal fördern kannst.

Psychographie ist eine typgerechte Prozessunterstützung und befähigt dich in hohem Maße zu einem gesunden Selbstmanagement und zu einem ausgewogenen Wachstumsprozess von besonderer Qualität.

Wir vermitteln ein Grundverständnis für die Psychographie und die faszinierende Kraft des „Sich-Selbst-Verstehens“.