



EMOTIONAL  
EMPOWERMENT  
(R)EVOLUTION

---

# Emotional Empowerment Programm

---

Emotionale Kompetenz – die unterschätzte Superkraft

# DEN GESUNDEN UMGANG MIT GEFÜHLEN LERNEN

## Emotionale Kompetenz ist entscheidend für deine Zukunftsfähigkeit

Emotionale Kompetenz wird von unserer Standard-Ausbildung schlichtweg ignoriert. Wir lernen nichts über den gesunden Umgang mit den eigenen Gefühlen. Unsere emotionale „Ausbildung“ erfolgt allein durch gesellschaftliche und familiäre Konditionierung. Wir unterstützen dich dabei, mit Herz und Verstand emotionale Kompetenz zu entwickeln. Unser Ziel ist es, dass du die Kraft und die Ressourcen, die im bewussten Fühlen stecken, gewinnbringend für dich selbst und andere einsetzen kannst. Du entwickelst emotionale Stärke, bleibst jederzeit handlungsfähig und bist in der Lage, Menschen zu inspirieren, zu bewegen und zu überzeugen. Starte jetzt deine persönliche Emotional Empowerment (R)Evolution!

## Das Emotional Empowerment Programm

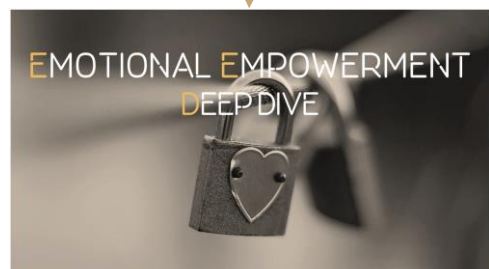
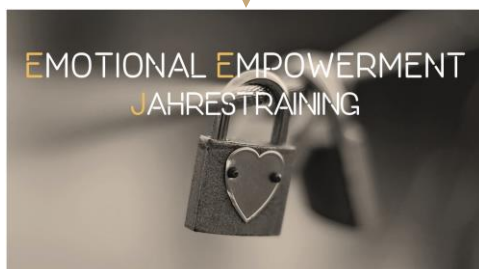
### Der Start: 3 Tage Intensiv Training



Gruppe /  
Jahrestraining

Die Vertiefung

Einzel /  
Mentoring



<https://patriziapatz.de/emotional-empowerment-programm>

# EMOTIONAL EMPOWERMENT MASTERCLASS



**Dein Start ins Programm mit einem 3-Tage  
Intensiv Workshop:**

## **Die Emotional Empowerment Masterclass!**

### Inhalte

Die Masterclass ist der Einstieg ins Emotional Empowerment Programm. Durch gemeinsames Lernen kannst du in kurzer Zeit viel Inhalte aufnehmen und trainieren. Die Masterclass wirkt wie ein Boxenstopp, bei dem du deine Gewohnheiten und Konditionierungen "umbauen" kannst. Die Kraft der Gruppe wirkt zusätzlich verstärkend und unterstützend. Sich in einer Gruppe von Gleichgesinnten auf den Weg zu machen, macht nicht nur mehr Spaß, sondern fördert auch die Nachhaltigkeit. Du erhältst gewinnbringende Unterstützung und schaffst ein Bewusstsein für dein emotionales Unbewusstes.

- Inhalte der Masterclass sind beispielsweise:
- Die 4 Körper und ihr Zusammenspiel (physisch, intellektuell, emotional, energetisch)
- Der emotionale Körper und seine vier Gefühle (Wut, Traurigkeit, Angst und Freude)
- Taubheitsschwelle: wie wir uns taub machen, um nichts zu fühlen
- Vermischte Gefühle als Ursache für Neurosen und Psychosen
- Gefühle als Navigationssystem und Kraftquelle
- Zentriert sein und bleiben
- Gesunde Abgrenzung und Nein sagen
- und vieles mehr

Diese 3 Tage werden dich an deine Grenzen und darüber hinaus bringen.

Voraussetzung für die Teilnahme ist deine Bereitschaft, dich zu 100 % auf den Prozess einzulassen.

Bist du bereit, in einem geschützten Lernumfeld deine Komfortzone zu erweitern?

# EMOTIONAL EMPOWERMENT MASTERCLASS



## Logistische Hinweise zur Emotional Empowerment Masterclass:

### **Dauer:**

3 Tage

### **Zeiten:**

Tag 1: 09:00 – 22:00 Uhr

Tag 2: 09:00 – 22:00 Uhr

Tag 3: 09:00 – 16:00 Uhr

### **Ort:**

Die Emotional Empowerment Masterclass findet an unterschiedlichen Orten in Deutschland statt. Die jeweiligen Termine und Veranstaltungsorte findest du immer aktuell auf der Webseite <https://patriziapatz.de/emotional-empowerment-programm>

### **Maximale TN-Zahl:**

12

### **Investition:**

1.295,00 Euro (inkl. USt) bei Einmalzahlung

*Ratenzahlung mit 3 oder 6 Raten möglich*

*zzgl. Kosten für Übernachtung und Verpflegung*

### **Anmeldung:**

Bitte melde dich über die Webseite an

<https://patriziapatz.de/emotional-empowerment-programm>

<https://patriziapatz.de/emotional-empowerment-programm>

# EMOTIONAL EMPOWERMENT JAHRESTRAINING



**Gemeinsam mit der Gruppe in die Tiefe gehen:**

## Das Emotional Empowerment Jahrestraining

### Inhalte

Nach der Masterclass gilt es in die Tiefe zu gehen – entweder in der Gruppe mit dem Jahrestraining oder in Einzelarbeit mit dem Deep Dive Programm.

Im Jahrestraining erschließt du dir mit 5 unterschiedlichen Modul-Trainings über ein Jahr hinweg Schritt für Schritt die authentische Kraft, die naturgemäß in dir angelegt ist und darauf wartet endlich wachgeküsst zu werden. Dabei bearbeiten wir gemeinsam als Gruppe genau die Themen, die uns üblicherweise daran hindern, in unsere erwachsene, verantwortliche Kraft und Größe zu kommen. Durch Übungen, Gefühlsarbeit, Gruppen- und Einzelprozesse reißen wir die Mauern ein und überwinden die Hindernisse, die deinem authentischen SEIN im Wege stehen.

### **Modul 1 - Die Kraft des bewussten Fühlens entfalten**

In diesem Modul geht es darum zu lernen, wieder Zugang zur Kraft deiner bewussten Gefühle zu bekommen und sie als Raketentreibstoff für dein Leben zu nutzen. Du durchbrichst die Mauer, die zwischen dir und der Verwirklichung deiner Ziele steht und möglicherweise durch Sätze, wie z. B. „Ich weiß nicht, wie!“ oder „Wie soll das denn gehen?“ verstärkt wird. Du lernst zentriert und in deiner vollen Kraft in Aktion zu treten, unabhängig davon, wie die Umstände sind. Du lernst deiner Kraft zu vertrauen, um sie gezielt für die Umsetzung deiner Vision und zum höchsten Wohle aller einzusetzen.

### **Modul 2 - Die Integration von Licht und Schatten**

In diesem Modul geht es darum, dich bewusst und verantwortlich mit deiner hellen Seite (Bestimmung) und deiner Schattenseite auseinanderzusetzen. Welche Qualitäten kommen durch dich in diese Welt? Was hindert dich daran, diese Qualitäten voll auszuleben? Wie sabotierst du dich selbst, indem du unbewusst deiner Schattenseite die Führung überlässt? Wie kannst du aus der Spirale aus Selbstsabotage und Selbstverurteilung aussteigen und eine gesunde, bewusste Beziehung zu deinem Schattenanteil entwickeln. Du lernst die Kraft kennen, die im Schattenanteil deiner Persönlichkeit steckt, und findest heraus, wie du sie zur Umsetzung deiner persönlichen Vision nutzen kannst. Durch die Klarheit über Licht & Schatten deiner Selbst, erhältst du die Freiheit der Wahl.

# EMOTIONAL EMPOWERMENT JAHRESTRAINING



## Inhalte - Fortsetzung

### **Modul 3 - Die eigene Autorität entwickeln**

Dieses Modul widmet sich dem Auflösen limitierender Glaubenssätze, alter Geschichten, hinderlicher Entscheidungen und blockierender Muster. Von Kindheit an wirst du geprägt durch dein Umfeld, Erziehung, Schule, Kultur, Religion, Erfahrungen, Meinungen, etc. Dadurch etablieren sich – besonders in jungen Jahren – bestimmte Verhaltensmuster und Denkweisen, die letztendlich dein erwachsenes Leben limitieren, ohne dass du dir dessen bewusst bist. Dieses Modul sorgt für den Schritt in das radikal verantwortliche Erwachsensein. Du holst dir deine dir innewohnende Autorität zurück und lernst kompromisslose Verantwortung, sowohl für deine Vergangenheit als auch für deine Gegenwart und damit die Zukunft zu übernehmen.

### **Modul 4 - Gesund in Beziehung sein**

In diesem Modul geht es darum, deine Beziehungen zu heilen. Wie bist du in Beziehung – mit dir selbst, mit anderen, mit der Welt? Solange du in Beziehung unbewusst und unverantwortlich "reagierst", krierst du in der Regel Schmerz durch Projektion und niederes Drama. Indem du deine automatischen Beziehungsmuster unter die Lupe nimmst, alte emotionale Wunden heilst und neue Arten der Interaktion trainierst, wird deine Fähigkeit, Beziehung bewusst und verantwortlich zu gestalten, wachsen und andere Resultate hervorbringen.

### **Modul 5 - Das Leben bewusst in Besitz nehmen**

In diesem Modul erfährst und lernst du, was es bedeutet, Kontrolle und gewohnte Konzepte loszulassen und aus dem Nicht-Wissen heraus zu agieren. Die Angst vor dem Tod hat dich bisher vielleicht daran gehindert, wirklich lebendig zu werden. Denn Leben ist nun mal lebensgefährlich. Es geht darum, Altes zu verabschieden und im übertragenen Sinne „sterben“ zu lassen, um Raum für Neues zu schaffen. Dadurch kann Veränderung und Evolution zu deiner neuen Normalität werden. Deine bisherige Angst vor dem Tod, wird dich dann nicht mehr am Leben hindern, sondern zur Quelle von authentischer Lebendigkeit werden.

**ACHTUNG:** Die Ergebnisse gehen weit über den geschäftlichen Kontext hinaus. Deine Beziehungen im privaten Bereich profitieren ebenfalls. Und vor allem: Deine Gesundheit und Resilienz wachsen mit jedem Schritt: weniger Stress, mehr Authentizität, Kraft und Leidenschaft.

# EMOTIONAL EMPOWERMENT JAHRESTRAINING



## Logistische Hinweise zum Emotional Empowerment Jahrestraining:

### **Dauer:**

5 x 3 Tage

### **Zeiten jeweils:**

Tag 1: 09:00 – 22:00 Uhr

Tag 2: 09:00 – 22:00 Uhr

Tag 3: 09:00 – 16:00 Uhr

### **Ort:**

Das Emotional Empowerment Jahrestraining findet an unterschiedlichen Orten in Deutschland statt. Die jeweiligen Termine und Veranstaltungsorte findest du immer aktuell auf der Webseite <https://patriziapatz.de/emotional-empowerment-programm>

### **Maximale TN-Zahl:**

12

### **Investition:**

Jahrestraining pur:  
4.995,00 Euro (inkl. USt) bei Einmalzahlung

Jahrestraining plus Mentoring (5 x 60-90 Min. Einzel-Coachingsession, online/offline):  
6.995,00 Euro (inkl. USt) bei Einmalzahlung

*Ratenzahlung mit 6 oder 12 Raten möglich  
zzgl. Kosten für Übernachtung und Verpflegung*

### **Anmeldung:**

Bitte melde dich über die Webseite an

<https://patriziapatz.de/emotional-empowerment-programm>

# EMOTIONAL EMPOWERMENT DEEP DIVE



## In Einzel-Arbeit in die Tiefe gehen:

# Das Emotional Empowerment Deep Dive

### Inhalte

Nach der Masterclass gilt es in die Tiefe zu gehen – entweder in der Gruppe mit dem Jahrestaining oder ganz exklusiv in Einzelarbeit mit dem Deep Dive Programm.

Je nach Wunsch begleite ich dich 3 oder 6 Monate lang bei der Umsetzung der in der Masterclass erlernten Soft-Skills in deinem beruflichen und privaten Alltag. Es gibt weitere Prozesse, Feedback, wir decken Themen und Blockaden auf und ich unterstütze dich ganz individuell in der Entwicklung und Festigung deiner emotionalen Kompetenz. Durch diese Begleitung sicherst du den langfristigen Erfolg. So revolutionierst du dein berufliches und privates Leben durch Emotional Empowerment.

Was erwartet dich im Deep Dive Programm u.a.?

- 1 transformatorische Prozess-Arbeit pro Monat zur Auflösung alter emotionaler Programmierungen (jeweils 2-4 Stunden)
- 1 exclusive One-on-One Coaching-Session (jeweils 1-2 Std., offline oder online) pro Monat
- Challenges und Übungen für die Zeit zwischen den Coaching-Sessions
- 1 ZOOM-Call pro Monat mit der Emotional Empowerment Peergroup zur gemeinsamen Reflexion
- Zugang zur exklusiven LinkedIn-Gruppe zum Austausch

Das Deep-Dive Programm ist exklusiv immer nur für 4 Personen gleichzeitig möglich - also wer zuerst kommt, ...

**ACHTUNG:** Die Ergebnisse gehen weit über den geschäftlichen Kontext hinaus. Deine Beziehungen im privaten Bereich profitieren ebenfalls. Und vor allem: Deine Gesundheit und Resilienz wachsen mit jedem Schritt: weniger Stress, mehr Authentizität, Kraft und Leidenschaft.



# EMOTIONAL EMPOWERMENT DEEP DIVE



## Logistische Hinweise zum Emotional Empowerment Deep Dive Programm:

### **Dauer:**

3 oder 6 Monate

### **Zeiten:**

Die jeweiligen Coaching-Termine werden individuell nach Absprache vereinbart.

### **Ort:**

Die Coaching-Termine können entweder Online oder Offline stattfinden. Offline-Termine können entweder in den Räumen von Patrizia Patz oder in einem vom Teilnehmer bereitgestellten Raum stattfinden. Falls Reisekosten anfallen, werden diese dem Teilnehmer berechnet.

### **Maximale TN-Zahl:**

Es können immer nur maximal 4 Teilnehmer gleichzeitig am Deep Dive Programm teilnehmen

### **Investition:**

3 Monate: 3.995,00 Euro (inkl. USt) bei Einmalzahlung  
Ratenzahlung mit 3 oder 6 Raten möglich  
zzgl. im Einzelfall anfallende Reisekosten

6 Monate: 7.495,00 Euro (inkl. USt) bei Einmalzahlung  
Ratenzahlung mit 6 oder 12 Raten möglich  
zzgl. im Einzelfall anfallende Reisekosten

### **Anmeldung:**

Bitte melde dich über die Webseite an

<https://patriziapatz.de/emotional-empowerment-programm>

## DEINE TRAINERIN – PATRIZIA PATZ

### Die evolutionäre Krustensprengerin

Sie nennt sich gerne evolutionäre Krustensprengerin – denn das ist es, was sie eigentlich tut. Alte, tote Krusten von überholten Mindsets oder gesellschaftlicher Konditionierung sprengen, damit verborgenes Potenzial zum Vorschein kommen kann. Als Profi-Trainerin und Consultant begleitet sie seit 20 Jahren ihre Kunden über die Grenzen ihrer Konditionierung hinaus zu mehr Möglichkeiten und authentischer Lebendigkeit. Mit ihrer Erfahrung, einem Werkzeugkoffer voll neuer Softskills und ihrem ungewöhnlichen Hintergrund als Diplom Betriebswirtin und Heilpraktikerin hat sie sich in ihrer Arbeit auf die Verbindung von Emotion und Ratio spezialisiert, sodass ihre Kunden neben wirksamen Lösungen auch die Kraft ihrer Gefühle zurückgewinnen. Der entscheidende Erfolgsfaktor, um zukunftsfähig zu sein, heißt: Emotionale Kompetenz.

patrizia patz

SPEAKERIN | TRAINERIN | AUTORIN





## Das sagen die Teilnehmer

„Es sind nun ein paar Tage vergangen und ich fühle und merke seitdem Veränderungen. Alte Verstrickungen haben sich gelöst! Das Leben, die Arbeit, der Kontakt mit Menschen und anderem fühlt sich anders an, neu, schön, toll! Bin wirklich begeistert, berührt, umgerührt, ausgeleert, mit Neuem befüllt.... Auf meinem Tisch liegt ein Zettel, auf den ich geschrieben habe: "Spaß am Fühlen!"

**Holger**

„Ich bin schneller als je zuvor an alte Themen aus der Vergangenheit herangekommen, die mich in meinem jetzigen Leben blockiert haben. Ich bin mehr zu mir selbst geworden. Ich kann jetzt deutlich spüren, wann ich etwas fühle und kann diese Gefühle nutzen. Das wirkt sich positiv auf meine Gesundheit, meine Partnerschaft und meinen Umgang mit den Kindern aus.“

**Manfred**

„Die drei Tage waren für mich spannend und lehrreich, weil ich durch heilende Prozesse gegangen bin. Ich fühle mich etwa 2 Tonnen leichter, d.h. Altlasten konnten sich auflösen und verabschieden. Es ist extrem alltagstaugliche Arbeit, zentrierend, kreativ, vertrauenerzeugend, bewusstseinserschaffend, boxerweiternd, entspannend, geräumig und heilend.“

**Silvio**

„Es war zwar intensiv, aber überhaupt nicht kraftraubend. Es stand so viel positive Energie zur Verfügung, dass die Arbeit wie von selbst ging. Und ich habe mich trotz meiner Angst sicher gefühlt. Die Wut-Arbeit war kraftvoll und hat Spaß gemacht. Und von den Prozessen der anderen konnte ich viel lernen. Ich freue mich schon auf das nächste Mal.“

**Benjamin**