

GROWcoach

Ein Selbst-Entwickler®-Jahr – vier Themen

Der GROWcoach ist ein Online-Programm, das Sie und Ihre Kollegen nachhaltig bei der Implementierung der vier Instrumente des Selbst-Entwicklers® unterstützt. In einem 48-Wochen-Zyklus erhalten Sie jede Woche eine Übung zur Begleitung im kontinuierlichen Entwicklungsprozess.

Darüber hinaus können Sie die Inhalte des Selbst-Entwicklers® in einem Inhaltsteil multimedial vertiefen (Video-, Audio- und Textformat).

Ein Selbst-Entwickler®-Jahr – vier Themen

1. Quartal: Selbst-Bewusstheit
2. Quartal: Selbst-Verantwortung
3. Quartal: Selbst-Vertrauen
4. Quartal: Selbst-Überwindung

The screenshot shows the GROWcoach website interface. At the top, there is a header with the GROWcoach logo and user information: 'Max Mustermann (Premium)' and 'Aktuelle Übung: "Ich will" macht stark'. Below the header, there is a navigation menu on the left with options: 'Persönliche Startseite', 'Informationen', 'Der Selbst-Entwickler', 'Theorierteil', 'Pinnwand (neu)', and 'FAQ'. The main content area is divided into several sections. The top section is titled 'Übung abgeschlossen!' and contains a message: 'Sie haben Ihre aktuelle Übung abgeschlossen. Zur Selbstbewertung >'. Below this is a section for the current exercise: 'Ihre aktuelle Übung: "ICH WILL" MACHT STARK (endet Mi, 12. 05. 2010)'. It features a quote: '"Ich will" anstatt "Ich muss" – die Selbst-Bewusstheit darüber ist der schnellste Weg, um sich aus der Opferhaltung zur selbstbestimmten "Macher"-Einstellung zu entwickeln.' and a 'Lesen Sie weiter >' button. To the right of the quote is a small image of a man's face. Below the exercise section is a 'Programmübersicht' table with columns for 'Selbst-Bewusstheit', 'Selbst-Verantwortung', 'Selbst-Vertrauen', and 'Selbst-Überwindung'. The 'Selbst-Bewusstheit' column is highlighted. On the right side of the page, there is a section for the current month's theme: 'Aktuelles Monatsthema: Wo ich bin, will ich sein.' with a quote: 'Wo ich bin, will ich sein – diese Geisteshaltung ist das beste Mittel gegen schlechte Laune und depressive Verstimmungen. Wie oft hören wir uns sagen: "Am liebsten wäre ich ..., aber leider muss ich ...!" Die Idee, das Glück sei immer an dem Ort zu finden, an dem wir gerade nicht sind, führt auf die Dauer zu einer gedrückten Stimmung und ist ein Ausdruck von Fremdbestimmtheit und Ohnmacht.' and a 'Lesen Sie weiter >' button. At the bottom of the page, there is a footer with contact information: '©2010 GROW AG Seefeldstraße 116, CH-8034 Zürich, T +41 43 497 23 60, F +41 43 497 23 70, info@grow.ag' and a 'Feedback zu dieser Seite abgeben' button.

Die Begleitung beinhaltet:

- ▶ Crossmediale Dateien mit Jens Corssen zur Wiederholung und Neuentdeckung
- ▶ Experten-Chat mit Jens Corssen und Axel Schmittknecht
- ▶ Wissens- und Übungsteil zum Selbst-Entwickler®
- ▶ Individueller Programmfortschritt auf einen Blick
- ▶ Pinnwand-Funktion für Fragen an Experten und Austausch mit anderen Nutzern

www.growcoach.de