

# Freiheits-Business.Deluxe Kongress *Workbook*



Das Wichtigste  
zum  
Kongress  
Interview

Sabine Walter

<https://Kongress.Freiheits-Business-Deluxe.com>

Sabine Walter  
Personal Stylist & Personal Coaching

Sabine hat mit Ihrem Business tatsächlich in der Corona – Zeit gestartet und zunächst wirklich nur per Zoom gearbeitet. Mittlerweile hat Sie ein Hybrid Unternehmen daraus gemacht. Das heißt Sie arbeiten Online per Zoom, aber auch Offline direkt vor Ort mit ihren Kunden.

Eine tolle Idee, Sabine Arbeitet z.B. auch mit Fotos der Kundinnen. Zum einen macht es Spaß und sie haben direkt ein Inspirations Board und zu ändern gibt es direkt einen Perspektiven Wechsel. Es ist so ein Unterschied, sich im Spiegel zu sehen oder auf einem Foto. Auf dem Foto siehst Du wie Du wirklich wirkst.

Mach hier eine Pause und Probiere es direkt einmal aus.  
Wie wirkst du auf einem Foto?

---

---

---

Nun schau, brauch es noch etwas? Oder wie wirkst Du und – möchtest Du überhaupt so wirken?

---

---

---

**Probiere Dich aus!**

### **Thema Farben**

Farben und Emotion, die du ausstrahlst. Sabine geht hier nicht nach klassischen Vorgaben.

**Styling kommt aus dem Herzen. Styling ist ein Gefühl.**

Auch bei dem Thema Farben geht Sabine so vor. Sie presst nicht in die Paletten von Frühling, Sommer, Herbst und Winter. (Nur auf besonderen Wunsch)

Farben geben eine Stimmung wieder und Du kannst diese mit Farben beeinflussen.  
Du kannst aber auch die Wirkung auf Dein Gegenüber mit Farben die du trägst beeinflussen.

## **Emotion, Energie und Gefühle werden mit Farben ausgestrahlt und beeinflusst.**

Wenn Du etwas trägst, weil „man“ das macht, weil andere es vielleicht tragen oder gerade beim Hochpreis Coaching – „Deluxe“ in ist. Kann es sein, das du dich absolut nicht wohl fühlst. Ja, sogar verkleidet fühlst.

Wenn Du Dich nicht wohl fühlst, es nicht verkörperst, dann kommst du nicht authentisch rüber und wirkst vielleicht sogar gestellt, nicht echt.

Authentizität ist das Schlüsselwort. Wenn Du es nicht Fühlst und Verkörperst kommt Deine Massage nicht rüber. Das zählt auch für Bilder und Posts bei Sozial Media. Da kann die Farbe es angeblich ausdrücken, wenn es mit dir nicht zusammen passt, passt das „Ganze“ nicht.

Wie sehen dein Bilder und Posts im Moment aus?

---

---

---

---

Das ganz Individuelle Styling ist das Wichtigste!

Wenn Du Dich in dem Style wohl fühlst, Repräsentierst du das auch.

### **Probiere es aus Jetzt.**

Wie fühlst Du Dich wenn Du Dein Liebling Outfit trägst?

---

---

---

---

Das Ändert die komplette Stimmung, Richtig?

Welche Farben lösen welches Gefühl aus?

Probiere es aus!

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Dann schaue auch, für welches Gefühl steht diese Farbe.

Farben haben IMMER Wirkungen, Positive wie Negative

**Was drückst Du aus, Was möchtest du Ausdrücken?**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Regel konform heißt auch Kleinhalten, Deckel darauf, ja nicht zu groß werden.**

**Tipp für den Kleiderschrank den Du sofort umsetzen kannst.**

Sortiere alles aus was Dir Körperlich oder anderweitig nicht mehr passt.

Wenn Du Dich absolute nicht trennen kannst, packe sie erst einmal in einen Karton, aber raus aus dem Kleiderschrank.

Noch mehr Tipps für den Kleiderschrank findest Du in dem Freebee

<https://freiheits-business-deluxe.com/Kleiderschrank-Plan>



Nun breche diese Themen auf 3 Adjektive runter, so das für dich wirklich klar ist was wichtig ist.

---

---

---

**Und nun gehst Du mit diesen 3 Adjektiven noch einmal an Deinen Kleiderschrank.**

Nimm die Kleidungsstücke die nicht dazu passen raus.

Schau was du kombinieren kannst!

Noch einmal Nachgefragt!

„Wenn ich jetzt diese 3 Adjektive habe, wo finde ich die passenden Farben?“

Das kannst du jetzt z.B. Google fragen

Welche Bedeutung hat welche Farbe.

---

---

---

---

**Es ist aber nicht nur die Farbe, es ist der komplette Style:  
Accessoires Stoffe Schuhe und Farben sind ein gesamtes Bild.**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---





