

# PERSÖNLICHKEIT & ERFOLG

## Dr. med. Stefan Frädrich

Dr. med. Stefan Frädrich ist Experte für Selbstmotivation. Als Trainer, Coach und Consultant bekannt wurde er durch seine Bestsellerbücher („Güter, der innere Schweinehund“, „Die einfachste Diät der Welt“) und umfangreiche Medienpräsenz mit eigenen TV-Sendungen (Pro 7, SAT1, WDR, Focus Gesundheit). Er ist Entwickler erfolgreicher Seminare (z. B. „Nichtraucher in 5 Stunden“) und motiviert als einer der Top-Referenten im deutschsprachigen Raum jedes Jahr Tausende Seminar- und Vortragsteilnehmer. Sein Ziel: komplexe Zusammenhänge verständlich, logisch und unterhaltsam machen - und dadurch etwas bewirken!



**„Lernen Sie Güter kennen,  
Ihren inneren Schweinehund!“**

### THEMEN

#### ● Das Güter-Prinzip: So motivieren Sie Ihren inneren Schweinehund

Kennen Sie Güter? Güter ist Ihr innerer Schweinehund. Er lebt in Ihrem Kopf und bewahrt Sie vor allem, was neu, mutig oder anstrengend klingt. „Mach es so wie immer!“, „Unmöglich – gerade in heutigen Zeiten!“ und „Fang lieber erst morgen an!“

Klar, dass Sie Güter so oft behindert. Besser also, Güter bekommt ein paar Tipps, wie er Sie in Zukunft unterstützt:

- Wie motivieren Sie sich und andere optimal?
- Wie erleben Sie auch in schwierigen Zeiten tagtäglich Glück?
- Wie entfesseln Sie Ihre inneren Kräfte?
- Wie unterstützt Sie dabei Ihr eigenes Gehirn?
- Und wie schaffen Sie, was Sie sich vorgenommen haben?

#### ● Sobald Güter die Mechanismen echter Motivation versteht, feuert er Sie an: „Neues macht Spaß!“, „Wer, wenn nicht du?“ und „Los gehts – jetzt gleich!“

Machen Sie eine spannende Reise durch wichtige Erkenntnisse aus Motivationspsychologie, Coaching und Neurowissenschaft! Garantiert humorvoll dargeboten – samt innerem Schweinehund.

**Das Güter-Prinzip – Impulse für mehr Motivation, Veränderung, Energie und Erfolg!**

### REFERENZEN & PRESSE

#### Auszug:

Arag, BKK Bundesverband, BMW, BP, Europäisches Parlament, Glaxo Smith Line, Liebherr, Mercedes, Metro, Novartis, Procter & Gamble, Visteon, Westdeutsche LBS, ...

„Dr. Stefan Frädrich schafft es auf pfiffige Weise, dass jeder einzelne seinen persönlichen Güter erkennt und lernt, wie er ihn besonders effektiv an die Leine nehmen kann.“

#### Cash

„Die Beschwörungen des Dr. Frädrich zeigen überraschende Wirkung.“

#### RTL

„Ihre Rede war für unsere Veranstaltung eine unschätzbare Bereicherung.“

#### Mail Boxes etc.

„Was soll ich sagen? Trainer Stefan Frädrich hat mich von meinem Laster befreit.“

#### Bild

„Gute Ratschläge – und vor allem machbare. Diese kleinen Änderungen des täglichen Trotts sollen Güter dazu bringen, auch größere Umbrüche besser zu verdauen.“

#### Die Welt

### HONORARE & SPRACHEN

Impulsvortrag Honorargruppe D

Tagessatz Honorargruppe D

Vortragssprachen  

### WEBLINK



### MEDIEN



**Stefan Frädrich**  
Das Güter-Prinzip: So motivieren Sie Ihren inneren Schweinehund  
ISBN: 3869361697  
€ 19,90



**Stefan Frädrich**  
Güter, der innere Schweinehund, wird Chef  
ISBN: 978-3869360195  
€ 9,90



**0800 77 11 99 11**  
Free Call aus dem dt. Festnetz



**00800 22 00 81 11**  
Free Call aus Österreich



**00800 77 11 99 11**  
Free Call aus dem Festnetz