

Ablauf

Mentorings sind immer individuell und orientieren sich nach Ihnen, Ihren Wünschen und Bedürfnissen. Gerne habe ich Ihnen hier einige generelle Informationen zusammengestellt.

- Kontaktaufnahme: Sie kommen mit ersten Angaben zur Ausgangslage auf mich zu.
- Unverbindliches, kostenloses Vorgespräch: Wir klären die Ausgangslage, die Ziele und Erwartungen und machen einen «Chemie-Check». Dauer ca. 15 Minuten.
- Erstgespräch: Wir machen eine detaillierte Bestandsaufnahme, vereinbaren Zielsetzungen und legen das Vorgehen für die weiteren Sessions fest. Dauer ca. 70 Minuten.
- Durchführung der Mentoring Sitzungen: Freuen Sie sich auf Ihre ganz persönliche Reise.
- Abschlusssitzung und Schlussevaluation: Gemeinsam beenden wir den Mentoring-Prozess.

Inhalte der einzelnen Sessions im Detail

1. Phase	Bestandsaufnahme	Package Smile + Vision
	• Lebensbereiche anschauen	
	• Glücksziel definieren, Ressourcen aktivieren, Qualitäten verankern	
	• Glücksritual starten	
2. Phase	Innenschau	Package Smile + Vision
	• Ihrer Mission auf die Spur kommen	
	• Begeisterung entfachen	
	• Glücksmomente kultivieren	
3. Phase	Die Vision	Package Smile + Vision
	• Zu träumen beginnen	
	• Wünsche und Ziele festlegen	
	• Den Fokus ausrichten	
4. Phase	Die Handbremse lockern	Im Package Vision
	• Glaubensmuster entlarven	
	• Ihr Unterbewusstsein positiv programmieren (Individuelle Entspannungsreise mit Live-Klavierspiel zur weiteren Ressourcenaktivierung und Bewusstseinerweiterung)	

Rahmenbedingungen für ein gelingendes Mentoring

Damit ein Mentoring den gewünschten Effekt erzielen kann, sind Freiwilligkeit, Vertrauen, gegenseitiger Respekt Akzeptanz und Offenheit wichtig.

Sämtliche besprochene Themen werden absolut vertraulich behandelt und für mich ist Diskretion selbstverständlich.

Der gute Abschluss.....

Was haben Spitzensportler, TopmanagerInnen und in der Politik tätige Menschen gemeinsam?

Sie lassen sich coachen und haben ihren persönlichen Mentor. Und das aus gutem Grund. Denn ein professionelles Coaching/Mentoring kann hilfreich sein, um die eigene Entwicklung zu analysieren und Lösungen für Probleme zu finden. Vor allem aber kann eine Trainerin Sie dazu anspornen, an sich selbst zu glauben - und Sie damit befähigen, ihre Visionen in die Tat umzusetzen.

Alle Angebote und die Sessions werden Vor Ort oder Online durchgeführt.

Für detailliertere Informationen oder die Vereinbarung eines Besprechungstermins stehe ich Ihnen gerne zur Verfügung. Ich freue mich auf Ihre Kontaktaufnahme und wünsche Ihnen bis dahin eine inspirierende Zeit!

Ihre Kathrin Schöne

