

Selbstbewusst zum neuen Partner!

Das Erfolgs-Training für Singles, die ihren Traum von einer erfüllenden Partnerschaft verwirklichen wollen

Ablauf eines Live-Meetings

- 14:00 **Eröffnung**
Begrüßung, Vorstellung
- 14:10 **Einstieg:** Offene Sharing-Runde, Standortbestimmung
(30 Minuten = 5 Minuten pro Teilnehmer*in)
- Wo stehst du gerade auf deinem Weg zum neuen Partner?
 - Was ist dir (seit dem letzten Treffen) bei deiner Partnersuche gelungen?
 - Welche Hindernisse gibt es? Was bereitet dir gerade Schwierigkeiten?
- Wir sammeln Themen für die Vertiefungsrunde
- 14:40 **Dem Erfolgsgeheimnis auf der Spur:** Reflektion der Erfolgserlebnisse einzelner Teilnehmer
(50 Minuten)
- *Wie* hast du dieses Ziel erreicht? *Was* hast du getan, *womit* hast du diesen Erfolg bewirkt?
- Wir hören, wie Erfolgserlebnisse zustandekommen und erforschen die Voraussetzungen erfolgreichen Handelns
- 15:30 **Pause** (mit Snacks und Getränken)
- 16:00 **Vertiefungsrunde**
(90 Minuten = 15 Minuten pro Teilnehmer*in)
- Wobei brauchst du Unterstützung oder Ermutigung?
 - Welches Thema möchtest du dir genauer anschauen? Wozu wünschst du dir ein Feedback von den anderen?
- Wir nehmen uns Raum für die Anliegen der Teilnehmer*innen
Wir besprechen die Hindernisse und Schwierigkeiten einzelner Teilnehmer*innen intensiver und schauen gemeinsam nach Lösungen
- 17:30 **Dein nächster Schritt:** Neue Ziele formulieren
(20 Minuten = ca. 3 Minuten pro Teilnehmer*in)
- Wo möchtest du in einem Monat sein?
 - Welches Ziel möchtest bis zum nächsten Treffen erreichen?
 - Was nimmst du dir für die nächste Woche vor, was setzt du um?
- Du formulierst ein konkretes Ziel und teilst dies der Gruppe mit
- 17:45 **Abschluss:** Auswertung, Integration
Vernetzen und Verabschieden der Teilnehmer*innen
- 18:00 **Ende**