

Selbstbewusst zum neuen Partner!

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

Ablauf eines Live-Meetings

- 10:30 **Beginn**
Offene Runde, kurze Standortbestimmung
- Wie geht es dir gerade? Was hast du für den Erfolg deiner Partnersuche getan?
 - Gibt es Schwierigkeiten? Worüber möchtest du heute sprechen?
- Wir sammeln Themen für die Vertiefungsrunden
- 11:00 **Vertiefungsrunde / Raum für Austausch und Übungen**
Zeit zur Vertiefung: Raum für die Anliegen der Teilnehmer*innen
- Reflektion der Erfolgserlebnisse: *Wie* hast du dieses Ziel erreicht? *Was* hast du getan? *Womit* hast du diesen Erfolg bewirkt?
- Wir erforschen die Voraussetzungen erfolgreichen Handelns
- Wobei brauchst du Unterstützung oder Ermutigung?
- Wir reflektieren die Themen der einzelnen Teilnehmer*innen und entwickeln gemeinsam neue Lösungen
- Bei Bedarf integrieren wir Kontakt- und Improvisationsübungen oder Einstellungs- und Verkörperungsübungen (Embodiment) u. a. m.
- 11:45 **Pause** (mit Snacks und Getränken)
- 12:00 **Vertiefungsrunde / Raum für Austausch und Übungen**
- 12:45 **Mittagspause**
- 14:15 **Vertiefungsrunde / Raum für Austausch und Übungen**
- 15:45 **Pause** (mit Snacks und Getränken)
- 16:00 **Vertiefungsrunde / Raum für Austausch und Übungen**
- 17:30 **Dein nächster Schritt**
- Welches Ziel möchtest du als Nächstes erreichen?
 - Wie und bis wann setzt du es um?
- Du formulierst ein konkretes Ziel und teilst dies der Gruppe mit
- 17:50 **Abschluss:** Auswertung, Integration
- 18:00 **Ende**