

# **A&A** MENTORING

## **PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG ZWISCHEN ANALYSE UND AKTION**

**THEMA** „Mein Charakter und meine Charakterstrukturen“  
– wann komme ich in meine Kraft, bin mir selbst nahe  
und wann schränken alte Schutz- und Abwehrmechanismen  
die Entfaltung meiner Potentiale ein?

**ZIEL** Ich bin mir meiner Wesenszüge bewusst und fülle meine Werthaltungen  
mit Leben – überzeugend und wirkungsvoll!

**AUFGABE**

- 1) Selbstbild analysieren
  - Welche Werte wurden mir in die Wiege gelegt?
  - Welche Kernkompetenzen haben sich herauskristallisiert?
  - Welche Früchte ernte ich dafür?
  - Und welche Ängste schränken die weitere Entfaltung  
meiner Persönlichkeit ein?
- 2) Lernprogramm entwickeln
- 3) Umsetzung auswerten

**FUNKTION** Der Klient legt die Tagesordnung fest und führt das Erkenntnis-  
protokoll. Der Berater leitet zur Selbstreflexion an  
und bietet für vertiefende Einsichten methodische Hilfen  
und Körperübungen an.

**RESSOURCEN** Am Vorabend wird ab 18:00 Uhr das ziel- und aufgabenorientierte  
Vorgehen geplant. Die Umsetzung erfolgt im Freien ab 09:00 Uhr  
und klingt auf der Hochstadlalm um 18:00 Uhr aus.  
Der Honorarsatz beträgt 2.500 € plus Spesen. Die Buchung  
im Kurhotel Vollererhof nimmt der Klient selbst vor.