

Coaching Journey – 1:1 Begleitung über 6 oder 12 Monate

Kontinuierlicher Prozess der persönlichen Entwicklung.

Dieses Coaching ist eine strukturierte, persönliche Begleitung für Menschen, die sich nachhaltig weiterentwickeln wollen – beruflich wie persönlich.

Im Fokus stehen klare Ziele, tragfähige Strategien und die konsequente Integration neuer Denk- und Handlungsweisen in den Alltag. Keine schnellen Impulse, sondern echte Veränderung, die bleibt.

Für wen

Fach- & Führungskräfte, Unternehmer, Selbstständige und Menschen in Veränderung, die fokussiert vorankommen und Routinen aufbauen wollen, die messbar auch unter der Alltagslast tragen.

Ziele / Nutzen / Benefits

- Klarheit über persönliche Ziele und Prioritäten
- Neue Perspektiven und innere Ausrichtung
- Routinen, die realistisch sind und unter Alltagsdruck tragen
- Souveräne, wertschätzende Kommunikation
- Mehr Resilienz, Selbstregulation und Erholungsfähigkeit
- Nachhaltige Integration in Alltag und Beruf – individueller Transferplan

Format, Inhalt und Arbeitsweise

- Individuelles 1:1-Coaching in einem kontinuierlichen Entwicklungsprozess
- Persönliche Vorbereitung und Nachbereitung der Sessions
- Tiefgehende Gespräche, strukturierte Reflexion und praktische Übungen
- Aufgaben und Experimente zur Integration zwischen den Terminen
- Laufende Standortbestimmung und Fortschrittsmessung
- Optional: Arbeit im Outdoor-Raum und mit Fotografie

Methoden (Auswahl)

Achtsamkeit · Agile & Design Thinking · Big Five/MBTI · Kommunikation (GFK/DESC) · Lösungsorientierte Kurzzeittherapie · Mentaltraining · Outdoor & Fotografie (optional) · Philosophische Impulse · Positive Psychologie · Resilienz · Systemisches Coaching

Inklusive: Workbook-PDF, Methoden-Vorlagen, Fotoprotokoll

Coaching Journey – 1:1 Begleitung über 6 oder 12 Monate

Organisatorisches & Rahmen

- Start nach individueller Absprache
- Pakete: 6-Monate-Journey / 12-Monate-Journey (inkl. Materialien, Verpflegung)
- Online-Begleitung zwischen den Terminen
- Treffpunkt: Unser Meetingatelier in Lauf an der Pegnitz
- Einmalzahlung oder Monatsrate
- Firmenpakete auf Anfrage
- Kostenfreies & unverbindliches Kennenlerngespräch

Kontakt und Anfrage

Telefon +49 (0) 9123 18 31 695 · Mobil +49 (0) 172 89 44 797

coach@marcscholten.de · www.marcscholten.de

Dieses Retreat ist ein Coaching- & Weiterbildungsformat und ersetzt keine therapeutische Maßnahme.

Bereit für deine nächste Entwicklungsetappe?

Vereinbare jetzt ein unverbindliches Kennenlerngespräch.

MARCSCHOLTEN

FREE YOUR MIND. LIVE INSPIRED.