

## So laufen die Online-Workshops in der MutmacherGruppe ab:

- Am Montag vor dem jeweiligen Termin erhältst Du eine Mail mit Vorbereitungsfragen, damit Du Dich optimal auf den Workshop vorbereiten kannst. Zudem bekommst Du den Zugangslink für den Gruppenraum auf Zoom, einer Video-Plattform.
- Am Tag selber starten wir um 09:00 Uhr auf Zoom mit einer kurzen Eincheck-Runde. Danach folgt ein erster Input von mir sowie eine konkrete Aufgabe.
- Diese Aufgabe bearbeitest Du alleine in der ersten Umsetzungs-Phase. Deine Ergebnisse und Erkenntnisse sowie aufgetauchte Fragen besprechen wir anschließend im Live-Gruppen-Call.
- Im Laufe des Vormittags wechseln sich diese Live-Gruppen-Calls für Feedback mit neuen Aufgaben und Umsetzungs-Phasen ab.
- Die zeitliche Aufteilung (wann sind die einzelnen Gruppen-Calls) ist flexibel und wird an die Gruppe angepasst.
- Dazwischen gibt es eine 1-stündige Mittagspause ca. von 13:00 – 14:00 Uhr.
- Zwischen den Gruppen-Calls kannst Du bei Fragen jederzeit wieder in den Zoom-Raum kommen – ich werde den Vormittag über für Dich ansprechbar sein.
- Dazwischen arbeitest Du alleine an konkreten Aufgaben für Dein persönliches Projekt. Voll konzentriert und fokussiert.
- Alle notwendigen Arbeitsblätter und Checklisten sowie die Aufzeichnungen der Calls stehen Dir nach dem Workshop-Tag zum Download in der Dropbox zur Verfügung.