

# INDIVIDUAL SABBATICAL

## Zweck und Dein Gewinn

Dieses Mentoring dient Dir dazu, die hintergründige Architektur Deines mentalen und emotionalen ‚Autopiloten‘ (mitsamt seinen Wirkmechanismen) sichtbar und durch nichtwertendes Beobachten gestaltbar zu machen. Deine aktuelle Lebensleistung erkennst Du nicht mehr als Ergebnis eines aufgezwungenen Schicksals, sondern Du verstehst es als Resultat Deiner Gewohnheiten und Lebensinterpretationen.

Mit dem Durchlaufen dieses Mentoring übernimmst Du die Gestaltungshoheit für Dein Leben.

Du kannst sowohl eine erwünschte Neu-Positionierung als auch eine neue Lebensrichtung oder ein feineres Designen Deines weiteren Lebensweges herbeiführen. Dein ‚Autopilot‘ wird neu kalibriert und mit einer überarbeiteten ‚Landkarte‘ versehen. Selbstbewusst greifst Du auf Dein Können zu. Du wagst Dein Leben mit Begeisterung, Mut und Freude.

## Prozessablauf und Gestaltung

Das Mentoring verteilt sich auf zwölf Monate. Es gliedert sich in drei Phasen, die aufeinander aufbauen und Deine Vergangenheit - Gegenwart - Zukunft widerspiegeln. Dabei greifst Du die in ihnen liegenden Dynamiken so auf, dass für Dich neue Korrelationen sichtbar werden.

### Phase I - Dein „Quellcode“

In ihr richtest Du die Aufmerksamkeit auf Deine Herkunft, Deine bisherige Lebenserfahrung, entstandene Denk- und Verhaltensmuster, Grundüberzeugungen, Deine Werte und die Normen des sozialen Umfeldes mit den möglichen Kollisionen, sowie die Weise, wie Du Sinn erzeugst.

### Phase II - Dein Können und Gelingen

Jetzt lenkst Du den Fokus auf Dein Können und Gelingen. Dazu zählen Deine Talente ebenso wie erworbene Fähigkeiten und Fertigkeiten, und wie Du sie bislang genutzt hast. Das Können gibt wieder, wie Du diese Potenziale miteinander vernetzt, und welche Meta-Fähigkeiten dabei entstanden sind, die Du so noch nicht erkannt und genutzt hast.

Eine vertiefende Betrachtung zu den wirtschaftlichen Folgen Deines Handelns rundet das Gesamtbild des Bisherigen ab und ermöglicht, Deine bisherige Lebensphilosophie abzuleiten.

### Phase III - Deine schöpferische Selbstverantwortung

Erst jetzt erfolgt durch Dich eine Bewertung Deines bisherigen Lebenswerkes, Deiner Trigger und der erfüllten und (noch) nicht erfüllten Wünsche. Mit der Betrachtung Deiner Vergangenheit und Gegenwart legst Du die schöpferischen Elemente frei, mit denen Du eine bewusste selbstbestimmte Richtung hervorruft. Du berücksichtigst systemische Zusammenhänge in deinem Leben und beachtest weiterhin gültige Verantwortlichkeiten ebenso wie Dein Verlangen nach Lebendigkeit und Selbstaufrichtigkeit. Die Dauer dieser Phase berücksichtigt den Aufwand für das Etablieren neuer unterstützender Gewohnheiten und das Entwickeln einer Dich stärkenden Gefühlswelt.

Der Zeitbedarf in den drei Phasen fällt unterschiedlich aus. Gestartet wird mit einer zweitägigen Sitzung. In ihr lernst Du einerseits das nichtwertende Beobachten und erkennst andererseits erste Aspekte Deines Quellcodes. Die sitzungsfreie Zeit dient Deinem Nervensystem, die gemachten Beobachtungen zu integrieren. Darüber hinaus arbeitest Du Deine mit dem Mentor vereinbarten Aufgaben bis zur nächsten Sitzung ab.

Du und Dein Mentor entscheiden gemeinsam in jeder Sitzung, wann ihr euch wieder trifft. Normalerweise ist Phase I nach längstens 6 Wochen durchlaufen. Für Phase II sind weitere 4 Wochen anzusetzen. Für Phase III ist die meiste Zeit reserviert. In ihr gestaltest Du Dein weiteres Leben. Du etablierst in ihr nicht nur neue Gewohnheiten und arbeitest an Deinem Wertesystem und Deinen Sinngeneratoren, Du testest auch die ‚Kompatibilität‘ deiner neuen Entwicklungsrichtung mit Deinen aktuellen Lebensumständen.

Soweit erforderlich lernst Du das Loslassen tiefsitzender Ängste. Du sorgst für eine stärkende Gefühlswelt

und eine lebensbejahende Richtung Deiner Aufmerksamkeit und Deines Handelns.

Dein Nervensystem braucht Zeit zum Abwägen der Ergebnisse Deiner Beobachtungen, und zum Bereitstellen neuer Ideen und schließlich Lösungen. So wird es in Phase drei auch Videotelefonate geben, die spontan verabredet werden.

Im Vordergrund allen Arbeitens stehen nachhaltig tragende Lösungen und Dein glückliches Herz.

In einer abschließenden Sitzung besprichst Du mit Deinem Mentor den Prozessverlauf und Dein Ergebnis.

## Besonderheiten

In dieser **Einzelarbeit** begegnest Du ausschließlich Deinem Mentor. Die Besonderheit dieser Beziehung ist durch zwei Merkmale besonders geprägt.

1. **Ohne Deinen ausdrücklichen Wunsch erfährt Dein Mentor nichts Persönliches** aus Deinem Leben. Damit konzentrierst Du Deine Aufmerksamkeit auf Lösungen und nicht auf erklärendes Berichten über vergangene Ereignisse.
2. Das schon genannte **nichtwertende Beobachten** wird als durchgängig verwandtes Werkzeug eingesetzt. Das ermöglicht Dir einen umfassenden Zugang zu Deiner inneren Welt und Deinen Ressourcen.

Für die Nachvollziehbarkeit des Prozesses schreibst Du sowohl alle durch den Mentor gestellten Aufgaben als auch Deine Antworten in Dein Prozess-Handbuch auf. Dieses Handbuch dient Dir als Arbeitsgrundlage und als Werkzeug für den mentalemotional geprägten Beobachtungsprozess.

Du lernst, Ergebnisse und Bewertungen in Dir **entstehen zu lassen**, statt vorzunehmen. Du erlebst eine **Entschleunigung** im Beobachten und eine **Entdogmatisierung** Deiner Einstellung zum Leben.

## Preis des *INDIVIDUAL SABBATICAL*

Der Preis für die Jahresbegleitung beläuft sich auf € 40,000,- zzgl. der gesetzl. MwSt.

## Antragstellung

Interessierst Du Dich für dieses Angebot, bitten wir Dich für einen Kontaktaufnahmetermin, per Mail (ghzk@ledstein.com) mit uns in Verbindung zu treten. Nach einem Treffen entscheiden beide Seiten, ob wir zu einer Zusammenarbeit bereit sind und wann das Mentoring beginnen soll.

Um einen ersten Eindruck vom *INDIVIDUAL SABBATICAL* zu gewinnen, kannst Du auch das Buch ‚*DEIN SABBATICAL*‘ auf Amazon bestellen. Zwar ist dort lediglich ein stark abgeschwächter Prozess abgebildet, dennoch erfährst Du mehr über den Ansatz dieser Arbeit.