

Notizformular «mymentor.zh»

Keine Abgabe an Leiterperson!

Basisdaten

Name Leiterperson:	
Name Verein / Gruppe:	
Name Mentor/in:	
Datum erster Besuch:	
Datum zweiter Besuch:	

Folgender Fokus wurde für den Mentorenbesuch vereinbart:

--

Erster Besuch

Trainings- / Lektionsziel:

--

Handlungsempfehlungen (Notizen):

--

Notizen zum Training:

Aktivität / Aufgabe / Übung	Bemerkungen

Zweiter Besuch

Trainings- / Lektionsziel:

Revidierte Handlungsempfehlungen (Notizen):

Notizen zum Training:

Aktivität / Aufgabe / Übung	Bemerkungen

Leitfragen zur Selbstreflexion

- ✓ Wie geht es dir nach dem Training?
- ✓ Was hat dich gefreut? Was hat dich belastet?
- ✓ Was ist dir gelungen? Was hat nicht funktioniert?
- ✓ In welchen Situationen war der Bezug zum Fokus vorhanden? (Erster Besuch)
- ✓ In welchen Situationen konnten die Handlungsempfehlungen umgesetzt werden? (Zweiter Besuch)