

Vägvalsseminarium

Karriärcoaching och vägledning vid omställning i arbetslivet

Ett seminarie- och coachpaket för dig som vill byta jobb, eller som ofrivilligt tvingats lämna din arbetsplats och vill passa på att ta reda på vad du vill och vad ditt nästa steg i karriären ska bli.



"Vart vill jag egentligen vara på väg?"

"Det enda jag vet är att jag inte vill det här men vad jag vill istället vet jag inte"

"När jag nu blivit av med jobbet är det lika bra att göra en investering i mig själv genom att ta reda på vad nästa steg i min karriär ska bli"

Hitta din nya yrkesväg

Intueri och Omfatta i samarbete erbjuder ett seminarie- och coachpaket för dig som vill ha hjälp med att hitta en ny yrkesväg. Vi fördjupar oss i och reflekterar kring din framtida yrkesroll. Tillsammans hittar vi dina svar på frågor som rör din framtid. Vi sätter mål och gör en handlingsplan som förankras i ett första steg.

Coaching i grupp och individuellt

Vi kombinerar seminarier i grupp med individuella coachsamtal. På så sätt får du utrymme, verktyg och stöd som utvecklar din egen vilja och förmåga. När arbete i grupp kombineras med individuella samtal tar vi tillvara den kreativitet och den inspiration som gruppklimatet ger, samtidigt som de konkreta målen och handlingarna blir dina egna under coachsamtalen.

Innehåll

- Kartläggning
 - Bakgrund till din nuvarande situation
 - Hur tillfreds är/var jag med alla delar i arbetet?
 - Vad vill jag behålla/vad nytt söker jag?
 - Mina talanger/utvecklingspotentialer
 - Vad brinner jag för?
 - "Framtidsportföljen"
- Individuella slutsatser från kartlägningsarbetet
- Nya möjligheter
- Hur övervinner jag hinder
- Individuellt arbete med mål och handlingsplan
- Förankring av handlingsplan

Upplägg

Träff 1. 17.00-20.00 - Tema Kartläggning

- Vi kartlägger din nuvarande arbetssituation, ditt senaste arbete, dina talanger, dina prioriteringar/värderingar och börjar skapandet av din "Framtidsportfölj".

Träff 2. Individuellt Coachsamtal (tid bokas individuellt)

- Vi grundar kartläggningen och definierar den din "Framtidsportfölj".

Träff 3. 17.00-20.00 - Tema Nya möjligheter

- Samtal kring din målbild
- Motstånd, vad hindrar mig?

Träff 4. Individuellt coachsamtal (tid bokas individuellt)

- Tema mönster/motstånd/hinder

Träff 5. Individuellt coachsamtal (tid bokas individuellt)

- Tema vad kan jag göra trots detta? Vad är mitt nästa steg? Handlingsplan

Träff 6. 17.00-20.00 - Tema Handlingsplanen

- Vi förankrar mål och handlingsplan

Anmälan och Pris

Första seminarietillfälle startar så snart vi har en full grupp.

Pris för Vägvalspaketet, bestående av tre seminarier om totalt 12 timmar och 3 individuella coachsessioner, är 8 000 kr ex moms för företag och 6 000 kr ink moms för privatperson.

Max antal deltagare per seminariegrupp är 8 personer.

För intresseförfrågan och anmälan ring Lotta Jarnesjö 076-775 83 70 eller maila lotta@omfatta.se

Seminarieledare och coacher

Anneli Tobiasson

Diplomerad samtalsterapeut och coach i Psykosyntes

anneli@intueri.se

070-286 12 37

Anneli tror på att viljans kraft kan hjälpa en människa att bli det hon vill vara och vill gärna bidra till att fler människor får erfara detta. www.intueri.se



Lotta Jarnesjö

Diplomerad samtalsterapeut och coach i Psykosyntes

lotta@omfatta.se

076-775 83 70

Lotta hjälper dig att hitta din egen motivation för att gå din väg i livet. Hon tror på människans inneboende potential och brinner för att människor ska få känna engagemang i det hon är och gör. www.omfatta.se

