

Job-Coaching-Atelier

**Wir erfahren Verständnis, entwickeln Ideen.
Wir finden Lösungen, Vertrauen, neue Motivation!
Denn gemeinsam sind wir stärker!**

Freitag, 11 - 13 Uhr

Erlebtes kann im Job-Coaching-Atelier kreativ verarbeitet, Stress abgebaut und Ziele können konkretisiert werden. Für die Wahrnehmung der eigenen Wünsche und den Zugang zu den eigenen Ressourcen, stehen neben Material und Raum, auch eine empathische und kompetente Begleitung zur Seite. In der Gruppe wird mit viel positiver Energie die Resilienz eines jeden / einer jeden gestärkt.

Wichtige Faktoren der Resilienz: Optimismus, Akzeptanz, Lösungsorientierung, Verlassen der Opferrolle, Übernahme von Verantwortung, Netzwerkorientierung und Zukunftsplanung.

Leitung: Chantal Frei-Hardt

Langjähriger Job-Coach und Bewerbungs-Trainerin, Kursleiterin für Stellensuchende, Lehrperson, Erwachsenenbildnerin SVEB1, Kunsttherapeutin i.A.

Kosten: 50 CHF für 2 h, inkl. Material

Anmeldung verbindlich

Bis spätestens Mittwochabend
via Website oder Whatsapp.
+41 76 277 44 10

www.coaching-atelier.ch