formation-ARC.Suisse

Kursausschreibung

2 Stunde persönliches Coaching an einem individuell vereinbarten Termin

GPS für die Berufliche Orientierung – Wo stehe ich & wo will ich hin?

Hast du im Berufs- oder Familienalltag auch das Gefühl, kaum Zeit zu haben, um deine Fähigkeiten und Erfolge bewusst wertzuschätzen oder über nächste Schritte in deinem Arbeitsleben gezielt nachzudenken?

Nimm dir in diesem Kurs Zeit, um innezuhalten, deine Situation zu reflektieren und dich mit anderen auszutauschen. So kannst du deine Fragen klären, Erkenntnisse gewinnen, über Pläne nachdenken und Schritte dazu entwickeln.

Ziele
Ich ...
→ benenne, was ich beruflich und persönlich mitbringe, wo ich stehe und wo ich hinmöchte.
→ wertschätze meine Stärken und Erfolge bewusst.
→ identifiziere meine Lernfelder.
→ leite aus meinen Erkenntnissen nächste Schritte ab.
→ bereite eine mündliche Kurzpräsentation meiner Stärken, Erfahrungen und Ziele vor.

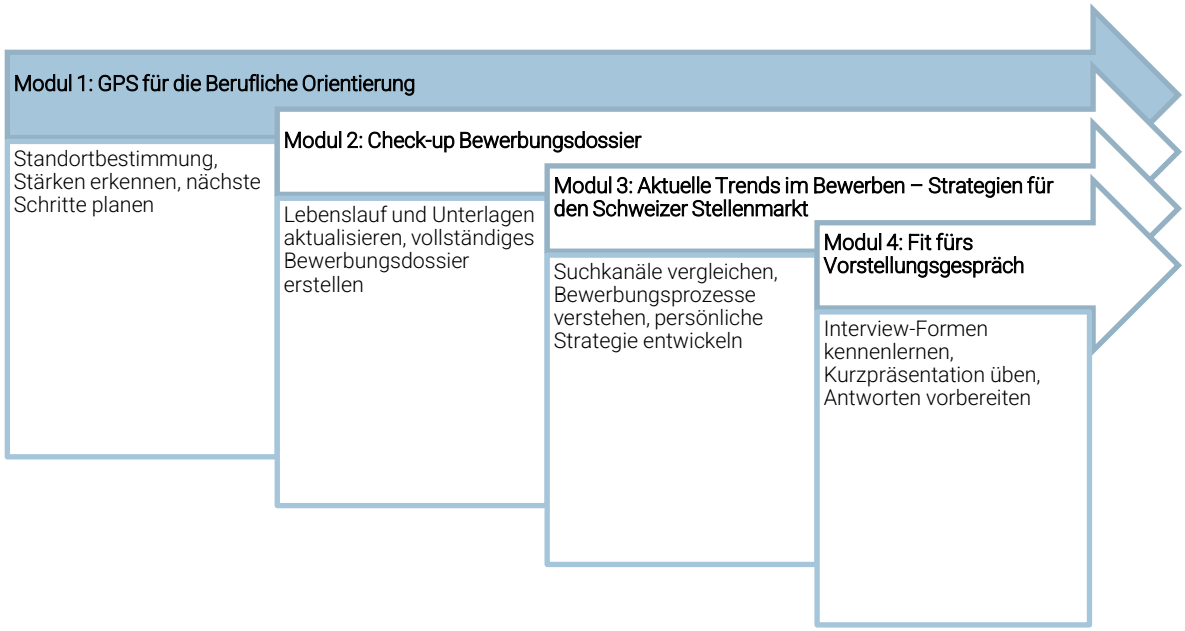
Inhalt

Vorbereitung im Selbststudium:
- Mit gezielten und einfachen Fragen gemäss elektronischer Anleitung Schritt für Schritt eine persönliche Standortbestimmung durchführen
- Reflexion zur eigenen Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft
- Eigene Stärken erkennen und Lernfelder identifizieren
- Vorbereitung einer kurzen mündlichen Selbstpräsentation gemäss elektronischer Anleitung

Gemeinsames Zoom-Meeting:
- Einzelcoaching
- offene Fragen klären
- Prägnante Selbstpräsentation formulieren – aber wie?
- Überzeugendes Auftreten

Nachbearbeitung im Selbststudium:
- Vertiefung der Auseinandersetzung mit sich selbst und Weiterarbeit an der mündlichen Selbstpräsentation
- Fertigstellung der mündlichen Selbstpräsentation

formation-ARC.Suisse



Kursleitung
Carmen Moser Nespeca
Ausbilderin, Coach, langjährige Kurs-, Projekt- und Teamleiterin Bewerbungsstrategiekurse

Kursort
Online / bequem von zu Hause / Vorbereitung im Selbststudium

Adressatenkreis
Alle interessierten Personen

Kosten
Für **Mitglieder** werden die Kosten wie folgt übernommen:
- → Syna: 4 Kurstage / Jahr bzw. 2 Kurstage für Rentner:innen und Lernende
- → transfair / transfair Post: 2 Kurstage / Jahr, der gleiche Kurs darf innerhalb von drei Jahren nur einmal besucht werden.
- → SwissPersona: bis zu CHF 1'000 / Jahr
- → SCIV: bis zu CHF 450.- / Jahr

Anschliessend fallen die Kosten zu Lasten der Teilnehmenden.

Für Nicht-Mitglieder: CHF 420.- (inkl. Kursunterlagen & Einzelcoaching)

An- und Abmeldung
Anmeldung: Melden Sie sich zur Gewährleistung der Planung frühzeitig an, idealerweise bis zur Abmeldefrist**.** Ansonsten sind Anmeldungen möglich, solange das Anmeldeformular auf unserer Webseite geöffnet ist.
Abmeldung (ohne Kostenfolgen, danach wird der Kurs verrechnet): Bis spätestens am **5 Wochen vor dem Coaching** via **E-Mail** an arc@travailsuisse.ch.