

Kickstart din karriereforandring -Brug dine styrker som kompas

”At finde frem til og bruge vores styrker er det mindste, vi kan gøre - med den største virkning!”

*Dr. Alex Linley,
Center of Applied
Positive Psychology*

Hvem står bag

Med en baggrund som kognitiv coach og master i positiv psykologi har jeg erfaring med udvikling, gennemførelse og evaluering af styrkebaserede og motivationsfremmende udviklingsforløb for mennesker i karrieretransition.



Kontakt mig for yderligere oplysninger eller besøg min hjemmeside:

Ulla Schade

Kognitiv/styrkebaseret coach, master i positiv psykologi og kommunikationsrådgiver
Tel: 2025 8251
E-mail: us@schadekom.dk
www.ullaschade.dk

Er du en af de mange, der drømmer om at skifte spor i arbejdslivet? Måske har du en idé om, hvor du gerne vil hen, men mangler motivation og mod til at rykke på mulighederne. Så er der hjælp at hente i dette udviklingsforløb, hvor du får redskaber til at kickstarte din karriereforandring og bruge dine personlige styrker som kompas.

Dine styrker - Springbræt til en ny karriere

I et udviklingsforløb får du gennem styrkebaserede og coachende samtaler (5-10 sessioner) samt en VIA-Pro styrkeprofil hjælp til at finde, forstå og bruge dine personlige styrker til at forandre dit arbejdsliv i positiv retning.

Du bliver mere bevidst om, hvornår du er mest engageret i dit arbejde, og hvordan dine personlige styrker arbejder for dig. Du får indblik i, hvordan du bedst kan balancere brugen af dine styrker. Desuden får du værktøjer, der effektivt kobler styrkerne til dine nye mål for karrieren.

Udviklingsforløbet er baseret på nye styrkebaserede teorier og metoder fra positiv psykologi. Her er der fokus på udvikling af menneskers styrker og ressourcer frem for at reparere på svagheder og mangler.

Dit udbytte

Formålet er at ruste dig til at handle aktivt på dit ønske om at forandre karrieren og genopfinde dit arbejdsliv.

Det får du med dig:

- Bedre indsigt i egne styrker og potentialer
- Udvikling af en ny vision for din karriere
- Nye strategier der flytter dig fra tanke til handling
- Større tillid til egen handlekraft i karriereprocessen
- Øget mental robusthed og mindre stress

Det er ved at bruge dine mest karakteristiske styrker, at du for alvor udfolder dig, tænker nyt og – ikke mindst – finder vej til et udviklende arbejdsliv, der giver dig energi og glæde.