

KLARA

samtal & utveckling

Klara samtal & utveckling erbjuder coaching utifrån varje arbetssökandes behov.

Vi kommer att skapa klara mål och en tydlig handlingsplan.

Genom att inventera dina erfarenheter, styrkor, intressen kommer vi att skapa en tydlighet i målen och en handlingsplan anpassad efter just dina specifika behov.

Coaching tar dig från ditt nuvarande läge till önskat läge

Vi arbetar med här och nu mot framtiden och har möjligheter, lösningar och ett ökat medvetande i fokus.



*Ywonne Bjärkenrud
Dipl. Coach*

Vad jag kan hjälpa dig med är bl.a.

- Att sätta mål på lång och kort sikt
- Att göra en individuell handlingsplan.
- Att mobilisera kraft för ett nytt jobb,.
- Att hitta nya sökvägar och kreativa infallsvinklar i ditt jobbsök.
- Att skriva en ansökan och CV .
- Att förbereda dig för en jobbintervju.
- Att träna presentationsteknik och kroppsspråk

Punkterna kan modifieras utifrån personliga behov, dessa kan variera från person till person.

Avtalat tjänsteutbud

Vi tar reda på vem du är, vad du vill och vad du har för framtida mål. Jag som coach har många uppgifter. Ett är att inspirera och vägleda dig. En annan viktig uppgift är att utmana dig och se det du själv inte kan se. Både vad som begränsar dig men ännu viktigare, dina styrkor. Tillsammans sätter vi upp mål och göra en individuell handlingsplan som har till syfte att hjälpa dig till ett nytt arbete eller till kompetensutveckling som ett steg mot ett nytt jobb eller yrke

Min huvudsakliga uppgift som coach är att se till att du når dina mål, ett nytt jobb och att ge dig mod att vara ditt bästa jag.

Hur går jobbcoaching till ?

Coaching är en väl beprövad metod att skapa förändringskraft och motivation hos människor i omställningsprocesser. Jag som coach finns med dig hela vägen för att inspirera, utmana och vägleda dig. Själva coachingprocessen brukar normalt omfatta: En kartläggning av nuläget, börja se framåt och sätta mål samt slutligen handla för att nå målen. En av nycklarna ligger i att få dig att hitta din egen drivkraft. Med hjälp av rak feedback kan du dina inre hinder och upptäcka de möjligheter som faktiskt finns. Detta sker genom samtal, övningar och hemuppgifter anpassade för just dig. Coachsamtalen utförs individuellt eller i liten grupp, även telefon coaching kan förekomma. Vanligt antal träffar är 4-7, utöver kan det förekomma telefon möten , kontakt via e-post eller seminarium. Detta styrs utifrån klientens specifika behov

Yrkesinriktning

Jag har erfarenhet av följande yrken

- Administration, ekonomi, juridik
- Friskvård/kroppsvård
- Försäljning, Inköp, marknadsföring
- Hotell, restaurang, storhushåll
- Hälso- och sjukvård
- Kultur, media, design
- Pedagogiskt arbete
- Socialt arbete

Geografiskt område

Stockholm

Utbildning och erfarenhet

Ywonne Bjärkenrud, är diplomerad samtalsterapeut och coach i psykosyntes, Jag har en mångfacetterad arbetslivserfarenhet från flera olika roller, branscher och företagskulturer. Jag har 17 års erfarenhet från näringslivet inom kommunikation bl.a. från försäljning inom media där jag har arbetat som Projektledare och chef. I den rollen har jag både anställt och friställt personal. Min fasta övertygelse är att i varje i varje mötgång finns ett frö till förändring Sedan 2007 en mottagning för individuell coaching och samtalsterapi i Vasastan, Stockholm samt i Vällingby Centrum. Parallellt har jag bedrivit coaching mot företag inom försäljning och hållit utbildning i sälj och presentationsteknik för olika yrkesgrupper.

Referenser

Klara samtal & utveckling arbetar idag både med företag såväl privatpersoner inom bl.a. jobbcoaching / karriärcoaching som fokuserar på yrkeslivet och syftar till att stötta klienten i att hitta nya vägar och sätta nya mål.

Inom jobb- och karriärcoaching får du stöd och hjälp att möta de utmaningar du ställs inför- om du förlorat jobbet, ska gå vidare inom din nuvarande arbetsplats eller ta reda på vad du egentligen vill i ditt yrkes

Några exempel företagskunder:

Sondal Marketing - karriärcoaching

May Information - karriärcoaching

MultiEkonomerna Västerort - karrärarschoaching

FAKTA

Kontakt: Ywonne Bjärkenrud

Mottagning: Katarinahuset, Eastmansvägen 35, Stockholm (S:t Eriksplan)
och Vällingby Centrum, Pajalagatan 56, Vällingby

Öppettider: Månd- Tors 8-18
Fred 8-16

Telefon: 0735-122 072

E-post : ywonne@klarasamtal.se

Hemsida: www.klarasamtal.se