

Meilen, 8. Februar 2023

## Kursausschreibung: Ressourcenkoffer

Bist du im Leben unterwegs und vergisst manchmal, was du alles dabei hast? Oder du kennst den Inhalt deines Kofferst sehr genau, doch eigentlich bräuchtest du andere Dinge, die dir im Moment nützlich wären? Zusammen mit dir inspiziere ich deinen persönlichen Ressourcenkoffer.

Wir untersuchen, welche Ressourcen du...

- ... bereits gesammelt hast und dich unterstützen.
- ... davon noch brauchst und welche nur noch Ballast sind.
- ... auch noch einpacken möchtest.
- ... gerne verstärken oder verringern möchtest.

*Mut*

*Humor*

*Offenheit*

*Flexibilität*

*Kreativität*

*Engagement*

*Ausdauer*

*Belastbarkeit*

*Fachkompetenz*

*Beharrlichkeit*

*Methodenvielfalt*

*Sozialkompetenzen*

*Veränderungspotenzial*

*Organisationsgeschick*

*Gewissenhaftigkeit*

*Innovationsvermögen*

*Zuverlässigkeit*

*Analytisches Denken*

*Durchsetzungskraft*

*Reflexionsfähigkeit*

*Leistungsbereitschaft*

*Verantwortungsbereitschaft*



Auch wenn das Potential im Hinblick auf ein bestimmtes Ziel zu fehlen scheint, können wir es im Coaching aus anderen Kontexten übertragen und verankern.

### Konditionen:

Kurslänge: Einzelcoaching 3 x 50 min.,

kann je nach Bedarf verlängert werden

Zielgruppe: Jugendliche (ab Oberstufe) und Erwachsene

Kosten: Fr. 350.–

Coachingtage: Montag bis Samstag nach Absprache

Start: ab März 2023

Gerne begrüsse ich dich in meiner Praxis in Meilen.

Nathalie Ruf