

Karrieresparring → karrierespring



PRAKTISKE OPLYSNINGER

PRIS

Pris for et 2 timers møde er kr. 1.250 inkl. moms.

COACH

Annette Raunsholt, cand. merc. fra CBS, sidefag i psykologi fra KU, uddannet i positiv psykologi fra University of Pennsylvania samt uddannet terapeut og konfliktmægler.

OM VIRKSOMHEDEN

MyMentor er en danskejet erhvervspsykologisk virksomhed, der tilbyder coaching, konfliktløsning samt foredrag, workshops og kurser, alt med udgangspunkt i den positive psykologis teori og værktøjer.

YDERLIGERE OPLYSNINGER OG BOOKING

Annette Raunsholt på
ar@mymmentor.dk eller tlf. 36 93 21 40

Hvad er karrieresparring?

Karrieresparring er en særlig form for coaching. Dens formål er at styrke dine karrieremuligheder.

Metoden er at gøre dig bevidst om, hvem du er som person, når det gælder karrieren. Det giver dig mulighed for med større selvsikkerhed at søge det job, du har lyst til og særligt gode evner til at bestride. I praksis foregår karrieresparring som samtaler med en erhvervspsykologisk rådgiver, der har dybtgående kendskab til erhvervslivets dagligdag og spilleregler.

Sådan foregår det

Karrieresparringen tager udgangspunkt i dig som person. Grundopfattelsen er, at vi alle er forskellige, og at der derfor er en karriere, som særligt vil matche dig som person, og hvor du vil kunne udfolde dine talenter på bedst mulig måde.

Derfor søger karrieresparringen gennem besvarelse af en række spørgsmål at finde ud af: Hvem er du egentlig. Det er spørgsmål som:

- ☞ Hvad brænder du for?
- ☞ Hvad har du naturlig interesse for?
- ☞ Hvad er vigtigt for dig?
- ☞ Hvad er din drivkraft?
- ☞ Hvordan løser du opgaverne?
- ☞ Andre mennesker er nogle som jeg....
- ☞ Min grad af fordybelse er typisk høj/lav?

Sparringen omkring bl.a. disse spørgsmål er en spændende og meget udviklende proces, som giver god selverkendelse og selvværd og danner basis for at sætte klare mål.

Karrieresparring har en reel effekt

Vores erfaring er, at bevidstgørelse om, hvem du er i karrieremæssig henseende, giver en reel fordel i konkurrencen om ønskejobbet.

MyMentor