



Coaching

Tillsammans med din coach får du stöd att fokusera på dig och dina mål - att ta dig från nuläge till önskat läge. Vi fokuserar på möjligheter och utmanar invanda föreställningar och vanor.

Reflektera

Du ges möjlighet att beskriva och reflektera över konkreta egna erfarenheter samt skarpa lägen i arbetet. Därefter kan vi se om det finns förklaringsgrunder och mönster för att dra slutsatser om framgångsrika handlingar och beteenden.

Insikter

Vid coaching erbjuder vi samtal i syfte att skapa insikter, så att du medvetet kan utveckla och förändra din situation.

Vi använder oss av ett lösningsfokuserat arbetssätt, vilket innebär att ditt önskvärda läge - din framtida lösning - är utgångspunkten. Genom det coachande samtalet ges du möjlighet att söka alternativa vägar för att uppnå ditt mål samt hjälp med att identifiera dina tillgångar och framgångar för att nå fram.

Våra konsulter

Karriär & Kompetens coacher har beteendevetenskaplig grund, utbildning för coachande samtal och mångårig erfarenhet av coaching för medarbetare och chefer.

Coaching vänder sig till dig som är medarbetare eller chef och som

- är ny i din roll och behöver skaffa dig överblick över utmaningar, möjligheter och svårigheter
- behöver reflektera över tillvägagångssätt i särskilda situationer t ex i projektledning, överföra kompetens eller starta upp arbetsgrupper
- behöver samtalsstöd för hantering av besvärliga situationer och konflikter
- vill summera och avsluta ett projekt eller en arbetskarriär
- behöver strukturera din tillvaro, göra genomtänkta prioriteringar och kanske minska stress
- behöver handledning och avlastning för att kunna leda andras utveckling
- sätta ord på behov och egna förmågor
- stöd och idéer för att upptäcka nya vägar och möjligheter
- behöver stöd att hantera de olika chefsdilemman

Mer information

Hör av dig till oss på 08-41029400 så berättar vi mer eller gå in på vår hemsida www.karriarkompetens.se för ytterligare information.

Karriär & Kompetens
Barnhusgatan 16
111 23 Stockholm
08-41 02 94 00



KARRIÄR & KOMPETENS