

Visionswerkstatt - berufliche und persönliche Klarheit für Jugendliche und junge Erwachsene

Wozu ein Coachingworkshop zur beruflichen und persönlichen Klarheit?

Viele Jugendliche haben während des Übergangs von Schule zu Studium oder Beruf nur eine vage Vorstellung davon, was sie wirklich machen möchten. Ein Großteil dieser jungen Menschen erlebt die Entscheidungsfindung als stressig, herausfordernd und anstrengend. Sie fühlen sich dem Druck ausgesetzt, eine schnelle und vor allem „richtige“ Entscheidung treffen zu müssen, damit keine Lücke in ihrer Biografie entsteht.

Zeitgleich geht es während dieser Lebensphase jedoch auch um andere wichtige Themen wie Abgrenzung von den Eltern, Beginn erster Liebesbeziehungen, Neudefinition von Freundschaft und der Entwicklung der eigenen Persönlichkeit. All dies neben der oftmals herausfordernden Bewältigung des Schulalltags mit entsprechendem Leistungsdruck.

Viel Zeit zum Innehalten und hin spüren, was sie wirklich aus tiefstem Herzen leben möchten, bleibt oft nicht.

Wir hätten uns damals Unterstützung gewünscht - und zwar nicht nur im Sinne von Berufsorientierung durch Lehrer oder Berufs- und Studienberatung, sondern ganzheitlich, tiefgehend. Ein Wochenende, um hinzuschauen und hinzuspüren, was uns ausmacht, was in uns schlummert und wohin unsere Reise uns führen könnte. Und dies in einer wohlwollenden und wertschätzenden Runde Gleichaltriger, die sich in einer ähnlichen Lebensphase befinden.

Denn junge Menschen möchten gesehen werden mit all dem, was sie ausmacht und was sie bereits mitbringen.

Daher legen wir in unserer Visionswerkstatt den Fokus gemeinsam mit den Jugendlichen auf folgende Bereiche:

- Wo liegen ihre Stärken, Werte und Interessen?
- Wie können sie ihr volles Potential entfalten?
- Wie nutzen sie ihre bereits vorhandenen Talente und Fähigkeiten, anstatt sich auf Defizite zu konzentrieren?
- Wie schöpfen sie aus ihrer Kreativität?
- Wie gehen sie gut mit Stress um?
- Wie meistern sie gestärkt herausfordernde Lebenssituationen?
- Wie sorgen sie gut für sich und andere?
- Wie kommen sie in Resonanz mit sich und anderen?

- Wie lauten ihre sozialen Schlüsselkompetenzen?

Welches Ziel verfolgen wir mit der Visionswerkstatt?

Ziel ist ein Handlungsimpuls für den individuellen Orientierungsprozess eines jeden Jugendlichen! Denn nur die tiefe Erkenntnis all ihrer Fähigkeiten gibt weitere Anhaltspunkte für die nächsten Lebensschritte.

Die Visionswerkstatt ist so konzipiert, dass jede*r Teilnehmer*in durch viele Übungen, Entspannungstechniken, sowie kognitive Prozesse Ausrichtung, Orientierung und Klarheit erhält, um ihre/seine Zukunft zu gestalten.

Die Anmeldung für die Visionswerkstatt erfolgt schriftlich durch einen Fragebogen, der von den Teilnehmenden auszufüllen ist und einem Anmeldebogen, der von den Eltern ausgefüllt wird.

Die nächste Versionswerkstatt findet statt:

Wann:

Samstag, 22. Oktober 2022 von 10:00 - ca. 21:30 Uhr
Sonntag, 23. Oktober 2022 von 10:00 - ca. 16:00 Uhr

Wo:

Zentral im Hamburger Grindelviertel, Nähe Universität
Rutschbahn 11a (Hinterhof), 20146 Hamburg

Kosten:

180,- Euro inkl. Material, Getränke und Snacks

Weitere Termine:

16. / 17. Dezember 2022 in Gießen / Hessen
Anfang 2023 in Prien am Chiemsee / Bayern

Wenn Sie Fragen oder Anregungen haben, melden Sie sich gerne bei uns:

Myriam Filz:

myriam.filz@outlook.de

Mobil: 0175 2039714

Kathrin Fennen:

kathrinfennen@gmail.com

Mobil: 0177 8116090

<https://myriamfilz.com/visionswerkstatt-berufliche-und-persoенliche-klarheit-fuer-jugendliche-und-junge-erwachsene/>