



Ta kontroll över ditt liv!



"Jag gick sjukskriven i tre år för utbrändhet. Hos Pomona fick jag hjälp att hitta mina drivkrafter igen. Efter arbetsprövning och med ny självkänsla har jag startat ett eget företag och trivs jättebra", berättar Karin, 42 (som dock inte är med på bilden).

Världen runtomkring förändras i en allt snabbare takt och det som kändes rätt i början av yrkeslivet kanske plötsligt inte alls fungerar. En medarbetare som inte trivs med livet mår inte bra, och gör sällan heller en fullgod arbetsinsats. Men så ska det inte behöva vara – det finns en effektiv lösning som vänder utvecklingen åt rätt håll för både arbetstagare och arbetsgivare.

Målen kan vara många – att helt enkelt fungera bättre i sitt nuvarande jobb, att hitta en ny roll i organisationen, eller kanske en helt ny karriär i en helt annan bransch.

VEM ÄR DU? VAD VILL DU?

Vi är övertygade om att alla människor har unika förmågor och kompetenser, med en stor potential att komma till sin rätt. Det gäller "bara" att hitta det rätta sammanhanget för varje individ. Många upplever en tomhet utan att kunna identifiera vad som skulle behöva vara annorlunda. Här kommer vår gedigna erfarenhet in i bilden. **Pomonas Livs- & Yrkesplanering** tar fasta på att hjälpa varje individ lära känna sig själv och finna sina inneboende styrkor, för att med nya insikter och nytt självförtroende kunna hitta vägen till en bättre framtid.

HJÄLP TILL SJÄLVHJÄLP

Det handlar om att var och en ska tillägna sig förmågan att själv hitta sin unika lösning.

Vi går igenom tidigare erfarenheter, nuvarande förmågor och önskingar inför framtiden. Deltagarna får hjälp att formulera realistiska mål, och lär sig metoder att planera, följa upp och stämma av de aktiviteter som krävs på vägen mot målet – hela tiden med ett aktivt stöd från våra erfarna coaches. ●●●

LIVS- & YRKESPLANERING

● Nulägesanalys

– individuella coachsamtal tar fram dina kompetenser och resurser

● Livslinjen

– dra nytta av tidigare livserfarenheter

● Målformulering

– hur vill du att ditt liv ska se ut

● Utmaningar

– analys av dina utvecklingsbehov

● Handlingsplan

– konkretisering av mätbara mål, med intensifierat coachstöd

EN LÖSNING FÖR DIG?

● Skapa balans i tillvaron!

● Lär dig mer om vad du vill!

● Samla kraft för förändring!

● Bygg en bättre livssituation!