

Ausgabe 19
Oktober 2020

sonora

Coaching with Power



*Neue Perspektiven
durch Coaching*

Neues von Sonora Coaching!

Unsere Tiere

Wer sich auf unserer Homepage umschaute, begegnet oft dem Thema Pferd. Dies hat seinen guten Grund. Pferde sind zum unverzichtbaren Teil des Lebens von Caroline Wyss, Leiterin von Sonora Coaching, geworden. Viele von unseren Teilnehmenden haben im pferdegestützten Coaching bereits Bekanntschaft mit ihren Pferden gemacht. Die Resonanz war immer dieselbe: Die Ausstrahlung der Pferde, welche eine enorm beruhigende Wirkung hatte. Doch nicht nur Pferde spielen bei Sonora Coaching eine wichtige Rolle. Werden unsere Teilnehmende befragt, wer im Büro nicht fehlen darf, so ist die Antwort stets dieselbe: «Simba!» Unser Rhodesian Ridgeback ist der treue Freund von allen. Mit seiner gelassenen Art sorgt er für eine ruhige, ausgeglichene und entspannte Atmosphäre.

Gerne stellen sich unsere Tiere selbst vor:

Sonora

Guten Tag! Ich heisse Sonora und bin stolz die Namensgeberin von Sonora Coaching zu sein. Es heisst, ich habe sehr schöne Charakterzüge; ich sei ein sensibles Pferd und mit bemerkenswert viel Kraft und Stärke ausgestattet. Es macht mich glücklich so viel Wertschätzung zu erhalten.





Prinz

Gnädige Frau, gnädiger Herr, ich bin höchst erfreut mich vorstellen zu dürfen. Mein Name ist Prinz und ich bin stets darauf bedacht, meinem Namen gerecht zu werden. Ich hebe mich von meinen Artgenossen ab, bin ich doch ein majestätisches Wesen mit einem einzigartig edlen Gang und äusserst ansehnlichen Manieren. Zudem bin ich eine selbstbewusste und sensible Persönlichkeit. Auf Wiedersehen, ich hatte die Ehre.

**Interview zum
Projekt
«Jugendliche»**

«Überfordert, allein, passiv» – Aussagen einer Lehrperson

Jugendliche im Pubertätsalter sind mit vielen Veränderungen konfrontiert. Veränderung des Körpers, den Hormonen, den Interessen am anderen Geschlecht wie auch Veränderung und Leistungserwartungen in Schule/Lehre/Beruf. In einem Interview mit einer Lehrperson wollte ein Teilnehmer herausfinden, welche Auswirkungen diese Veränderungen auf die Jugendliche haben könnten. Folgendes hat sich ergeben:

«Veränderungen stellen die Jugendliche vor neue Probleme, Herausforderungen und Entscheidungen. Daher fühlen sie sich oft überfordert. Wenn da die Unterstützung durch Vertrauenspersonen fehlt, fallen die Jugendlichen schnell in die Passivität: *«Wenn ich nichts mache, so mache ich auch nichts falsch»*. Mit dieser Einstellung lernen sie jedoch nicht Verantwortung für ihr eigenes Tun zu übernehmen.

Mangelnde Unterstützung aus dem häuslichen Umfeld ist ein zusätzliches Problem, welches zunehmend grösser wird. Doppelverdiener, die keine Zeit mehr haben, überforderte Alleinerziehende oder Unternehmer, die lieber Karriere machen: Immer öfters sind Jugendliche auf sich allein gestellt. Die Selbstständigkeit wird bei den einen dadurch zwar gefördert, viele wirft dieses «Alleinsein» jedoch völlig aus der Bahn.»



Sonora Angebote

Outplacements

Outplacements sind Massnahmen fairer Trennungsprozesse und geschehen meistens parallel zu betrieblichen Rationalisierungs- oder Restrukturierungsmassnahmen aus Gründen wie im Zusammenhang mit Fusionen, dem Wegfall spezifischer Angebotssparten, technologischem Wandel oder geografischen Verlagerungen.

Mitarbeitende – Kader oder Nicht-Führungskräfte – werden mit der Outplacement-Beratung im Prozess der Neuorientierung und Suche nach einem fachlich und persönlich passenden Arbeitsplatz professionell unterstützt.

Das Einzel- als auch das Gruppen-Coaching im Bereich Outplacement beinhaltet diverse Module wie die Standortbestimmung der aktuellen Situation des Mitarbeitenden, Erstellen eines individuellen Qualifikationsprofils, Formulieren einer realistischen Zielsetzung, Festhalten von allfälligen passenden Weiterbildungsmöglichkeiten oder das Verfassen optimaler Bewerbungsunterlagen.

Mehr über das Outplacement für Unternehmen finden Sie auf unserer Homepage unter: <https://www.sonora-coaching.ch/Fuer-Unternehmen.htm#Outplacement>

Detailliertere Angaben über das Outplacement für Private finden Sie ebenfalls auf unserer Homepage unter: <https://www.sonora-coaching.ch/Fuer-Private.htm#Outplacement-fuer-Private>



Sonora Coaching GmbH

Warpelstrasse 3

3186 Düringen

Tel.: +41 26 492 02 21

info@sonora-coaching.ch

www.sonora-coaching.ch

Das Team von Sonora Coaching wünscht Ihnen einen guten Start in die Herbstzeit mit vielen bunten Momenten!

