

Hej! Jag heter Helen Gyllendahl och om du vill kan jag hjälpa dig att söka arbete!



**Avtalat tjänsteutbud** :Vi = Du och jag arbetar (kognitivt ) här och nu mot framtiden/nytt arbete. Jag ställer frågorna och du har svaren. Vi ser på vad du vill söka/vad marknaden erbjuder. Vi sätter upp mål och använder oss av olika strategier för att nå dit. Jag hjälper dig att ta dig över eventuella hinder, vara fokuserad, förbättra din förmåga, kreativitet, dina resurser och handlingsplaner. Du får råd angående cv, förberedelse inför intervjufrågor, nätverkande, internet m.m. Coachningen = frågor/samtal + hemövningar av olika slag använder vi som verktyg för att ta oss mot målet = ditt nya arbete .

**1** När du bestämt dig för att bli coachad är det första steget ett introduktionsmöte  
-Vi träffas och går igenom:-Hur det rent praktiskt skall gå till/Vilka grundregler/förutsättningar som gäller/-Vad har du för målformulering?/-Vilka är bedömningsgrunderna för arbetet?

**2** Sedan arbetar vi tillsammans för att ta fram en : Målformulering för



sammankomsterna såväl på kort som på lång sikt/–Vi gör en verklighetskontroll där vi tittar efter hur den aktuella situationen/dagsläget ser ut.–Vi ser på olika alternativ/möjliga strategier/ handlingslinjer/vad skall göras? När? Av vem? och viljan att göra det.–Vi utvärderar och följer upp hur det går–Vid de fortsatta sammankomsterna jobbar vi vidare med att nå målet.

## Yrkesinriktning:

–Försäljning, inköp och marknadsföring/Hälso och sjukvård/Socialt arbete.

**Geografiskt område:**Stockholm

**Utbildning/erfarenhet:** Kontorspersonal /Ålands yrkesskola/1975–arbetat som affärsföreståndare/inom konfektion/AB Kläder. Primärskötare /Ålands yrkesskola/ 1991 /hälso–sjukvård–arbetat inom äldreomsorgen/Kommunförbundet för DE Gamlas Hem. Närvårdare/Ålands vårdinstitut/2001 /mentalohälsa,kris och missbruk–arbetar med demenssjuka klienter samt med anhörigsamtal/ny personal/ elevhandledning/bedömning/utvärdering av elever från Ålands vårdinstitut/vid Mariehamns stad/Silverängen . Coach/certifierad/Hälsoakademin. Europa AB 2007. Coacherfarenhet/19 år som handledare/bedömare/utvärderare av elever/studerande /Ålands vårdinstitut/samt ny personal .Som coach i eget företag 2 år=Karriärcoaching/chefscoaching/livscoaching/akutcoaching kan jag erbjuda dig/Coachmetodik:individuellt/efter deltagarens behov.

**Referenser:** Coachsegling/Ta rodret i ditt liv./2008/Samarbete /firma Tänkbart/ Linda Lindenau. Syfte/mål:Visa kvinnor 50 +ingenting är omöjligt,det går att börja på nytt bara man hittar sina resurser/känner efter vad man vill/med livet.

Metodik:Att definiera behovet/önskan/mål/hur ta sig dit?/vilka resurser finns?

Coachens insatts:samtals/frågeteknik/lyssna/reflektera/återkoppla

**Fakta:**Ensam företagare/Adress:Täby,Hägernäsvägen 4 7 tr c/o BjarneAndersson  
Tillgänglighet/Öppentider: Må–Fred kl.10.00–16.00/enligt överenskommelse.

Mailadress: [Utveckling@dincoach.ax](mailto:Utveckling@dincoach.ax)

Telefon: +358(0)4575483306

Hemsida: [www.dincoach.ax](http://www.dincoach.ax)

Jag arbetar efter ICF (internat.coachfederat.) etiska riktlinjer och har tystnadsplikt.

