

## Angst vor meiner beruflichen Zukunft



Quelle: freies Bild pixabay

Du hast Deine erste Ausbildung oder das erste Studium begonnen. Jetzt stellst Du fest, dass das nicht das Richtige für Dich ist und fragst Dich: What's next?

- Ist ein Wechsel sinnvoll oder soll ich lieber Durchhalten?
- Kann ich mir das finanziell leisten?
- Schadet ein Abbruch meiner Karriere?

Wenn Du grübelst und Dich um Deine Zukunft sorgst, ist das Karrierecoaching für junge Menschen von me@work für Dich das passgenaue Angebot.

**Hier steht Dein Thema im Mittelpunkt! Hier werden Deine Sorgen und Ängste ernst genommen!**

Mit bewährten Coachingmethoden und Managementtechniken wägst Du neu ab und wechselst Perspektiven. Du erfährst, was Du gegen zu groß werdende Ängste tun kannst und bekommst ganz praktische Tipps. Du formuliert realistische Ziele. Du leitest ganz konkrete Schritte und Lösungsansätze für Deine berufliche Zukunft ab.

Was Du jetzt schon tun kannst:  
Rufe an und vereinbare ein kostenloses Erstgespräch.  
0212 - 599 1049

**Das solltest Du jetzt schon wissen:**

Angst entsteht immer durch unser Denken an die Zukunft. Deshalb empfehle ich Dir: Verwende Deine Energie, Deine Gedanken auf die

1. Gegenwart: Was kann ich jetzt tun? Wo bekomme ich Unterstützung? Mit wem kann ich darüber reden? ...
2. Überlege Dir Sprüche wie „es ist noch immer gut gegangen“. Welche Redewendung kennst Du noch? Tipp: Frage mal Deine Großeltern.
3. Stelle Dir die Worstcaseä-Frage: Was kann Dir im schlimmsten Fall passieren?
- 4.

Diese einfachen Gedankenspiele Relativieren und nehmen positiven Einfluss auf Dein Denken. So fällt es Dir leichter, einen optimistischen Spirit zu entwickeln.

**Du möchtest noch entspannter und mit mehr Zuversicht in Deine berufliche Zukunft schauen?  
Dann freue ich mich, wenn wir uns persönlich kennenlernen!**



0212 - 599 1049

Deine Ansprechpartnerin: Andrea Gutsfeld

Folge meatwork auf



**Wichtige Informationen für Deine Eltern und eine Preisliste findest Du unserer Webseite.**