

## *Coaching im Bereich Design und Kunst*

Kreative Ausdrucksfähigkeit zu fördern, steht im Zentrum meiner Beratung. Ich bin vertraut mit den Herausforderungen, die auf Studierende in dieser Berufsgruppe warten. In Einzelsitzungen begleite ich Sie mit meiner Erfahrung. Ich begleite sie, um optimal auf Prüfungen oder Bewerbungen vorbereitet zu sein.

### Hausaufgabe für das Portfolio

Konzeptionelle und gestalterische Fähigkeiten werden mit einer vierteiligen Aufgabe entwickelt und gestärkt. So kann sich das innere Feuer entfalten für den eigenen kreativen Ausdruck. Die Freude am Dranbleiben beginnt mit dem Erkennen der eigenen Stärken. Das Überwinden von Hindernissen gehört zum kreativen Prozess. Wir betrachten Lösungsansätze anhand von Beispielen. Ihre Ergebnisse sowie das Entwurfsmaterial, geben Aufschluss über Ihr Gestaltungsvermögen, in den Bereichen 2D, 3D, Fotografie und über das Reflektionsvermögen vom Arbeitsprozess. Eine gelungene Hausaufgabe wird zur wertvollen Ergänzung der Arbeitsmappe genutzt.

### Überzeugende Bewerbung

Ihre Referenzarbeiten begutachten wir gemeinsam. So beginnen Sie zu erkennen wo Ihre Stärken liegen, wählen passende Arbeiten, strukturieren diese sorgsam und bringen Begleittexte inhaltlich auf den Punkt. Wir trainieren Bewerbungsschreiben und Vorstellungsgespräch, um den hohen Anforderungen gewachsen zu sein. Unterlagen für Ihren überzeugenden Auftritt, gebe ich Ihnen mit auf den Weg.

## *Beratung für Veränderungsprozesse*

Dabei helfen mir meine Weiterbildungen, sowie Erfahrungen mit Bewusstseins erweiternden Zuständen. Sie haben mich neu belebt, meine Achtsamkeit erhöht, inspiriert und erfüllen mein Leben mit Freude und Tiefe. Meine Erkenntnisse teile ich gerne mit jedem der offen ist seinen eigenen Weg zu gehen und sein Verhalten zu verändern. Sie lernen sich genau zu beobachten, damit der eigenen Wahrheit auf die Spur zu kommen und Widerstände aufzugeben. Selbstbewusste Menschen, die Verantwortung übernehmen, haben wesentlich mehr vom Leben, davon bin ich überzeugt.

Zusammen mit meinem Mann Moritz Thommen wirke ich auch in Gruppen, die sich regelmässig treffen, zu bewegenden Themen aus unserem Kreis und zur Horizonterweiterung. Näheres dazu steht im Flyer unter 'events'.

**Sie möchten einen kreativen Beruf erlernen? Wo liegt Ihr Talent und welche Arbeiten gehören in Ihr Portfolio? Wie gehen Sie achtsamer um, mit sich selber und Ihrer Umgebung? Solchen und vielen weiteren Fragen gehen wir gemeinsam auf den Grund.**

*www.design-coach.ch*