



**LENA TANZER, BA BED MA**

**JUGENDCOACHING WALDVIERTEL**

M: [lena.tanzer@caritas-stpoelten.at](mailto:lena.tanzer@caritas-stpoelten.at)

T: 0676/ 838 44 8872

Beratungszentrum:  
Bahnhofplatz 8,  
3500 Krems

---

**JUGENDCOACHING** ist ab dem 9. Schuljahr für dich da.

**JUGENDCOACHING** berät, begleitet und unterstützt dich dabei

- deine Ziele zu entwickeln und Entscheidungen zu treffen,
- deine Ausbildungspflicht (Ausbildung bis 18) zu erfüllen,
- deine Probleme zu bewältigen und Lösungen zu erarbeiten,
- deine Motivation zu erhöhen,
- deine Stärken und Fähigkeiten herauszufinden,
- und somit deine schulische und berufliche Zukunft zu planen.

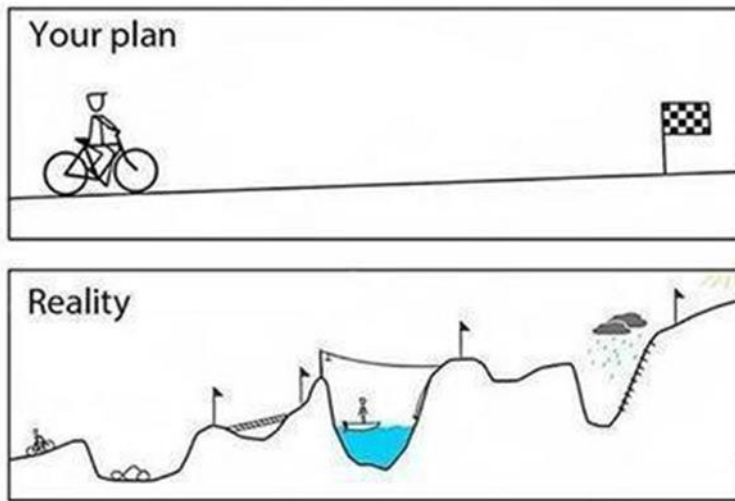
Du kannst direkt mit mir Kontakt aufnehmen oder einen Termin über deine/n Klassenlehrer/in vereinbaren.



**JUGENDCOACHING** ist

freiwillig,  
vertraulich und  
kostenlos.

## Was ist Coaching?



Ein Coach unterstützt dich bei der Erreichung deiner Ziele und der Lösung von Anliegen.

Du begibst dich gemeinsam mit dem Coach auf die Suche nach deinen Zielen. Du entwickelst Strategien dorthin zu kommen. Deine Wünsche, Erwartungen und Bedürfnisse stehen dabei im Mittelpunkt.

Ein Coach bietet sich als neutrales Gegenüber auf Augenhöhe an. Durch spezielle Fragetechniken bekommst du neue Sichtweisen und Lösungsmöglichkeiten.

Die Gespräche beruhen auf Freiwilligkeit, Vertraulichkeit und gegenseitigem Respekt.

Wenn du dir nicht sicher bist, ob Coaching etwas für dich ist:

**Probier es aus!**