

Statt planlos, mit Plan in deine deine Zukunft

Erkenne deine Talente und finde Klarheit
für deinen Weg nach der Schule

Stehst du kurz vor dem Schulabschluss oder befindest dich bereits in der Phase zwischen Schule und dem was danach kommt? Bist du unsicher, welchen Weg du einschlagen sollst? Hast du viele Interessen, aber keine klare Richtung? Bist du zwischen verschiedenen Optionen hin- und hergerissen? Oder hast du vielleicht noch gar keine Idee, wohin deine Reise gehen könnte?

Dann ist unser Life Prep! Workshop genau das Richtige für dich!

In diesem interaktiven Workshop lernst du, wie du deine Zukunft gestalten kannst – ganz ohne Schulbücher, Druck und Stress. Wir erkunden deine Talente, Wünsche und was dir wirklich wichtig ist im Leben und entwickeln gemeinsam mit der Gruppe konkrete Ideen und Möglichkeiten für deine Zukunft.



Darauf darfst du dich freuen:

- ✓ Auf einen inspirierenden Tag, an dem du ganz viel über dich lernst und der dabei garantiert auch noch Spaß macht.
- ✓ Du wirst sehen, dass es Anderen genauso geht wie dir - und gemeinsam finden wir Ideen und Möglichkeiten, sodass du voller Motivation in deine Zukunft starten kannst.

Was Life Prep nicht ist:

- ✗ Life Prep! ist keine Berufs- oder Studienwahlberatung, sondern ein Workshop, um ganz unterschiedliche Zukunftsperspektiven auszuloten.
- ✗ Wir werden dir keine fertigen Lösungen präsentieren. Du musst bereit sein, mit uns und den anderen Teilnehmern zu arbeiten und Lust haben, selber zu entdecken.



Informationen für Eltern, Lehrer und Schulen

Fragen & Antworten zum Life Prep! Workshop

Warum biete ich Life Prep! für Jugendliche an?

▶ Weil es ein absolutes Herzensaliegen von mir ist! Mit meinen Life Design Workshops möchte ich Jugendlichen dabei helfen, Klarheit über ihre Zukunft zu gewinnen, ihre Stärken zu entdecken und selbstbewusst ihren eigenen Weg zu gestalten. Warum das so wichtig ist?

Studien zeigen, dass über 53% der Jugendlichen der Durchblick bei der Berufswahl fehlt (Bertelsmann Stiftung 2022). Mehr als eine halbe Million Schulabgänger:innen machen erstmal gar nichts. Dabei sind genau diese jungen Talente in Zeiten des Fachkräftemangels dringend gefragt! Doch viele fühlen sich von der riesigen Auswahl an Möglichkeiten überfordert oder nicht ausreichend auf die Berufswelt vorbereitet. Ich weiß aus eigener Erfahrung, wie herausfordernd es sein kann, den eigenen Weg zu finden – und wie wertvoll professionelle Unterstützung ist, die über das hinausgeht, was Schule und Berufsberatung leisten können.

Was macht Life Prep! so besonders?

▶ Jugendliche haben heute kaum Zeit und Raum, sich wirklich mit sich selbst auseinanderzusetzen. Durch eng getaktete Stundenpläne und die ständige Beeinflussung durch Social Media bleibt wenig Gelegenheit, die eigenen Stärken zu entdecken und herauszufinden, was ihnen im Leben und Beruf wirklich wichtig ist. Doch genau das ist entscheidend für ihre Zukunft! Wer sich frühzeitig mit den eigenen Talenten, Werten und Wünschen auseinandersetzt, kann selbstbewusste Entscheidungen treffen, die wirklich zu einem passen – statt sich von äußeren Erwartungen treiben zu lassen. Life Prep! setzt genau hier an: Mit kreativen Methoden aus dem Design Thinking und Life Design, dem systemischen Coaching und praxisnahen Übungen.

Wie läuft der Life Prep! Workshop ab?

▶ Der Workshop ist interaktiv, kreativ und praxisnah gestaltet. Statt trockener Theorie durchlaufen die Jugendlichen in vier Phasen einen strukturierten Prozess, der ihnen hilft, sich selbst besser kennenzulernen. Sie entdecken ihre Stärken, Interessen und Werte und lernen, diese selbstbewusst in Bewerbungssituationen zu nutzen. Im nächsten Schritt entwickeln sie erste Zukunftsideen und testen diese direkt in kleinen Experimenten. Am Ende nehmen sie nicht nur neue Perspektiven, sondern auch konkrete nächste Schritte für ihren eigenen Weg mit.

Wer wird den Workshop durchführen?

▶ Ich werde den Workshop selber durchführen, gemeinsam mit einer:m Partner:in aus meinem Trainer:innen- und Coaching Team.

Was kostet die Teilnahme an dem Workshop?

▶ Die Teilnahme an Life Prep! ist eine wertvolle Investition in die Zukunft junger Menschen. Mir ist es deshalb ein sehr großes Anliegen, dass alle Jugendlichen die Chance haben, dabei zu sein – unabhängig von der finanziellen Situation ihrer Eltern. Falls die regulären Kosten von 145,00 € ein Hindernis darstellen, finden wir gemeinsam eine Lösung – spricht mich einfach an!

Was muss ich tun, damit mein Kind/ meine Schule an Life Prep! teilnehmen kann?

▶ Im ersten Schritt sehr gerne bei mir melden 😊.

Kurz und knapp noch ein paar Fakten über mich:

- < 9 Jahre internationale Konzerterfahrung in verschiedenen HR-Rollen (Personal)
- Zertifizierte Coachin und Persönlichkeits Trainerin
- Erfahrene Workshop Moderatorin und Lernberaterin im Unternehmenskontext
- Master of Education (Lehramt)
- Wirtschaftspsychologie, Master of Science (i.A.)



Melden Sie sich gerne
unverbindlich bei mir .

Sonja Kirchvogel

Mehr über mich und meine Arbeit:

www.sentida.de

