

Individuelles Coaching für jede*n

Unabhängig von Alter, Bildung, Herkunft, persönlicher Überzeugung oder Lebensstil bieten wir individuelles Coaching an für

- Arbeitsuchende
- Berufseinsteiger*innen (U25),
- Akademiker*innen
- Alleinerziehende
- Hochsensible / Hochbegabte
- Geflüchtete / Migrant*innen
- Reha / Schwerbehinderte
- Menschen, die von Arbeitslosigkeit bedroht sind

Darauf können Sie sich verlassen

- erfahrene Coaches, die speziell für Ihre Situation ausgesucht werden
- Einzeltermine, in denen es nur um Sie geht
- ein Coaching-Programm, das ganz auf Ihre persönlichen Bedürfnisse zugeschnitten ist
- genug Zeit, um gemeinsam mit Ihnen für Sie die beste Lösung zu finden

Coaching in Ihrer Sprache

Viele unserer Coaches sprechen neben Deutsch weitere Sprachen, so dass wir Ihr Coaching aktuell in folgenden Sprachen durchführen können:

Arabisch, Englisch, Französisch, Griechisch, Italienisch, Kurdisch, Persisch (Farsi / Dari), Polnisch, Portugiesisch, Russisch, Spanisch, Türkisch

Für andere Sprachen sprechen Sie uns bitte an!

erfolgsmanufaktur
COACHING & JOB-IMPULSE

Anmeldung und Beratungsgespräche:

Montag - Freitag: 8 - 18 Uhr

Telefon (030) 610 811 890
info@erfolgsmanufaktur.de

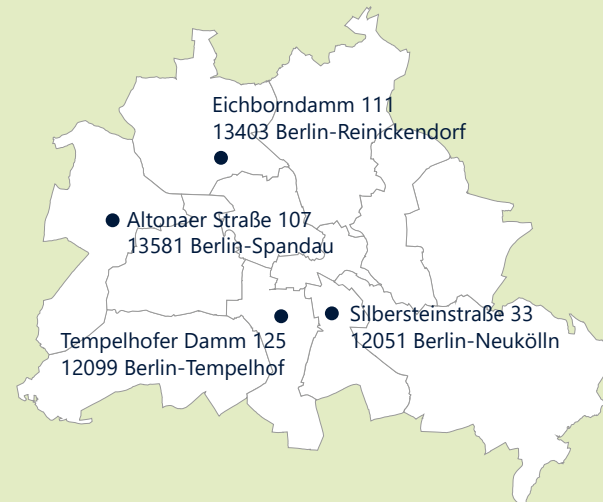
Termine können Sie auch online buchen unter
www.erfolgsmanufaktur.de

Kundenservice-Center in Berlin:

Tempelhofer Damm 125, Erdgeschoss
12099 Berlin

Maßnahmenummer: 922/27/19

Standorte für Präsenz-Coaching



Bildnachweis: Minerva Studio - stock.adobe.com

Unser zertifiziertes Vermittlungscoaching dient der Heranführung an den Ausbildungs- und Arbeitsmarkt nach § 45 Abs. 1 Satz 1 Nr. 1 SGB III.



Zertifiziert nach AZAV und DIN EN ISO 9001:2015 EPZ-15-34-T EPZ-15-34-Q

erfolgsmanufaktur
COACHING & JOB-IMPULSE

MEIN LEBEN:

BLICK NACH VORN!

MODUL 1:

Coaching in der Krise

Bundesweit
auch Online-
und Telefon-
Coaching!

EINZELCOACHING

MEHRSPRACHIG

INDIVIDUELLE TERMINE

KOSTENFREI MIT AVGS

Wege aus der Krise

Zukunftsängste, Unsicherheit, Zweifel – die aktuelle Covid-19 Pandemie und die damit verbundenen Einschränkungen des öffentlichen und privaten Lebens setzen umfassende Veränderungsprozesse in Gang. Vertraute Strukturen und Abläufe brechen zusammen, neue Wege müssen gefunden werden. Den beruflichen Entwicklungsprozessen standhalten zu können erfordert von Arbeitssuchenden und Arbeitnehmer*innen hohe Anpassungsfähigkeit.

Das Coaching „Mein Leben: Blick nach vorn!“ unterstützt Sie dabei, sich psychisch und gesundheitlich zu stabilisieren, damit ihre Arbeitsfähigkeit ohne bleibende Beeinträchtigungen erhalten bleibt.

Mit dem Blick nach vorn auf gesundheitsfördernde Maßnahmen und den Ausbau Ihrer Resilienzfähigkeit entwickeln wir mit Ihnen Strategien, um die aktuelle und zukünftige Krisen stabil zu überstehen.

Resilienz ist die Fähigkeit, an Widerständen nicht zu zerbrechen, sondern sich als widerstandsfähig zu erweisen. Resiliente Personen sind in der Lage, traumatische Situationen, Stress oder auch Krisen zu bewältigen und diese Erfahrungen positiv in ihre Psyche zu integrieren. Resilienz lässt sich erlernen.

„Mein Leben: Blick nach vorn!“ – in die Zukunft

Gemeinsam mit uns entwickeln Sie eine stabile Basis, um die eigene Arbeitsfähigkeit zu erhalten und/oder eine spätere Beschäftigung auf dem Arbeitsmarkt erfolgreich angehen zu können.

Gesundheitliche Probleme werden thematisiert und praxisnahe Lösungswege erarbeitet. Der Coach unterstützt Sie dabei, die persönliche Stressbewältigung und die seelische Widerstandsfähigkeit zu erhöhen. Im Coaching werden die Selbstmotivation und das Selbstwertgefühl aufgebaut und gestärkt.

Ziel der Maßnahme ist es, Möglichkeiten zur Selbsthilfe aufzuzeigen und individuelle Lösungsstrategien zu entwickeln.

Modul 1: Coaching in der Krise (bis zu 48 UE)

Kontaktherstellung, Situationserfassung, individuelle Unterstützung

- Aufbau eines stabilen Coaching-Verhältnisses
- Analyse der aktuellen Lebenssituation
- Anamnese und Reflexion der psychischen und körperlichen Symptome
- Erfassen der Lebensbereiche und Situationen mit Handlungsbedarf
- Herausarbeiten realistischer beruflicher und gesundheitlicher Ziele

Zusammen mit einem fachkundigen Coach arbeiten Sie u.a. an der Stabilisierung Ihrer psychischen und physischen Gesundheit und der Integration in den (Arbeits-)Alltag:

- Wahrnehmen von Stress und Stressreaktionen
- Erkennen des Zusammenspiels zwischen Angst, Stress, Entspannung und Bewältigungsfähigkeit
- Burnout-Prävention und Resilienz-Entwicklung
- Erkennen und Benennen persönlicher Ressourcen und Kompetenzen
- Analyse der individuellen Stärken
- Strategien zum Einleiten von Veränderungsprozessen
- Methoden zur Stärkung der persönlichen Ressourcen

” Wertschätzendes und offenes Verhältnis zum Coach, sehr gute Methodik, tolle Art Kritik angemessen zu äußern. Das Coaching hat mir sehr geholfen.

H. Gross, September 2020

“

Ablauf



*Nähere Informationen zum Aktivierungs- und Vermittlungsgutschein (AVGS) finden Sie unter <https://erfolgsmanufaktur.berlin/avgs.html>