GFN Gemeinsam weiterbilden

Coaching Gesundheit & Job

Kostenfrei coachen lassen – mit dem AVGS

Dein Coaching kann zu 100 % durch den Aktivierungs- und Vermittlungsgutschein (AVGS) der Agentur für Arbeit oder des Jobcenters gefördert werden. Das bedeutet: Mit diesem Gutschein nimmst du kostenfrei an deinem Jobcoaching bei uns teil.

Auch die Teilnahme an einzelnen Weiterbildungskursen ist AVGS-gefördert möglich, sofern es sich dabei um „Maßnahmen zur Aktivierung und beruflichen Eingliederung“ handelt.

Gerne beraten wir dich unverbindlich zu deinen individuellen Fördermöglichkeiten.

Wenn die Gesundheit ins Wanken gerät, wirkt sich das oft auch auf das Berufsleben aus. Vielleicht kämpfst du mit Stress, Erschöpfung oder psychischen Belastungen und spürst, dass du Unterstützung brauchst - sei es im bestehenden Job oder auf dem Weg zurück in den Arbeitsmarkt. Vielleicht liegt eine Erkrankung hinter dir, und du möchtest dich beruflich neu orientieren oder wieder einsteigen. Unser Gesundheitscoaching hilft dir dabei, neue Stabilität zu gewinnen, deine Situation zu sortieren und deinen Weg mit mehr Klarheit und Kraft weiterzugehen. Auch dein Arbeitgeber kann dich auf dieses Coaching hinweisen - zum Beispiel, wenn es darum geht, deine Rückkehr in den Berufsalltag gut zu begleiten.

Dauer

4 Monate nach individueller Vereinbarung

Kursinhalt

Nach einem Vorgespräch erhältst du eine Empfehlung für die optimale Terminplanung.

Mögliche Schwerpunkte:

- Klärung der Coaching-Schwerpunkte und Ziele
- Aktuelle Situationund Gesundheit
- Negative Gedanken und Verhaltensweisen überwinden
- Hilfsangebote rund um Gesundheit und Lebensgestaltung nutzen
- Eigene Stärken und Talente erkennen
- Betrachtung der bisherigen beruflichen Laufbahn
- Berufliche Möglichkeiten entdecken
- Umgang mit gesundheitlichen Einschränkungen im zukünftigen Berufsumfeld

Voraussetzungen

Teilnahme an einem unverbindlichen Beratungsgespräch

Lernziel

Gemeinsam betrachten wir deine gesundheitliche Situation. Du erhältst Unterstützung im Umgang mit persönlichen Problemen und alltäglichen Hürden. Du wirst dir deiner Stärken und Möglichkeiten bewusst, dein Selbstwertgefühl und deine Motivation erfahren neuen Auftrieb. Mit deinem Coach bzw. deiner Coachin entwickelst du umsetzbare Lösungen für deinen weiteren Lebens- und Berufsweg.

Zielgruppe

Arbeitsuchende und von Arbeitslosigkeit Bedrohte mit komplexen gesundheitlichen Problemlagen oder Einschränkungen

Besonderheiten

- Individuelle Starttermine nach Vereinbarung (Online/Hybrid/Präsenz)
- 2 Termine (à 90 Minuten) pro Woche
- U.U. individuelle Begleitung im Wohnumfeld