

## Coaching nach Auszeit und Reha



Ortsunabhängig



Auf Wunsch inkl. Hardware



Praxiserfahrene Trainer:innen

Du möchtest nach einer Auszeit oder gesundheitlichen Herausforderung den Weg zurück ins Berufsleben finden? In diesem Coaching unterstützen wir dich bei deinen nächsten Schritten.

Wir helfen dir dabei, deine Ziele zu klären, Bewerbungen zu meistern und deine Jobchancen auszubauen.

Gemeinsam erarbeiten wir im Einzelcoaching einen realistischen, zu dir passenden beruflichen Weg und begleiten dich bei der Umsetzung – individuell, praxisnah und auf Augenhöhe.

### Dauer

4 Wochen nach individueller Vereinbarung

### Kursinhalt

Dieses Coaching kann zwischen 1-6 Monaten dauern. Die Termine finden an 2 Tagen in der Woche statt (2 x 90 Min.). Nach einem Vorgespräch erhältst du eine Empfehlung für die optimale Terminplanung.

- › Individuelles Coaching zum beruflichen (Wieder-)Einstieg
- › Entwicklung realistischer beruflicher Ziele und Perspektiven
- › Bewerbungstraining inkl. Unterlagen-Check und digitaler Bewerbung
- › Vorbereitung auf Vorstellungsgespräche und Selbstpräsentation
- › Aufbau von beruflichen Netzwerken und Online-Jobprofilen
- › Zeitmanagement, Motivation und Resilienz im Bewerbungsprozess
- › Unterstützung bei der beruflichen Neuorientierung

### Voraussetzungen

Teilnahme an einem unverbindlichen Beratungsgespräch

### Lernziel



Wir bilden Menschen in ganz Deutschland weiter.  
Alle Standorte findest Du auf [gfn.de/standorte](http://gfn.de/standorte)



In diesem Coaching lernst du, deinen beruflichen Wiedereinstieg selbstbewusst und gut vorbereitet anzugehen – ganz gleich, ob du nach einer Auszeit, einer Reha oder im Rahmen einer beruflichen Neuorientierung zurück ins Arbeitsleben möchtest. Du klärst deine beruflichen Ziele, stärkst dein Selbstvertrauen und entwickelst individuelle Bewerbungsstrategien. Gemeinsam erarbeiten wir deine nächsten Schritte – von der digitalen Bewerbung über dein Online-Jobprofil bis hin zu realistischen Karrierewegen. Du erhältst praxisnahe Impulse, klare Struktur und neue Motivation, um deinen Weg zurück in den Beruf zu finden.

## Zielgruppe

Das Coaching richtet sich an Personen mit dem Wunsch nach beruflicher (Wieder-)Eingliederung, Orientierung oder Weiterentwicklung. Zielgruppen sind unter anderem:

- › Berufsrückkehrende nach längerer Auszeit
- › Menschen in medizinischer oder beruflicher Rehabilitation mit Unterstützungsbedarf
- › Personen mit Wunsch nach beruflicher Neuorientierung oder Umstieg
- › Fachkräfte mit Berufserfahrung, die neue Perspektiven suchen
- › Arbeitsuchende mit Vermittlungshemmrischen oder Orientierungsbedarf
- › Personen mit dem Ziel, ihre Chancen auf dem Arbeitsmarkt zu verbessern

## Besonderheiten

- › Individuelle Starttermine
- › 2 individuelle Termine (à 90 Minuten) pro Woche
- › Durchführung: Online, Präsenz, Hybrid



Wir bilden Menschen in ganz Deutschland weiter.  
Alle Standorte findest Du auf [gfn.de/standorte](http://gfn.de/standorte)

