

Ziel Veränderungsprozesse, ausgelöst durch den Verlust einer Arbeitsstelle, sind herausfordernd. Ein Karrierecoaching hilft, mentale Barrieren zu überwinden und positiv und konkret in die berufliche Zukunft zu gehen. Im Fokus steht die Selbstreflexion. Der/die Coach unterstützt Sie in Ihrem beruflichen Entwicklungsprozess, indem Sie gemeinsam Ziele formulieren und deren beruflichen Sinn finden. Das Coaching geht aber darüber hinaus: Sie sichten den Arbeitsmarkt, erstellen Ihre digitale Bewerbungsmappe und bereiten sich auf Vorstellungsgespräche vor – digital und vor Ort.

Alle im Coachingprozess erarbeiteten Informationen werden streng vertraulich behandelt.

- Programm**
- Anlass, Ziele, Arbeitsweise, Inhaltsplanung
 - Biografiearbeit, Ressourcenanalyse: Was ist relevant für die Arbeitsaufnahme?
 - Stärkung des Selbstwertes, Erarbeitung des Selbstkonzeptes, Abgleich Selbst- und Fremdwahrnehmung, Analyse der Auswirkungen der Arbeitslosigkeit auf die Ich-Identität und das soziale Umfeld, Emotionsarbeit, Selbstwirksamkeitserwartungen und Selbstaufmerksamkeit
 - Reflexion und Aufarbeitung bisheriger Bewerberaktivitäten
 - Reflexion beruflicher Perspektiven und Selbstvermarktungsstrategien
 - Blockaden: Erkennen und aufbrechen
 - Stärken- und Schwächenanalyse
 - Wünsche und Visionen, Künftige Entwicklungsfelder, ungenutzte Potenziale
 - Werteanalyse, SWOT-Analyse der Bewerbungssituation (Stärken, Schwächen, Chancen, Risiken)
 - Kompletter Check der gesamten Bewerbungsunterlagen, ggf. Erstellung neuer Anschreiben / eines neuen Lebenslaufes, Erstellung einer Bewerbungsmappe als PDF
 - Hinweise auf Onlinebewerberdatenbanken
 - Simulation eines Vorstellungsgesprächs sowohl online als auch vor Ort, Selbstbild- und Fremdbildanalyse (Videoanalyse)
 - Sympathiepunkte sammeln durch Soft Skills und Smalltalk
 - Selbstmarketing & Selbstvermarktung, Selbstmotivation
 - Weg-Ziel-Planung, Aktionsplanung
 - Abschlussgespräch, Reflexion, Aussicht

Ablauf Das Einzelcoaching findet über den gesamten Prozess mit demselben Coach statt an 2 Tagen pro Woche. Ein Termin geht dabei 1,5 Stunden. Wir coachen virtuell und vor Ort.

Coaches Unser Team setzt sich aus einer Reihe erfahrener Coaches mit fundierter Ausbildung zusammen, die unterschiedliche Professionen und berufliche Hintergründe haben. Ihre Bedürfnisse stehen im Mittelpunkt – und wir legen Wert darauf, dass die „Chemie“ zwischen Coach und KlientIn stimmt.

Flyer / 17.11.2021 / Version 1