

Unser **INDIVIDUAL COACHING** bietet Ihnen Einzelgespräche mit einem qualifizierten Coach.

Zielgruppe

Personen, die sich beruflich weiterentwickeln möchten oder die durch Veränderungen in ihrem Berufsleben oder (drohende) Arbeitslosigkeit gezwungen sind, sich neu zu orientieren.

Beginn individuelle Terminabsprache

Dauer 12 Termine à 45 Minuten

Förderung

über den Aktivierungs- und Vermittlungsgutschein nach § 45 Abs. 1 Satz 1 **Nr. 1** SGB III. Sprechen Sie Ihre Arbeitsvermittlung an.

Selbstfinanzierung

eine Coaching-Einheit 60 Minuten / 60,00 €
(10 Coaching-Einheiten 500,00 €)

Allgemeine Beratung

zu allen unseren Bildungsangeboten unter Tel. 04161-50 393-10
Montag bis Freitag 9.00 bis 15.00 Uhr
kundencenter@sbb-niedersachsen.de

Zertifizierung

nach **AZAV**



Kontakt

**SBB Kompetenz gGmbH
Niedersachsen**

www.sbb-niedersachsen.de



Standort Buxtehude

Brauereiweg 4 • 21614 Buxtehude
Beratung / Kundencenter
Montag bis Freitag 9.00 bis 15.00 Uhr
Tel. 04161 / 50 393 -10
Fax 04161 / 50 393 -20

Standort Bremen

Breite Straße 33 • 28757 Bremen
Tel. 0421 / 665 944 60
Fax 04161 / 50 393 -20

Standort Oldenburg

Bahnhofsplatz 10 • 26122 Oldenburg
Tel. 0441 / 957 255-38
Fax 04161 / 50 393 -20

Standort Stade

Pferdemarkt 7-9 • 21682 Stade
Tel. 04141 / 78 788-10
Fax 04141 / 78 788-20

Standort Uelzen

Gudesstraße 44 • 29525 Uelzen
Tel. 0581/973 959-90
Fax 0581/973 926 74

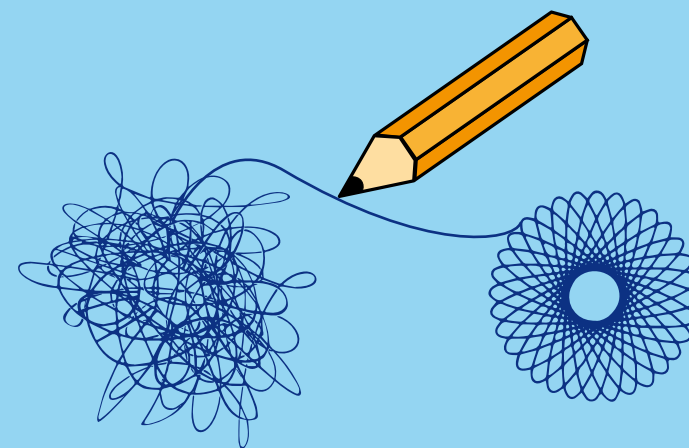
Standorte Winsen/Luhe

Rathausstraße 13-15 • 21423 Winsen
Von-Somnitz-Ring 13 • 21423 Winsen
Tel. 04171 / 788 17 47
Fax 04171 / 608 88 35

Standort Buchholz/Nordheide

Bremer Straße 11 • 21244 Buchholz
Tel. 04181/360 25 22
Fax 0581/973 926 74

INDIVIDUAL COACHING



Stand 02/2021 Gestaltung www.illustration-hochleitner.de

ORIENTIERUNG & UNTERSTÜTZUNG

INDIVIDUAL COACHING

Perspektiven

Unser **INDIVIDUAL COACHING** bietet Ihnen individuelle Lösungen für Ihr berufliches Weiterkommen.

Das Coaching ist für alle Berufswege und Branchen nutzbar.

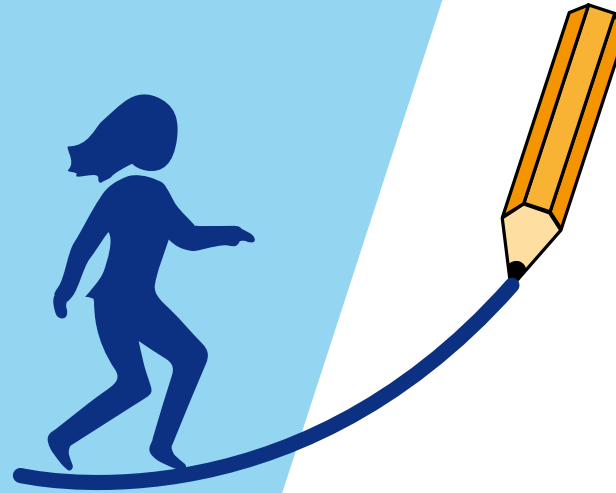
Coaching ist ein Prozess, in dem Sie gemeinsam mit Ihrem Coach Lösungsstrategien erarbeiten. Das Coaching ist ausschließlich auf Ihre Person und Ihre Situation abgestimmt. Unsere Coaches behandeln alle Inhalte Ihres Coachings absolut vertrauensvoll.

Ihr Coach regt Reflexionsprozesse an und unterstützt Sie, Ihre Ressourcen für Veränderungen zu nutzen. Sie entscheiden zu jedem Zeitpunkt, welche Themen angesprochen und welche Schritte in die Tat umgesetzt werden.

In Abhängigkeit Ihrer persönlichen Zielsetzung im **INDIVIDUAL COACHING**, greifen unsere Coaches auf bewährte und anerkannte Methoden des Coachings zurück.

Wir bieten Coachings für

- Personen, die aufgrund ihrer beruflichen Situation ein Coaching machen möchten
- Arbeitslose und von Arbeitslosigkeit bedrohte Menschen
- Kultursensibles Coaching für Migrant*innen und Geflüchtete auf Kroatisch, Englisch und Arabisch
- Akademiker*innen
- Personen ab 50 Jahren: Perspektivcoaching 50plus



Ziele

- Berufliche Neuorientierung
- Selbstvermarktungsstrategien
- Marktadäquates Bewerberverhalten
- Bewerbungsmanagement
- Stärkung der Selbstwahrnehmung
- Erweiterung von Handlungskompetenzen
- Rollenreflexion
- Karriereplanung
- Existenzgründung
- Übernahme von Führungspositionen
- Lösung von Teamkonflikten
- Abbau von Arbeitsstress
- Vermeidung von Burnout
- Gesundheitsorientierung

Feedback

Wir werten unsere Coaching-Prozesse regelmäßig aus und überprüfen unsere Qualität. Jeder Teilnehmer / jede Teilnehmerin gibt uns nach dem Coaching ein Feedback.

Darüber erhalten wir positive Rückmeldungen und Sie einen Einblick darin, was Coaching leisten kann:

„Mein Coach hat mich sehr professionell begleitet. Ich habe viele neue Impulse bekommen, die ich für meine weitere Berufswegeplanung nutzen kann.“

„Der Coaching-Prozess war sehr hilfreich, ich konnte meine eigene Rolle reflektieren und darüber Klarheit für meinen weiteren beruflichen Weg bekommen.“

„Das Coaching hat mir sehr viel Kraft und Ideen gegeben, die ich für meine zukünftige Arbeit gut nutzen kann. Das Thema Work-Life-Balance ist für mich besonders wichtig geworden.“

„Über das Coaching habe ich Selbstvertrauen und Mut bekommen, um auch neue Wege zu gehen, die ich bislang nicht vor Augen hatte.“

„Ich habe gesundheitliche Einschränkungen und bin unsicher, wie ich mich bei Vorstellungsgesprächen verhalten soll. Mein Coach hat im Rollenspiel konkrete Übungen mit mir gemacht, ich kann nun besser einschätzen, wie ich wirke und mich entsprechend verhalten.“