



### Wir beraten Sie gerne

- Kontaktieren Sie uns, wir beraten Sie individuell und unverbindlich
- Kostenloses Kennenlern-Gespräch möglich



**Katharina Hartdegen**  
zertifizierte Coachin

### Öffentliche Förderung

- Wir sind nach AZAV zertifiziert und arbeiten mit der Agentur für Arbeit, dem Jobcenter und anderen Kostenträgern zusammen

### Förderungsmöglichkeiten

- Aktivierungs- und Vermittlungsgutschein (AVGS)

### Qualifikation

- Zertifizierte Coaches mit berufsbegleitender, interdisziplinärer und systemischer Coaching-Ausbildung an der IfAP (Institut für Angewandte Psychologie) in Köln

### HARTDEGEN GmbH

Kuntzestraße 72  
73079 Süßen  
Telefon 0 71 62. 94 98 99-0  
E-Mail kontakt@hartdegen.expert

## ALS FRAU GESTÄRKT ZURÜCK INS BERUFSLEBEN BEWERBERINNENCOACHING

### in Präsenz oder online

- Kostenloses Kennenlern-Gespräch
- Individuelle, bedürfnisorientierte Einzelberatung
- Systemisch, integrative, lösungsorientierte Methoden



[www.hartdegen.expert](http://www.hartdegen.expert)



### HARTDEGEN GmbH

Kuntzestraße 72 | 73079 Süßen

# Voran denken

## Zielgruppen

- Weibliche Arbeitssuchende und Berufsrückkehrerinnen, die über einen AVGS gefördert werden
- Mütter nach Mutterschutz/Elternzeit/Erziehungszeit
- Frauen, die nach privater Pflege von Familienangehörigen wieder in das Berufsleben einsteigen wollen
- Frauen, die von Arbeitslosigkeit bedroht sind

## Konzeption

- Unser Coaching ist ein professioneller, individueller Begleitprozess für Frauen, Mütter – Arbeitssuchende & Wiederkehrerinnen ins Berufsleben
- Unser Ziel ist jeden Menschen auf dem Weg in einen passenden Beruf optimal zu unterstützen

## Maßnahmenziele

- Die Maßnahmenziele richten sich individuell nach den Teilnehmern und den mit dem Kostenträger und den Coaches vereinbarten Zielen

## Lehrmethoden

- Im Coaching arbeiten wir gemeinsam auf Augenhöhe. Sie sind dabei Experte für Ihr Leben und wir sind die Experten für den Coachingprozess und die Struktur
- Gemeinsam (re-)aktivieren wir Ihre Ressourcen und versuchen immer die Krise als eine Chance zu nutzen

## Fünf Maßnahmenbausteine bzw. Module:

Individuelle Gestaltung / modularer Aufbau

Max. 40 UEs

Max. Dauer 12 Wochen

1 UE entspricht 45 Minuten

## Maßnahmenbausteine

**1** 8 UEs

- Stärken- Schwächenanalyse inklusive Persönlichkeitstraining und eines Selbsttests
- Zielfindung & Zieldefinition

**2** 12 UEs

- Aussagefähige Bewerbungsunterlagen erstellen
- Qualifikationsmatrix/Soft-Skill-Matrix
- Verdeckter Arbeitsmarkt

**3** 8 UEs

- Vorstellungsgespräche meistern!
- 6 Phasen eines Vorstellungsgesprächs
- Selbstvermarktung/Selbstpräsentation
- Üben/Simulieren von Vorstellungsgesprächen

**4** 8 UEs

- Balance zwischen Beruf & Familie finden/halten
- Selbst- und Zeitmanagement
- Work-Life-Balance

**5** 4 UEs

- Berufliche Entwicklungspotentiale erarbeiten

