

### Zielgruppen der Coaching Maßnahme

- Arbeitssuchende und Berufsrückkehrer die über einen AVGS gefördert werden
- Menschen die von Arbeitslosigkeit bedroht sind
- Neu-, Wiedereinsteiger
- Umorientierter

### Maßnahmenziele

- Ermittlung von Potenzialen und Chancen auf dem Arbeitsmarkt
- Jobchancen erkennen und ergreifen
- Umgang mit Schwächen
- Stärkung der individuellen Ressourcen und Stärken
- Gezieltes Bewerbungstraining
- Kommunikationstraining nach Schulz von Thun
- Persönlichkeitstraining nach dem DISG-Modell

### Ihr Nutzen

- Stärken- und Schwächenanalyse – was mache ich damit?
- Ein aussagefähiges, authentisches Kurzprofil erstellen
- Vorstellungsgespräche meistern!
- Balance zwischen Beruf und Familie
- Berufliche Entwicklungspotentiale

### Wir beraten sie gerne

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

### Hartdegen GmbH

- Kunzestraße 72; 73079 Süßen Telefon 07162 949899-0
- kontakt@hartdegen.expert



**Katharina Hartdegen**  
zertifizierte Coachin

**Ralf Hartdegen**  
zertifizierter Coach

## Bewerbercoaching als Einzelmaßnahme

### Präsenz /online

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



# Voran denken

## Konzeption

- Unser Coaching ist ein professioneller, individueller Begleitprozess für Menschen die im Berufsleben (wieder) Fuß fassen wollen, oder nach beruflichen Herausforderungen suchen.

## Maßnahmenziele

- Die Maßnahmenziele richten sich individuell nach dem Teilnehmer und den mit dem Kostenträger und dem Coach vereinbarten Zielen

## Lehrmethoden

- Im Coaching arbeiten wir gemeinsam auf Augenhöhe. Sie sind da bei Experte für Ihr Leben und wir sind die Experten für den Prozess und die Struktur
- Wir sind wertschätzende und aufmerksame Zuhörer, die mit einer Vielzahl an Tools die richtigen Fragen stellen und Ihnen Hilfe zur Selbsthilfe bieten
- Gemeinsam (re-) aktivieren wir ihre Ressourcen und versuchen immer die Krise als eine Chance zu nutzen
- Wir arbeiten mit Perspektivwechseln, Aufstellungsarbeiten und analogen Methoden, um an tiefsitzende Bedürfnisse – kurz das Bauchgefühl – zu kommen

## Fünf Maßnahmenbausteine

Individuelle Gestaltung

Max. 40 UEs

Max. Dauer 12 Wochen

1 UE entspricht 45 Minuten

## Maßnahmenbausteine

### 1 8 UEs

- Ist-Bild (Wer bin ich?, Wo stehe ich?)
- Zielfindung / Zieldefinition / SMART
- Meine persönlichen Visionen
- Persönliche Potenzialanalyse (SWAT-Analyse)
- Persönlichkeitstraining nach dem DISG-Modell (Inkl. Selbsttest)
- Stärken und Entwicklungsfelder definieren
- Umgang mit Schwächen

### 2 12 UEs

- Themenzentrierte Interaktion (TZI)
- Lebenslauf
- Bewerbung
- Deckblatt
- One-Pager

### 3 8 UEs

- Selbstvermarktung
- Selbstpräsentation
- Üben / Simulieren von Vorstellungsgesprächen

### 4 8 UEs

- Ressourcen (re-) aktivieren
- Zeitmanagement
- Work-Life-Balance
- Bewältigung von negativen Ereignissen im beruflichen Alltag

### 5 4 UEs

- Welcher Arbeitsgeber passt zu mir?
- Stellenrecherche
- Marktanalyse
- Online Portale, Social Media,...

