

Coaching Plus (Modul 1)

Dieses Modul ist das Flaggschiff von „Upgrade - Training & Coaching für Ihren Karriereweg“, da wir Sie hier am längsten, insgesamt bis zu 12 Wochen lang coachen, schulen und begleiten. Somit besteht ausreichend Zeit, um in Ruhe und prozessorientiert an Ihrem beruflichen Erst- oder Wiedereinstieg zu arbeiten und ggf. beruflich auch mal neue Wege auszuprobieren.



Ablauf / Zeiten

Pro Woche finden - an zwei unterschiedlichen Tagen - ein Einzelcoaching und ein Gruppenworkshop statt. Für ersteres sollten Sie sich einen zeitlichen Korridor von zwei Stunden (für das Erstgespräch drei Stunden) freihalten, für den Workshop vier Stunden. Die Workshops sind in der Regel zeitlich festgelegt (vormittags von 08:30 - 12:30 Uhr), die Einzelcoachingtermine werden individuell mit Ihnen vereinbart. Dabei berücksichtigen wir nach Möglichkeit auch Ihre Bedürfnisse, müssen aber auch unseren organisatorischen Rahmen im Blick behalten.

Zwei Termine pro Woche und das war's? Nein, nicht ganz. Zu den Zeiten, an denen Sie nicht im Einzelcoaching oder im Workshop sind, sollten Sie natürlich eigenständig den Stellenmarkt sondieren, Bewerbungsaktionen starten, etc. Für etwaige Fragen hierbei stehen wir Ihnen zur Verfügung.

Wenn Sie mal verhindert sind - z. B. weil Sie krank sind: Ausgefallene Termine werden nachgeholt. Sollte dies in der gleichen Woche nicht möglich sein, dann in der Folgewoche.

Die Inhalte

- Entwicklung einer individuellen Selbstvermarktungsstrategie
- Optimierung der Bewerbungsunterlagen
- Vorstellungsgesprächstraining
- Vorbereitung auf Personalauswahlverfahren (Assessment Center)
- Networking - analog und auf Businessplattformen
- Klärung der beruflichen Perspektiven (Standortbestimmung)
- Identifizierung und Bearbeitung von Hemmnissen bei der Arbeitsmarktintegration
- gemeinsame Stellensuche
- Arbeiten in der Digitalen Arbeitswelt - Arbeitswelt 4.0

Die Starttermine im Jahr 2022

- | | | | | |
|---------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 10.01. | <input type="checkbox"/> 21.03. | <input type="checkbox"/> 30.05. | <input type="checkbox"/> 08.08. | <input type="checkbox"/> 17.10. |
| <input type="checkbox"/> 24.01. | <input type="checkbox"/> 04.04. | <input type="checkbox"/> 13.06. | <input type="checkbox"/> 22.08. | <input type="checkbox"/> 31.10. |
| <input type="checkbox"/> 07.02. | <input type="checkbox"/> 18.04. | <input type="checkbox"/> 27.06. | <input type="checkbox"/> 05.09. | <input type="checkbox"/> 14.11. |
| <input type="checkbox"/> 21.02. | <input type="checkbox"/> 02.05. | <input type="checkbox"/> 11.07. | <input type="checkbox"/> 19.09. | <input type="checkbox"/> 28.11. |
| <input type="checkbox"/> 07.03. | <input type="checkbox"/> 16.05. | <input type="checkbox"/> 25.07. | <input type="checkbox"/> 04.10. | |



Upgrade - Training & Coaching für Ihren Karriereweg ist ein Angebot (§45 SGB III) der Agentur für Arbeit Gießen, um sie bei ihrem beruflichen Wieder- oder Erst- einstieg professionell zu unterstützen.

Da eine zielgerichtete und **individuelle Unterstützung** von Aspekten wie dem Berufsfeld, der beruflichen Ziel- richtung und der individuellen Ausgangssituation ab- hängig ist, stehen 3 verschiedene Module zur Verfü- gung, die sich in ihrem Schwerpunkt und in ihrer Dauer unterscheiden. Gemeinsam haben alle Module, dass sie neben **Gruppenveranstaltungen** auch ein ergänzen- des **Einzelcoaching** beinhalten.

Die Durchführung erfolgt durch uns, die Sprache & Bildung GmbH. Wir sind ein privater Weiterbildungsträger und Arbeitsvermittler, der seit fast 40 Jahren in Hessen, Thüringen, Niedersachsen und Rheinland-Pfalz tätig ist. An unserem Standort in Gießen schulen und coachen wir seit rund 14 Jah- ren pro Jahr bis zu 250 Teilnehmende mit akademischen Berufsabschlüssen, Fach- und Führungskräfte.

Ihre Ansprechpartner/innen
Herr Lipka t.lipka@sprache-und-bildung.de
0641 97908915
Frau Straka s.straka@sprache-und-bidung.de
0163 4975355
Herr Prax v.prax@sprache-und-bildung.de
0641 9753060

Das Coaching und die Gruppenveranstaltungen starten zunächst **online**, je nach Entwicklung des Pandemiege- schehens ist später dann der Übergang in eine Hybridform geplant. Die Online-Schulungen und -Coachings erfolgen via MS Teams. Hierzu erhalten Sie von uns kostenfrei einen lizenzierten Account bzw. Zugangsdaten für das Office365, das auch MS Teams enthält. Dieses können Sie auf Ihrem Endgerät installieren, wahlweise aber auch mit der Online-Version arbeiten. Sollten Sie noch nicht mit MS Teams gearbeitet haben, erhalten Sie von uns ein Hand- out und ein Einführungsvideo zugemailt, sobald Sie teil- nehmen, erfolgt dann eine entsprechende Einweisung. Die später geplanten Präsenzphasen würden dann in der Katharinengasse 14 in Gießen stattfinden.



Ihr Weg zu Ihrem Training & Coaching

Ihr/e Arbeitsvermittler/in klärt mit Ihnen, welches Modul aktuell für Sie passend ist, wann dieses beginnt und gibt diese Information an uns weiter. Daraufhin treten wir mit Ihnen per E-Mail oder telefonisch in Kontakt, um diesen Termin zu bestätigen und um etwaige Fragen zu klären. Die notwendigen Formulare, die Sie zunächst ausfüllen müs- sen, bevor wir Ihnen die Login-Daten für Ihren Office365-Zugang übermitteln können, mailen wir Ihnen dann zu.