

# Einzelmaßnahme - "myway Ganzheitliche Berufsorientierung"



## Maßnahmenvolumen:

- Unterrichtseinheiten: 10 - max. 120 UE à 45min.
- Bei Genehmigung einer geringeren Stundenanzahl werden die Inhalte der Maßnahme dem persönlichen Bedarf angepasst.

## Coachingzeitraum:

- Feste Termine nach vorhergehender Terminplanung.
- Die Coachings können Montag - Samstag in Voll- und Teilzeit stattfinden.
- Ein Einstieg ist jederzeit möglich/ mindestens 2 Termine die Woche.



## Unterrichtsform des Coachings

- Einzelcoaching 1:1, kein Coachwechsel
- Online Coachings sind bundeweit möglich (für den Online Unterricht wird benötigt: ein Computer, Tablet oder Smartphone mit Kamera und Mikrofon)



## Vorgespräch und Eignungsfeststellung:

- Dokumentation und Erfassung in der Teilnehmerdokumentation

## Onboarding

- Anwesenheitsdokumentation
- technische Einweisung

## Kursteil 1: Ist-Situation

- Erhebung individueller Lebensumstände - Personengebundene Besonderheiten
- Ermittlung der Förderschwerpunkte besonderer Personengruppen unter Berücksichtigung der individuellen Lebenssituation und Vermittlungshemmnissen
- Ermittlung der Auswirkungen von exzessiver Nutzung digitaler Medien auf eine langfristige berufliche und persönliche Entwicklung

## Kursteil 2: Persönlichkeitsanalyse & Profiling

- Durchführung Potenzialanalyse und ggfs. Persönlichkeitstests
- Feststellung Kompetenzen, Fähigkeiten, Schlüsselqualifikationen im Kontext der nachhaltigen Berufsorientierung
- Feststellung der Stärken und Schwächen SWOT Analyse
- Erstellung eines Kompetenzprofil (Fach,-Sozial,-Kommunikation- und Methodenkompetenz)
- Identifizierung des Weiterbildungs- und Zusatzqualifikationsbedarfs, Neuorientierung und Umschulung
- Unterstützung bei der Suche nach einem Arbeitgeber zur praktischen Erprobung

## **Kursteil 3: Berufliche Orientierung & Berufseinstieg**

- Entwicklung eines realistischen Berufswunsches
  - Matching-Prozess zur Auswahl passender beruflicher Tätigkeiten
  - Aufbau von Handlungskompetenzen zur Bewältigung beruflicher Herausforderungen
  - Motivation und nachhaltige Karriereplanung und strategische Verfolgung der eigenen Ziele
- 

## **Kursteil 4: Bewerbungsprozess, professionelle Unterlagen & Bewerbungsauftritt**

- Formelle Aspekte im Bewerbungsprozess und Bewerbungsstrategien
  - Stellenrecherche, verdeckter Arbeitsmarkt, Online-Stellenbörsen
  - Sichtung sämtlicher bewerbungsrelevanter Unterlagen wie z.B. Zeugnisse, Zertifikate, Abschlüsse (wenn im Ausland erworben, Übersetzungen/ Anerkennungen)
  - Erstellung aussagekräftiger Bewerbungsunterlagen und passgenauen Motivationsschreiben (CV, Anschreiben)
  - Versenden von Bewerbungsunterlagen und Ergebnisdokumentation
  - Umgang mit Brüchen im Lebenslauf
  - Image-Pflege: Businessplattformen, Netzwerkarbeit, Social Media, Profil Jobbörse
- 

## **Kursteil 5: Bewerbungstraining, Präsentation & Kommunikation**

- Profilschärfung, Rhetorik und Körpersprache
  - Authentische und sympathische Selbstpräsentation, Elevator Pitch, USP
  - Training Vorstellungsgespräch, Jobinterview, Assessment
  - Die typischen Fragen im Vorstellungsgespräch/ Argumentations- und Fragetechniken
  - Kommunikationstraining / Verhaltensregeln
  - Umgang mit Schwächen
  - Gehaltsverhandlung
  - Nachbereitung, Selbstreflektion
- 

## **Kursteil 6: Nachhaltiges Gesundheitscoaching unter besonderer Berücksichtigung des Umgangs mit digitalen Medien**

- Integration formeller Aspekte im Bewerbungsprozess mit Fokus auf die Darstellung gesunder Arbeitsgewohnheiten im Umgang mit digitalen Medien
  - Hilfestellung und Aufbau von Tagesstrukturen zur Etablierung gesunder Gewohnheiten im Umgang mit digitalen Medien
  - Entwicklung der Eigenverantwortung und Förderung der persönlichen Ressourcen
  - Vermittlung von Bewegungs-Ernährungs-Präventionsmethoden
  - Hilfe bei Antragstellung berufliche Rehabilitation oder Umschulung
  - Vermittlung von Sucht-, Schuldner-, Familienberatung
  - Einleitung von Behandlung beim Haus- oder Facharzt
  - Motivation für soziale Integration (Vereinsarbeit, Ehrenamt o.ä.)
- 

## **Kursteil 7: Resilienz & soziale Kompetenz**

- Positives Mindset, Innere Haltung, Wertearbeit
  - Selbstbewusstsein, Selbstwert
  - interkulturelle Kompetenzen
  - Motivation, Umsetzung, Nachhaltigkeit
  - Innere Antreiber, Stressregulierung
  - Optimierung von Stress-, Zeit- und Konfliktmanagement
  - Gesunder und verantwortungsvoller Umgang mit Sozialen Medien
  - Nachhaltige Strategien und Selbstreflexion
- 

## **Kursteil 8: Arbeitsrecht & Einstimmung auf die neue Stelle**

- Informationen zu Beschäftigungsformen
  - Arbeitsverträge, Kündigungsschutz und Entlohnungsarten
  - Tipps für die ersten Tage in der neuen Position
- 

**[www.coaching-myway.de](http://www.coaching-myway.de)**