










## Individuelles Einzelcoaching

Finde im persönlichen Coaching Lösungen für deine Themen und gehe gestärkt deinen weiteren beruflichen Weg.



 <b>Standort</b>	Augsburg	 <b>Die nächsten Termine</b>	 <b>Ansprechperson</b>
 <b>Teilnehmerzahl</b>	Einzelcoaching	Termine auf Anfrage	Antonia Mach Tel: 0821 248098-0 Fax: 0821 248098-9 augsburg@wbstraining.de
 <b>Dauer</b>	individuell		
<b>Unterrichtszeiten</b>	Individuell		
 <b>Kosten und Förderung</b>	Bis zu 100 % kostenlos bei Förderung durch Aktivierungs- und Vermittlungsgutschein (AVGS)		 <b>Anschrift</b>
			WBS TRAINING Augsburg Bahnhofstr. 17 86150 Augsburg

**> Kursbeschreibung** Du willst deine Bewerbungsunterlagen verbessern? Du wünschst dir Unterstützung in einer herausfordernden Phase deines Lebens? Du fühlst dich durch berufliche oder private Probleme überfordert? Mit unseren Coachingangeboten unterstützen wir dich, wenn du vor einer beruflichen Veränderung oder einer vollkommenen Neuorientierung stehst oder wenn du deinen Alltag umgestalten und deine Work-Life- oder Work-Family-Balance neu ausrichten möchtest. Auch hinsichtlich deines Stress- und Zeitmanagements begleiten dich unsere erfahrenen Coaches und unterstützen dich bei allen weiteren Themen die dich beschäftigen.

**> Lernziele** Das individuelle Coaching kann die Vorbereitung deines nächsten Karriereschritts sein oder es kann dir einfach helfen, mit den Herausforderungen des Alltags selbstwirksam umzugehen. Während unseres Coachings begleiten wir dich auf deinem Weg zur Entfaltung deiner Potenziale und Fähigkeiten. Gemeinsam entwickeln wir Strategien, um dich in deinem Alltag zu entlasten und deine berufliche Zukunft zu gestalten. Du fühlst dich nach der Zusammenarbeit mit deinem Coach gestärkt, auch schwierige Lebensphasen wie beispielsweise den beruflichen Wiedereinstieg zu meistern.

**> Zielgruppe** Wenn du arbeitssuchend oder von Arbeitslosigkeit bedroht bist, oder du deine aktuelle Situation hinsichtlich deiner Alltagsgestaltung verändern möchtest, können dich unsere Coachingangebote darin unterstützen, deine individuellen Vorstellungen und Ziele zu erreichen. Entsprechend deiner Bedarfe haben unsere Angebote unterschiedliche Schwerpunkte und werden individuell auf dich abgestimmt, denn im Mittelpunkt stehst immer du mit deinen Themen, Herausforderungen und Fragen.



## > Teilnahme- voraussetzung

Mit einem Aktivierungs- und Vermittlungsgutschein (AVGS) von deiner Arbeitsagentur oder dem Jobcenter kannst du das Coaching gefördert nutzen (Förderung nach § 45 Abs. 1 Satz 1 Nr. 1 SGB III). Solltest du keine Förderung erhalten, kannst du die Angebote auch als Selbstzahler:in oder durch deinen Arbeitgeber finanziert buchen.

## > Inhalte

Je nach Ausgangssituation und persönlichem Ziel kannst du in deinem individuellen Einzelcoaching mit deinem Coach im 1-zu-1 Gespräch folgende Themen erarbeiten:

### **Kompetenzprofiling**

Strukturierte Erhebung deiner Kenntnisse und Kompetenzen

### **Bewerbungscoaching oder Bewerbungsmanagement**

Erstellung authentischer, zielgerichteter und strategisch geschickter Bewerbungsunterlagen

### **Karriereplanung oder Berufsorientierung**

Kompetenz-Profilung mit anschließender Überführung der Ergebnisse in deine Bewerbungsunterlagen

### **Digitalisierung im Bewerbungsprozess**

Besonderheiten digitaler Bewerbungsunterlagen, Chancen und Risiken sowie Nutzung von Social Media

### **Onlineangebot der Agentur für Arbeit nutzen**

Anleitung in der Nutzung der E-Services der Agentur für Arbeit und der Jobbörse

### **360° Coaching**

Modulares Angebot mit Themen wie z. B. Entfaltung deiner Potenziale und Fähigkeiten mittels Entlastungs- und Organisations-Strategien, beruflicher Zielplanung und Motivation durch neue Kraft und Selbstbestimmung

### **Stark für Job und Familie**

Etablierung der Vereinbarkeit von Job und Familie durch Stärkung der Belastbarkeit und Optimierung des Zeit- und Stressmanagements

### **Stressmanagement, Belastbarkeit, Umgang mit Krisen**

Methoden zur Resilienz-Steigerung in belastenden Situationen sowie zur Veränderung dysfunktionaler Verhaltensweisen

### **Selbstmanagement und Alltagsbewältigung**

Selbstkritische Reflektion und Neuorganisation des Alltags

### **Lebens- und Berufswegeplanung**

Analyse individueller Werte und Bedürfnisse sowie Erfolge und Niederlagen Entwicklung eines konkreten Ziel- und Umsetzungsplans

### **Hilfe zur Selbsthilfe**

Stärkung der Selbstverantwortung durch Strategien zur Problemlösung und Kennenlernen passender Hilfsangebote



## Stabilisierung einer Beschäftigungsaufnahme

Modulares Angebot zur Begleitung deines Starts in ein neues Arbeitsverhältnis nach längerer Auszeit

- >
Perspektiven nach der Qualifizierung
Nach deinem individuellen Einzelcoaching gehst du gestärkt und gut vorbereitet deinen persönlichen weiteren Weg. Du konntest deine Themen klären, kennst die Methoden und Techniken, die du brauchst, um erfolgreich weiterzumachen und fühlst dich sicher in deinem Vorgehen. Mit unseren Coachings wird dein Neustart ins Berufsleben zum Erfolg oder deine aktuelle Berufstätigkeit und Alltagsgestaltung wieder zu deiner Zufriedenheit machbar!

---

- >
Webseite
[Link zum Kurs](#)

---

- >
Weiterführende Themen
[Berufliche Integration](#)  
[Coaching und Mediation](#)



DQS-zertifiziert nach  
DIN EN ISO 9001:2015 Reg.-Nr. 015344 QM15  
Zulassung nach AZAV Reg.-Nr. 015344 AZAV



Die WBS TRAINING und ihre Angebote sind nach der "Akkreditierungs- und Zulassungsverordnung Arbeitsförderung" (AZAV) von der DQS zertifiziert und erfüllen somit bundesweit die Voraussetzungen für verschiedene Fördermöglichkeiten (z.B. Bildungsgutschein). Im persönlichen Gespräch erfahren Sie alles, was Sie noch zum Thema Arbeitsmarktchancen, Förderung, Inhalte, Trainer, Termine und Kursablauf wissen möchten. Unsere erfahrenen Weiterbildungsreferenten nehmen sich Zeit für Sie. Gerne beraten wir Sie auch bei der Wahl Ihres Schulungsortes.\*

\* Die Teilnahme an unseren Weiterbildungen im WBS LearnSpace 3D® ist am WBS-Standort in Ihrer Nähe oder mit gesonderter Genehmigung Ihres Kostenträgers auch von zu Hause möglich.



DQS-zertifiziert nach  
DIN EN ISO 9001:2015 Reg.-Nr. 015344 QM15  
Zulassung nach AZAV Reg.-Nr. 015344 AZAV

