

Teilnahmedauer: In der Regel 6 Monate.

Stundenumfang:
In der Regel **zwei persönliche Beratungseinheiten**. **Wöchentlich** jeweils mindestens 1 Stunde an verschiedenen Tagen.

Ort: Flexibel, je nach Bedarf/Wunsch.

- **Aufsuchendes Angebot:**
Besuche zuhause durch die Mitarbeiter*innen des Club Aktiv.
- Räume des Club Aktiv
- Weitere Orte möglich

Wir kommen zu Ihnen!



Eine Maßnahme von:



Jobcenter Stadt Kaiserslautern
Guimaraes-Platz 3
67659 Kaiserslautern

Tel.: 06 31 / 3 70 91-0
E-Mail: Jobcenter-Stadt-Kaiserslautern@jobcenter-ge.de



Ihre Themen: **Alles, was Ihnen weiterhilft.**

Jedes **Einzelcoaching** ist auf den jeweiligen Menschen und seine Situation **individuell zugeschnitten**. Daher ist jedes Coaching anders. Aber es gibt **Themen**, die meistens von Bedeutung sind. Hier einige Beispiele:

- Selbsteinschätzung, Selbstbewusstsein, Selbstvertrauen
- Stärken, Selbstmotivation, Kraftquellen, Selbstwirksamkeit
- Selbstfürsorge, Gesundheit, Ernährung, Bewegung
- lebenspraktische Unterstützung bei Alltagsaufgaben
- Planung und Organisation, Tagesstrukturierung, Zeit
- Umgang mit Finanzen, Geld, Schulden
- Hilfe bei Kontakt mit Behörden, Ämtern, Vermietern etc.
- soziale Beziehungen, soziales Umfeld, Familie
- Lösungsorientierung, Hemmnisse, Hürden
- Bewältigung psycho-sozialer Probleme, Mutlosigkeit, Stress, Konflikte, Auseinandersetzungen, Ängste, Krisen
- persönliche Netzwerke, weitere Hilfs- und Förderangebote
- Perspektiven für Weiterbildung, Ausbildung, Beruf
- Hilfe bei der Suche neuer, passender Erwerbsmöglichkeiten (Jobbörsen, Stellensuche, Bewerbungen)

Durchgeführt wird die Unterstützungsmaßnahme **Einzelcoaching** von:

Club Aktiv gGmbH
Bereich Arbeit – Bildung – Chancen



67657 Kaiserslautern | Maxstr. 7 |

Tel.: 06 31 / 31 04 70 15

Mehr zum Club Aktiv auf unserer Internetseite:

www.clubaktiv.de

Hilfe nutzen,

Hürden abbauen

Einzelcoaching

zur persönlichen Unterstützung und Förderung der Beschäftigungsfähigkeit für erwerbslose Menschen

Ein Unterstützungsangebot im Auftrag des **Jobcenters der Stadt Kaiserslautern**



Die Unterstützungsmaßnahme Einzelcoaching ist für:

Leistungsbeziehende Menschen, die keiner versicherungspflichtigen Beschäftigung nachgehen und Vermittlungshemmnisse aufweisen.



Es geht: **Jetzt raus aus der Spirale.**

Über **längere Zeit erwerbslos** zu sein, bedeutet mehr als keine bezahlte Arbeit zu haben. Je länger die Erwerbslosigkeit, je größer ist meist das Bündel von **schwierigen Auswirkungen**, die damit einhergehen. Häufig kommt es zu einer belastenden Spirale aus negativen Gedanken, Selbstzweifeln, Ängsten, Antriebslosigkeit. Auch zunehmende Isolation und Gesundheitsprobleme können auf Dauer zu den Folgen gehören.

Aus dieser Spirale wieder herauszufinden und neue tragfähige **Perspektiven – persönlich wie beruflich** – zu entwickeln, dafür gibt es Unterstützung durch **professionelle Beratung und Begleitung**.

Hierzu bieten wir die Maßnahme des genannten **Einzelcoachings mit Förderung des zuständigen Jobcenters**. Das persönliche Unterstützungsangebot des Einzelcoachings richtet sich an Sie, wenn Sie bereits längere Zeit Leistungen wegen Erwerbslosigkeit beziehen und eine erneute Arbeitsaufnahme sich aufgrund verschiedener **Hemmnisse und Hürden** seit längerem als erschwert gezeigt hat. Das Einzelcoaching bietet ein besonderes **Unterstützungskonzept** zur Stärkung der **individuellen Handlungskompetenz**.

Vorankommen: **Schritt für Schritt.**

Sie werden dabei unterstützt, dass Sie Ihre **Gesamtsituation aktiv verbessern**. Ein Ziel auf längere Sicht ist, dass Sie den Weg in eine passende **Erwerbsmöglichkeit mit neuen Perspektiven** finden. Es geht Schritt für Schritt und wir unterstützen Sie – so, wie es für Sie in Ihrer Situation machbar ist.

Im Zeitraum von **sechs Monaten** erhalten Sie bei wöchentlichen Terminen – auf Wunsch auch bei Ihnen zuhause – **intensive persönliche Beratung und Begleitung** („Coaching“). Sie werden von **Ihrem Berater bzw. Ihrer Beraterin** aus dem Club Aktiv Fachteam (Sozialcoaches und Psycholog*innen) in intensiven persönlichen Gesprächen und mit vielen weiteren Hilfestellungen unterstützt. Bei einzelnen Terminen kann auch Ihr Umfeld einbezogen werden.

Zu Beginn erarbeiten Sie unter Anleitung mit Ihrem Coach eine **Bestandsaufnahme für Ihre Situation**. Manches wird so erst bewusst und klar. Darauf aufbauend, entwickeln wir mit Ihnen **konkrete Ideen**, Vorschläge und Maßnahmen, die Sie beim Abbau von Hemmnissen und Hürden und beim Erreichen realistischer **neuer Perspektiven** unterstützen.

Hürden abbauen: **Für neue Perspektiven.**

Vertrauensvoller und **respektvoller Umgang** sind Grundlagen für gute Zusammenarbeit. Wir wollen im **guten Miteinander** und im positiven Klima mit Ihnen gemeinsam vorankommen. Damit Sie daraus **aktive Stärkung und neue Motivation** gewinnen – für sich selbst und für eine berufliche Zukunftsperspektive. Zu diesem Zweck bieten wir Ihnen die Möglichkeit, **Einzelgespräche, Beratung, Begleitung und praktische Unterstützung** (z.B. für Bewerbungen) sowie bei Bedarf **Kleingruppenangebote** in Anspruch zu nehmen. Dass das Einzelcoaching **aufsuchend** – also auch bei Ihnen in vertrauter Umgebung – stattfinden kann, erleichtert den Zugang.

Im Mittelpunkt stehen immer Sie und die Verbesserung Ihrer Situation. **Individualität, Selbstbestimmung und Hilfe zur Selbsthilfe** sind für uns beim Club Aktiv als durchführendem Träger wichtige Prinzipien. **Der Club Aktiv** hat als Selbsthilfeorganisation, Anbieter von Unterstützungsdiensten und **sozialer Träger** von integrativen Bildungs- und Arbeitsmarktmaßnahmen seit 50 Jahren viel Erfahrung. **Wir setzen uns für Sie ein**. Und je mehr Sie mit Hilfe unserer Unterstützung wieder selbst aktiv werden können, desto mehr bringt es Sie weiter.