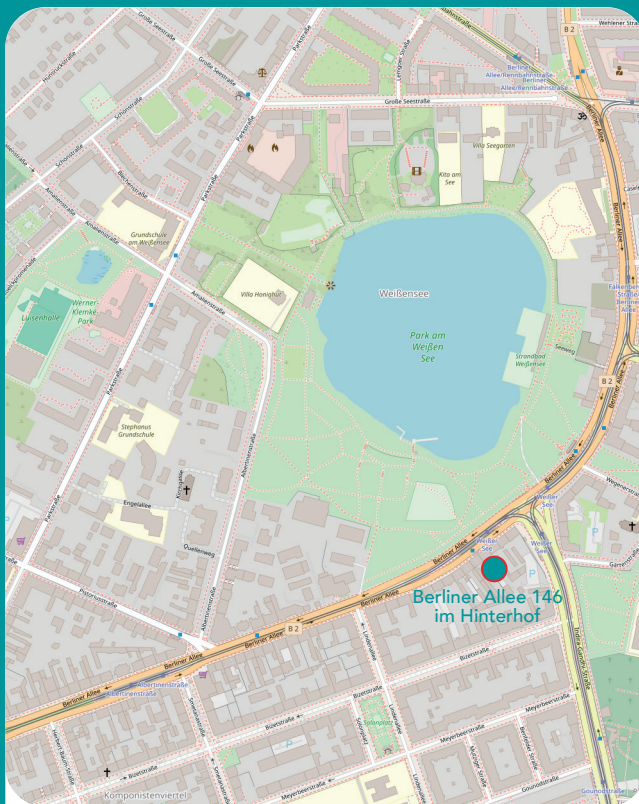




Wir sind auf folgende Bereiche spezialisiert:

- individuelles und mutgebendes Bewerbungcoaching
- Motivationscoaching
- Ressourcen- und Stärkenaktivierung
- Methoden der positiven Psychologie
- Wahrnehmungs- und Achtsamkeitsfokus
- Umgang mit ADHS
- tiefer psychologischer Ansatz
- kreative Methoden
- Ernährungs- und Bewegungcoaching
- finanzielle Bildung

**Wir begegnen dir unvoreingenommen
und offenherzig
in einer vertrauensvollen Atmosphäre.**



Comeback Coaching & Weiterbildung
Inh. M.A. Romana Schiller
Berliner Allee 146 | 13088 Berlin

☎ 030 437 319 11
☎ 0151 241 737 55
✉ info@comeback-coaching.berlin
🌐 www.comeback-coaching.berlin

Verkehrsanbindung:

 Tram 4 | 12 | 13 - Weißer See

 Bus 259 - Weißer See

 20 Min. vom S+U Alexanderplatz
8 Min. vom S Greifswalder Straße



Einzelcoaching für Arbeitslose und Arbeitssuchende

**100% gefördert durch
Arbeitsagentur & Jobcenter**

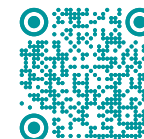
Dabei unterstützen wir dich:

-  berufliche (Neu-) Orientierung
-  Stabilisierung der physischen und psychischen Gesundheit
-  administrative und behördliche Angelegenheiten

Mit menschlicher Nahbarkeit,
Wertschätzung und Respekt
begleiten wir dich
in deinen persönlichen
und beruflichen Themen
mit einem ganzheitlichen Blick.

Deine Ansprechpartnerin
Romana Schiller

☎ 0151 241 737 55
✉ info@comeback-coaching.berlin



Individuelles Coaching zur beruflichen Orientierung

Ziele der Aktivierungsmaßnahme

- Finden einer realistischen Berufsperspektive
- Wiedereinstieg in den Arbeitsmarkt

Inhalte der Aktivierungsmaßnahme

- Analyse des Berufsweges
- ggf. Unterstützung beim Anerkennungsverfahren von Berufs- und Studienabschlüssen
- Aufzeigen der Berufswerte und Kompetenzen
- Abbau blockierender Glaubenssätze und Aufzeigen von motivierenden Denk- und Handlungsansätzen
- Ressourcen- und Stärkenaktivierung
- Aufstellung der individuellen beruflichen Rahmenbedingungen
- Erarbeitung beruflicher Interessen
- Arbeitsmarktanalyse
- Bestimmung der Zielbranche/ des Zielberufes
- Stellen- und Unternehmensrecherche
- ggf. Finden einer Weiterbildung oder Umschulung
- Erstellung/ Optimierung von Bewerbungsunterlagen
- Bewerbungstraining und Vorbereitung auf den Arbeitsmarkt
- Versenden und Nachhalten von Bewerbungsunterlagen

Aufbau- und Stabilisierungscoaching

Ziele der Aktivierungsmaßnahme

- Gesundheitliche Stärkung und Stabilisierung
- Vorbereitung auf die Beschäftigungsaufnahme

Inhalte der Aktivierungsmaßnahme

Unterstützung bei der Stabilisierung von verschiedenen Lebensbereichen

- Stabilisierung der physischen und psychischen Gesundheit
- Stärkung der Belastbarkeit und Abbau der Antriebslosigkeit und Aufbau der Eigenmotivation
- Unterstützung bei den Themen wie Antragstellung, Wohnung, Finanzen, Familie, Arztuche
- Hilfestellung bei behördlichen Angelegenheiten (z.B. Kontaktaufnahme zu Ämtern, Kita, Schule)
- Gemeinsame Strategie- und Zielentwicklung für zukünftige Schritte

Einstieg in die berufliche Orientierung:

- Analyse des Berufsweges
- Ressourcenaktivierung und Kompetenzentwicklung
- Aufzeigen beruflicher Perspektiven ggf. Alternativen
- Beratung zu einsteigenden und niederschwelligen Berufsoptionen
- Arbeitsmarktanalyse und Stellenrecherche
- Bestimmung der Zielbranchen/ des Zielberufes
- ggf. Finden einer Weiterbildung/ Umschulung

Ganzheitliches Stärkencoaching (nach 16k SGB II)

Ziele der Maßnahme

- Aufbau der (beruflichen) Handlungskompetenzen
- Beseitigung komplexer Problemlagen

Inhalte der Ganzheitlichen Betreuung

- Aufbau und Stärkung der physischen und psychischen Gesundheit
- Umgang mit diagnostizierten Krankheitsbildern
- Unterstützung bei der Anbindung an ärztliche und psychotherapeutische Fachkräfte sowie kommunale Hilfen
- Förderung der Bereitschaft Hilfe von Dritten anzunehmen
- Reflexion und Abbau von Ängsten und Unsicherheiten
- Aufbau von Resilienz und Stärkung der Belastbarkeit (Stressmanagement)
- Aufbau und Festigung des Selbstvertrauens der Selbstakzeptanz und der positiven Selbsterfahrungen
- Stärkung des positiven Selbstbildes
- Fokus auf die Selbstfürsorge und Förderung der Selbstwirksamkeit (Empowerment)
- Förderung einer geregelten Tagesstruktur und eines gesunden Schlaf-Wach-Rhythmus
- Überwindung organisatorischer Hürden
- Abbau finanzieller Probleme und Stabilisierung der Wohnverhältnisse

Maßnahme-Nr.: 955/106/24

Dauer: 2 - 12 Wochen

Stundenumfang: 63 UE (individuell anpassbar)

Einstieg: jederzeit möglich

Durchführungsart: Einzelcoaching
in Präsenz oder hybrid

Maßnahme-Nr.: 955/98/24

Dauer: 4 - 16 Wochen

Stundenumfang: 83 UE (individuell anpassbar)

Einstieg: jederzeit möglich

Durchführungsart: Einzelcoaching
in Präsenz oder hybrid

Maßnahme-Nr.: 955/5003/25

Dauer: max. 27 Wochen

Stundenumfang: 120 UE (individuell anpassbar)

Einstieg: jederzeit möglich

Durchführungsart: Einzelcoaching
in Präsenz