

VISION

ÜBERZEUGUNG

TALENTE

CHANCEN

KRAFT DER GEDANKEN

ZIELE

INTERNATIONAL MOTIVATION TRAINING

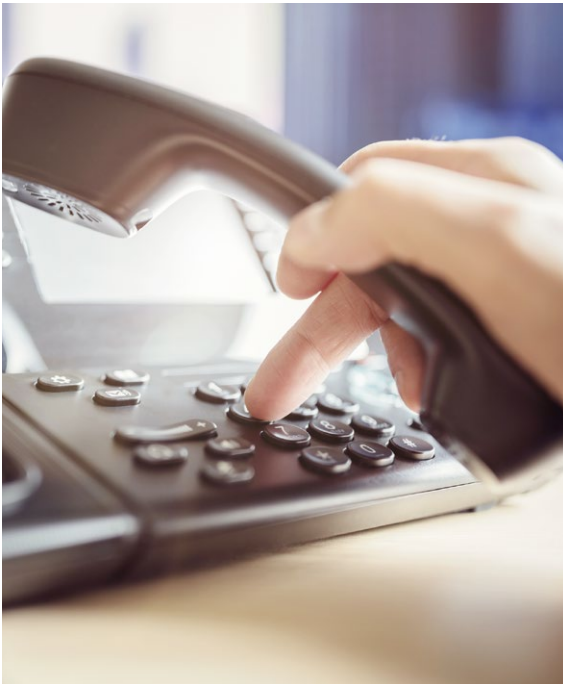


LEBEN UMKREMPELN
LEICHT GEMACHT

**HERAUSFORDERUNGEN,
LÖSUNGEN & ZIELE**

TELEFONCOACHING

INTERNATIONAL MOTIVATION TRAINING



DER VORTEIL EINER TELEFONISCHEN COACHING MAßNAHME TRIFFT BESONDERS AUF MENSCHEN ZU, DIE:

- keinen Computer zu Hause haben
- keine ausreichende Internetverbindung haben, die für ein Online-Seminar nötig wäre
- sich nicht vor einer Webcam präsentieren möchten
- nicht an Gruppenmaßnahmen teilnehmen können oder wollen
- in ländlicher Gegend mit schlechter öffentlicher Verkehrsanbindung wohnen
- kein Auto/Führerschein haben
- zeitlich nur eingeschränkt für wenige Stunden am Tag verfügbar sind
- Angehörige betreuen oder pflegen
- selbst gesundheitlich eingeschränkt sind
- zur Corona-Risikogruppe gehören und daher z. Zt. das Haus nur selten verlassen
- derzeit auf Arbeitssuche sind und diesbezüglich Unterstützung brauchen

AUF ZU NEUEN ZIELEN

Der Kurs »Herausforderungen, Lösungen und Ziele« ist zum einen für Langzeitarbeitslose entwickelt worden, die nur noch wenig oder gar keine Aktivität zeigen, die in Richtung Arbeitssuche geht.

Ebenso passend ist er für langzeitarbeitslose Menschen, bei denen eine Situation sozialer Isolation/Einschränkung befürchtet wird und daran anknüpfend eine sich entwickelnde Perspektivlosigkeit entsteht bzw. besteht.

Inhaltlich ist der Kurs so angelegt, den Teilnehmer/innen **wieder Mut zu machen, ihre eigene Stärke zu entdecken und neue Perspektiven zu schaffen**. Zudem wird ab Block 7 ein Telefonat pro Woche rein für die **Bewerbungsarbeit** verwendet.

Die Kursleiter/innen sind erfahrene und erfolgreiche Trainer/innen im Bereich Motivation. Der Kurs findet als **Einzelcoaching** statt, so dass auf die individuelle Situation und Bedürfnisse der Teilnehmer/innen eingegangen werden kann.

Dieser Kurs ist besonders für die Teilnehmer/innen geeignet, auf die einer oder mehrere der nachfolgenden Punkte zutreffen:

- glaubt nicht mehr an sich
- hat sich mit seiner/ihrer Situation abgefunden
- gibt anderen die Schuld
- ist antriebslos
- hat keine konkreten Ziele mehr für die Zukunft
- hat sich selbst aufgegeben
- Lernbereitschaft ist nicht gegeben
- Umgang mit Veränderung scheint unmöglich

- Schwierigkeiten, sich an aktuelle Umstände anzupassen
- Umgang mit sozialer Einschränkung fällt schwer
- sieht aufgrund der derzeitigen Krise keine Hoffnung/ persönliche Perspektive
- wachsende Isolation aufgrund fehlender sozialer Kontakte
- bevorstehender Rückzug in Hoffnungslosigkeit

KURZÜBERSICHT

- Einzelcoaching
- Erfahrene Trainer/innen
- 73 Einheiten in 12 Wochen
- Kosten des Kurses 3659,60 €

ZIEL DES KURSES

Die Teilnehmer/innen werden dabei begleitet sich selber neu zu verstehen oder vielleicht zum ersten Mal richtig kennenzulernen. Gemeinsam werden ihre Stärken herausgearbeitet, sowie neue und erreichbare Ziele geschaffen. Es wird ihnen geholfen, sich auch in neuen Lebensumständen zurechtfinden zu können.

Darüber hinaus werden sie in ihren Kompetenzen gestärkt und ihnen wird gezeigt, dass sie der Gesellschaft etwas Wertvolles bieten können. Indem sie sich der Eigenverantwortung für ihr Leben bewusst werden und ihr Leben selber in die Hand nehmen, können sie sich vom Jobcenter unabhängig machen.

ABLAUF DES KURSES

Der Kurs besteht aus 73 Unterrichtseinheiten (UE), die sich über 12 Wochen in 3 Coachings pro Woche à 90 Minuten erstrecken. Jedes Coaching besteht aus zwei UE.

Am Ende des Kurses findet eine sogenannte »warme Übergabe« zwischen Vermittler/in, Teilnehmer/in und Trainer/in statt. Diese dauert ca. 45 Minuten (1 UE) und dient dazu, dass alle Beteiligten sich über die Inhalte und Ergebnisse des Coachings austauschen und zusammen die nächsten Schritte festlegen. Mehr Informationen dazu am Ende dieses Flyers.

Die 90 Minuten jedes Einzelcoachings sind folgendermaßen aufgebaut:

- 1 | **30 Minuten:** Die derzeitige Situation des Kunden/der Kundin wird besprochen. Aktuelle Ängste und Sorgen werden thematisiert. Fragen zu Inhalten der letzten Sitzung werden geklärt, gegebene Hausaufgaben ausgewertet, Erfolge besprochen. Was wurde bereits umgesetzt? Was noch nicht? Woran scheitert es bisher? Was könnte besser gemacht werden?
- 2 | **45 Minuten:** Der/Die Trainer/in gibt einen klaren Input. Die definierten Themen aus den nachfolgend aufgeführten Blöcken werden besprochen. Es werden gemeinsam Übungen aus dem Arbeitsbuch gemacht.
- 3 | **15 Minuten:** Ein Tagesresümee wird gezogen. Individuelle Ziele für die Zeit zwischen den Coachings werden vereinbart und gegebenenfalls Hausaufgaben festgelegt.

Da zum Abschluss jedes Telefonats Aufgaben gemeinsam festgelegt werden, die den Teilnehmer/innen helfen, die besprochenen Themen im eigenen Alltag umzusetzen, werden schon nach wenigen Telefonaten gute Ergebnisse erzielt und es treten nachhaltig positive Veränderungen auf. Diese Erfolge motivieren zum Weitermachen und Durchhalten.

Pro Woche finden drei Telefonate statt, deren Termine individuell zwischen Trainer/innen und Teilnehmer/innen vereinbart werden.

PREISANGABEN

Diese Maßnahme kann über den AZAV abgerechnet werden und kostet insgesamt 3659,60 €. Damit liegt sie unterhalb des BDKS.

Die Kosten für das Material, sowie sämtliche Portokosten sind im Preis inbegriffen: Die Teilnehmer/innen erhalten zu dem Training ein Arbeitsbuch und zusätzliche Arbeitsblätter (z.B. Potentialanalyse, Visualisierungshilfen), die ihnen helfen, die Motivation auch nach dem Training aufrecht zu erhalten und zu steigern.



KURZÜBERSICHT DER BLÖCKE

Block 1 Vertrauen aufbauen – Erfahrungen – Gedanken

Kennenlernen – Vertrauen aufbauen – Bestandsaufnahme: Führerschein, PC-Kenntnisse, Ausbildung? – Wer bin ich? Was ist mir wichtig? – Was bedeutet Arbeit? Erfahrungen mit Arbeit, Kollegen – Arbeitslosigkeit: Warum passiert mir das (immer wieder)? – Byron Katie: Gedanken überprüfen, Glaubenssätze, Einstellung ist alles – Wie funktioniere ich gerade?

Block 2 Kraft meiner Gedanken – innere Schranken

Die drei Regeln des Denkens – zielgerichtetes positives Denken – innere vs. äußere Realität – 7 Modalverben – Unterbewusstsein – Willenskraft – Selbsterfüllende Prophezeiungen – eigene Erfolge bewusst machen – Erfolgstagebuch – Vermittlungshemmnisse: tatsächlich oder eingeredet? – Selbstsabotage

Block 3 Angst – Begeisterung – Komfortzone – Achtsamkeit

Grundformen der Angst – Welche »Angsttypen« gibt es (nach Riemann – Thomann Kreuz)? Welcher bin ich? – Umgang mit Angst im Alltag, verschiedene Techniken – Begeisterung und wie man sie selber erzeugt – Komfortzone: was ist das und wie funktioniert es? – Was ist Achtsamkeit und wie kann ich sie trainieren? – Erweiterung des Achtsamkeitsradius – Abfedern der Emotionen außerhalb der Komfortzone durch Achtsamkeit

Block 4 Stärken entdecken

10 persönliche Stärken nennen – SWOT-Analyse – Eigen- und Fremdanalyse der Fähigkeiten – Welche Tätigkeiten passen dazu? – Persönlichkeitstest (DISG) – Wie funktioniere ich? – Andere verstehen – Haus des Traumjobs – Antreibertest

INTERNATIONAL MOTIVATION TRAINING



Block 5 Lebensträume und Ziele

Dieser Block läuft nach der kreativen »Walt-Disney-Methode« ab: Was möchte ich in meinem Leben erreichen? – Warum sind meine Träume für mich attraktiv? – SMARTe-Ziele erarbeiten mit Termin – »realistisches Denken« üben: Passe ich mit meinem Arbeitstypus, meiner Belastbarkeit, meinen Fähigkeiten und meiner Persönlichkeit zum geplanten Job? – Sind die Ziele realistisch oder sollte ich sie anpassen, den Zeithorizont verändern, einen anderen Weg suchen, mir Unterstützung holen?

Block 6 Das Geld liegt auf der Straße

Erklärung des heimischen Arbeitsmarkts (aus Kundensicht) – Wie werden heutzutage Jobs gefunden? – kreativ werden – Lebenslauf und Bewerbungsschreiben – Wichtigkeit der Unterlagen – Aufbau – Womit macht man im Lebenslauf Eindruck? – Worauf ist beim Anschreiben zu achten? – Gemeinsame Besprechung/Erstellung der nötigen Unterlagen – Hilfe zur Selbsthilfe

Block 7 Zeit- und Energiemanagement – Resilienz

Bleibe ich immer an dem dran, was ich mir vorgenommen habe? – Dürfen sich Ziele ändern und wie kann ich sie anpassen? – Wie schaffe ich es »am Ball« zu bleiben? – Zeitmanagement – Energiemanagement – mit Misserfolgen umgehen und aus ihnen lernen – Resilienz: was ist das und wie kann man das üben?

Block 8 Ärger-Management – Achtsamkeit

Wut und Ärger-Management – eigene Auslöser im Alltag wahrnehmen – Umgang mit Stress – Entspannen – Den eigenen Akku wieder aufladen, was hilft mir dabei? – Mit welchen Inhalten und Themen fülle ich meine Psyche und Seele aus? – Auf welche Ressourcen um mich herum kann ich zugreifen?

Block 9 Erster Eindruck – Vorstellungsgespräch – Selbstpräsentation

Wie schaffe ich einen positiven ersten Eindruck und warum ist das so wichtig? – Innere Haltung beim Bewerbungsgespräch – Übung: »In den Schuhen des Personalers« – Vorbereitung auf ein Vorstellungsgespräch – Welche Frage steckt hinter der Frage? – Üben von mehreren Bewerbungsgesprächen in unterschiedlichen Settings – Feedbacks, Besprechungen

Block 10 Reflektieren alter Bewerbungsgespräche – Umgang mit Absagen

Unangenehme Situationen aus alten Bewerbungsgesprächen besprechen, analysieren und dem Ganzen einen neuen Rahmen geben (Reframing) – Was würde ich heute besser machen? – Umgang mit Absagen: alles passiert aus einem Grund – Was kann ich aus einer Absage positives lernen? – Selbstmitgefühl lernen und üben

Block 11 Positives Verhalten in der neuen Firma – Konfliktlösung und Kommunikationskompetenz – Umgang mit Führungskräften und Selbstführung

Einem Team beitreten, wie kann ich mit anderen erfolgreich zusammenarbeiten? – Feedback bekommen und geben – verschiedene Persönlichkeitstypen – Umgang mit möglichen Konflikten – Übung: »In den Schuhen der Kollegen« – Schulz von Thun »4-Ohren-Modell« – gewaltfreie Kommunikation – Vermittlung von Führungstheorien und -kompetenzen – Übung: »In den Schuhen der Chefin«: was will sie von mir, warum handelt sie so? Ihre Motivation

Block 12 Integration ins Team – Teambuilding – Netzwerken – Zusammenfassung

Teamdynamiken: verschiedene Rollen im Team – Wie funktioniert Teambuilding? – Wie funktionieren Netzwerke und warum sind sie so wichtig? – Netzwerke schaffen und aufbauen – Welche neuen Erkenntnisse hat das Coaching gebracht? – Wie visualisiere ich meine Erfolge? – Zusammenfassung aller Ziele und Vorbereitung der warmen Übergabe

INTERNATIONAL MOTIVATION TRAINING



© Shutterstock/Itzes/23028455

DIE »WARME ÜBERGABE« FÜR DIREKTES, ERFOLGREICHES WEITERARBEITEN

Nach dem Telefoncoaching findet eine sogenannte »warme Übergabe« statt – natürlich telefonisch! Der/Die Leistungsempfänger/in bespricht am Telefon zusammen mit seinem/ihrer Coach und der jeweiligen Integrationsfachkraft (IFK) die erarbeiteten Ziele. Gemeinsam legen sie die nächsten Schritte fest. Die »warme Übergabe« vorzunehmen hat entscheidende Vorteile:

VORTEILE

FÜR DIE LEISTUNGSEMPFÄNGER/INNEN:

- 1 | Der Kunde/die Kundin wird direkt nach dem Coaching von der IFK zum Gespräch eingeladen.
- 2 | Die Ziele und Strategien werden sofort nach dem Coaching besprochen, so dass kein Motivationstief entsteht. Die IFK kann sofort mit dem Kunden/der Kundin weiterarbeiten.
- 3 | Der Coach kann vermitteln, ermutigen und bestärken, damit wirklich alle Ziele offen kommuniziert werden.
- 4 | Missverständnisse können direkt geklärt werden.
- 5 | Es werden nächste Schritte festgelegt, die für den Kunden/die Kundin annehmbar sind. Dadurch bleibt die Motivation zur Arbeitssuche und Arbeitsaufnahme möglichst lange erhalten.

VORTEILE

FÜR DIE INTEGRATIONSFACHKRAFT:

- 1 | Die IFK erhält Informationen aus erster Hand, hat die Möglichkeit nachzufragen und so wirklich neue Informationen über den/die jeweilige/n Kunden/Kundin zu erfahren.
- 2 | Ziele und Strategien können besprochen bzw. diskutiert und mögliche Einwände geklärt werden.
- 3 | Keine der Parteien kann gegeneinander ausgespielt werden, weil eine direkte Kommunikation zwischen allen drei Parteien stattfindet.
- 4 | Es können klare nächste Schritte besprochen werden. Dadurch wird eine effektive Zusammenarbeit zwischen Kunde/Kundin und IFK gesichert.

INTERNATIONAL MOTIVATION TRAINING

Titel: Bigstockphoto.com / Black Salmon / 41660925
Innen: Bigstockphoto.com / Ppnt / 168083717
Bigstockphoto.com / Vira Shalova / 44080351
Bigstockphoto.com / C27 studio / 42265812

International Motivation Training

Das Team der *International Motivation Training Deutschland GmbH* besteht aus erfahrenen und erstklassig ausgebildeten freien Trainerinnen und Trainern. Sie sind *die* Experten für Trainings zur Motivation von Mitarbeiter/innen und Führungskräften, z. B. im Jobcenter und Arbeitsagenturen, und geben außerdem erfolgreich Seminare für Kurz- und Langzeitarbeitslose.

Die Arbeitslosen werden bei ihren unterschiedlichen Herausforderungen auf dem Weg zurück in ein festes Arbeitsverhältnis – von dem sie auch leben können – zielgruppengerecht angesprochen und mit praxisnahen Inhalten unterstützt.

Unsere Seminare werden ständig an die aktuellen Entwicklungen auf dem Arbeitsmarkt angepasst. Sie haben eine Weiterempfehlungsquote von über 90 %. Unsere Teilnehmer/innen berichten regelmäßig begeistert, dass ihre Anfangserwartungen in vielerlei Hinsicht übertroffen wurden und sie sehr positiv von der überragenden Qualität unserer Maßnahmen überrascht waren.

INTERNATIONAL MOTIVATION TRAINING
Deutschland GmbH

Wichertstraße 17 · 10439 Berlin

Telefon: (030) 12 07 67 46

Fax: (030) 12 07 67 46-9

kontakt@internationalmotivation.com

www.internationalmotivation.com



Berlin, Januar 2022

**WORAUF WARTEN SIE?
TUN SIE ES EINFACH!**