

# INTERNATIONAL MOTIVATION TRAINING

## ONLINE-SEMINAR – In der Muttersprache Understanding German and Work Fokus auf FRAUENPOWER FÜR DEN DEUTSCHEN ARBEITSMARKT



Damit Sie an unserem Seminar teilnehmen können stellen wir Ihnen einen Laptop zur Verfügung. Digitale Grundkenntnisse werden Ihnen zu Beginn des Kurses vermittelt. Durch regelmäßige Übung im Online-Seminar gewinnen Sie Sicherheit im Umgang mit der Technik.



### Über das Seminar

Wie funktioniert die deutsche Kultur? Was sind die Do's und Don'ts im deutschen Alltag und auf dem deutschen Arbeitsmarkt? Welche Potentiale bringen Sie mit und wo können Sie realistische Perspektiven damit entwickeln? Welche Ziele haben Sie? Unsere Hilfestellung erstreckt sich über Konfliktmanagement bis hin zu „Rechte für Frauen“ am und außerhalb des Arbeitsplatzes. Diese Inhalte sind wichtig, weil die Frauen oft aus einer Kultur kommen, die teils sehr konträr zu westlichen Anschauungen ist. Besonders für Frauen bedeutet dies eine große Umstellung, wozu dieser Kurs geschaffen wurde. Sie lernen, sich in Ihr neues Umfeld schnell einzubringen und anzupassen, ohne Ihre eigene Kultur und Identität aufzugeben.

### Seminarinhalt

- Verständnis der deutschen Kultur
- Kulturelle Unterschiede
- Berufsbezogenes Sprachtraining
- Rolle der Familie und der Frau in der deutschen Gesellschaft
- Umgang mit persönlichen Herausforderungen
- Resilienz
- Sicherheit in Deutschland – Recht, Schutz und Gesundheit
- Eigenverantwortung (meine Zukunft – meine Verantwortung)
- Potentialanalyse
- Netzwerke aufbauen
- SMARTE Zielfindung und Zielerreichung
- Bewerbungstraining (Erstellung Lebenslauf und Motivationsschreiben)

### Maßnahmennummer

962/24/26



### Seminardauer

9 Wochen | 36 Tage insgesamt  
(18 Tage in der Muttersprache, 18 Tage Deutsch Konversationstraining)



### Uhrzeit

08:00–13:30 Uhr (30 Minuten Pause)  
+ Zusätzlich Projektarbeit in Kleingruppen  
+ 4 x 45 Min. Einzelcoaching und  
+ 1 x 45 Min. Übergabegespräch  
nach Absprache



### Voraussetzung

WLAN-Standard-Verbindung (6 Mbit)  
Onlineseminar via Zoom (den Laptop erhalten Sie vor Seminarbeginn per Kurier, den Einladungslink per eMail)



### Seminartermine

Woche 1: 09.03.2026 – 12.03.2026  
Woche 2: 17.03.2026 – 20.03.2026  
Woche 3: 23.03.2026 – 26.03.2026  
Woche 4: 30.03.2026 – 02.04.2026  
Woche 5: 07.04.2026 – 10.04.2026  
Woche 6: 13.04.2026 – 17.04.2026  
Woche 7: 20.04.2026 – 24.04.2026  
Woche 8: 27.04.2026 – 30.04.2026  
Woche 9: 04.05.2026 – 05.05.2026



### Übergabegespräche

Woche 9: 06.05. & 07.05.2026



### Seminarnummer

026-9320



### Anmeldung / Beratung

Für Rückfragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Telefonisch: +49 30 5858151-0

Oder per Email: [info@imt.training](mailto:info@imt.training)

# INTERNATIONAL MOTIVATION TRAINING



دوره آموزشی آنلاین – به زبان مادری

زبان آلمانی و کاریابی

(Understanding German and Work)  
با تمرکز بر قدرت بانوان برای بازار کار  
آلمان



ما یک لپ تاپ در اختیار شما قرار می دهیم تا بتوانید در سمینار ما شرکت کنید. در ابتدای دوره دانش پایه دیجیتال به شما آموزش داده خواهد شد. از طریق تمرین منظم در کلاس های آموزشی آنلاین ما، اعتماد به نفس کافی برای استفاده از فناوری دیجیتال را به دست خواهید آورد.

**درباره سمینار**  
فرهنگ آلمانی چگونه فرهنگ است؟ باید ها و نباید ها در زندگی روزمره و بازار کار آلمان چه چیزهایی هستند؟ چه پتانسیل های با خود به همراه دارید و کجا می توانید چشم اندازهای واقعگیرانه برای خود ترسیم کنید؟ چه اهدافی دارید؟ کمک ما به شما از "مدیریت بحران" تا "حقوق بانوان" در محل کار و خارج از محل کار را پوشش می دهد. این محتوای آموزشی اهمیت بسیاری دارد، چرا که بانوان مهاجر معمولاً از فرهنگ هایی می آیند که تا حد زیادی با نگاه غربی تفاوت دارند. این موضوع به طور خاص برای بانوان تفاوت بزرگ ایجاد می کند، که این دوره آموزشی به طور مفصل به آن می پردازد. در این دوره می آموزید، چگونه خود را وارد شرایط جدید کنید و خود را با آن تطبیق دهید، بدون آنکه فرهنگ و هویت خود را رها کنید.

## محتوای سمینار

- درک فرهنگ آلمان
- تفاوت های فرهنگی
- آموزش زبان شغل محور
- نقش خانواده و زن در جامعه آلمان
- حل و فصل چالش های شخصی
- تاب آوری روانی
- امنیت در آلمان – حقوق، محافظت و سلامت
- مسئولیت پذیری شخصی (آینده من – مسئولیت من)
- تحلیل ظرفیت های شخصی
- ایجاد شبکه ارتباطی
- هدفگذاری هوشمند و دستیابی به هدف
- تمرین درخواست کار (تهیه رزومه و انگیزه نامه)

کد دوره  
962/24/26

## طول دوره

9 هفته | در مجموع 36 روز

18 روز به زبان مادری، 18 روز مکالمه آلمانی)

## ساعت کلاس ها

از ساعت 08:00 تا 13:30

(30 دقیقه زمان استراحت)

کار پروره اضافی در گروههای کوچک

+ 4 جلسه 45 دقیقه ای انفرادی

+ 1 جلسه 45 دقیقه ای تحويل به جاب سنتر با هماهنگی قبلی



## پیش نیازها

اینترنت خانگی (حداقل 6 مگابیت)

برگزاری دوره از طریق برنامه زوم (لپ تاپتان را پیش از شروع

کلاس از طریق پست و لینک حضور در کلاس را از طریق

ایمیل دریافت خواهید کرد).



## تاریخ کلاس ها

هفته 1: 12.03.2026 – 09.03.2026

هفته 2: 20.03.2026 – 17.03.2026

هفته 3: 26.03.2026 – 23.03.2026

هفته 4: 02.04.2026 – 30.03.2026

هفته 5: 10.04.2026 – 07.04.2026

هفته 6: 17.04.2026 – 13.04.2026

هفته 7: 24.04.2026 – 20.04.2026

هفته 8: 30.04.2026 – 27.04.2026

هفته 9: 05.05.2026 – 04.05.2026



## جلسه تحويل

07.05.2026 & 06.05



## شماره سمینار

026-9320



## ثبت نام و مشاوره

با کمال میل پاسخگوی سوالات شما هستیم.

Telefonisch: +49 30 5858151-0

Oder per Email: info@imt.training

