

INTERNATIONAL MOTIVATION TRAINING

EINZEL-COACHING

Motivation & Digitale Kompetenzen



Über das Seminar

Der Umgang mit dem Computer fällt schwer, Online-Bewerbungen wirken überfordernd und digitale Technik schreckt eher ab als dass sie zu helfen scheint? Genau hier setzt unser Einzelcoaching „Motivation & digitale Kompetenzen“ an. Schritt für Schritt werden digitale Grundkenntnisse vermittelt – verständlich, geduldig und praxisnah.

Gleichzeitig geht es darum, das eigene Selbstvertrauen zu stärken, persönliche Ziele neu zu entwickeln und Motivation zurückzugewinnen. Im geschützten Rahmen mit erfahrenen Trainern werden Unsicherheiten abgebaut und neue Perspektiven eröffnet. Ziel ist es, wieder Anschluss zu finden – digital fit, innerlich gestärkt und mit mehr Klarheit für den nächsten beruflichen Schritt.

Seminarinhalt

- Eigenverantwortung
- Kraft meiner Gedanken
- Meine inneren Schranken
- Meine persönlichen Stärken herausfinden
- SMARTe-Ziele definieren
- Zeit- und Selbstmanagement
- Bewerbungsunterlagen
- Digitales Bewerben & Online-Präsenz



Coachingdauer

12 Wochen | 36 Termine insgesamt | 72 UE



Termine

Individuell abgestimmt

*3 x 90 Min. / Woche Einzelcoaching +
Übergabegespräch nach Absprache*



Übergabegespräch

Individuell gegen Ende des Coachings



Anmeldung / Beratung

Für Rückfragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Telefonisch: +49 30 120 767-46

Oder per Email: info@imt.training