

## Individuelles Job-Coaching

Job-Coaching bei cbm bedeutet: auf Sie abgestimmte Beratung für Ihre individuellen Herausforderungen rund um berufliche (Um-)Orientierung, Bewerbungsprozess, Arbeitsaufnahme sowie Planungen und Umsetzung einer Selbstständigkeit. Unsere erfahrenen Job-Coaches freuen sich darauf, Sie bei der Entdeckung Ihrer Potenziale und Ziele sowie dem Finden von Lösungen und Entscheidungen für Ihren weiteren beruflichen Weg zu begleiten. Unser Angebot ist modular aufgebaut (siehe Rückseite) und kann inhaltlich sowie zeitlich individuell zusammengestellt werden. **Es spricht Menschen jeglicher Herkunft, Qualifikation und Biografie an, die ihre weitere berufliche Laufbahn proaktiv gestalten wollen.**

### Ablauf

-  Sie kontaktieren uns und wir beraten Sie zu den Fördermöglichkeiten und den Modulen
-  Zeitnah vereinbaren wir mit Ihnen den ersten Termin (i.d.R. innerhalb von zwei Wochen nach Eingang Ihres Fördergutscheins)
-  Ihr/e Job-Coach stimmt mit Ihnen gemeinsam den Ablauf Ihres Job-Coachings ab, u.a.:
  - Welche konkreten Ziele hat Ihr Job-Coaching? Welche der Modulthemen sind relevant?
  - Zu welchen Terminen treffen Sie sich für das Job-Coaching?
  - Wie findet das Job-Coaching statt? Bei uns im Hause, online per Videokonferenz oder in einer für Sie passenden Kombination von vor Ort- und Online-Coaching.
  - Bei Bedarf auch in englischer Sprache
-  Im Rahmen der gewählten Module werden Sie in Einzelterminen von Ihrem / Ihrer Job-Coach begleitet. Der Beratungsprozess wird auf Sie individuell abgestimmt und die für Sie passenden Themen aus den Modulen behandelt.
-  Ihr Job-Coaching ist beendet, wenn die vereinbarten persönlichen Ziele erreicht wurden, auch vor Erreichung der bewilligten Gesamtstunden.

### Vertraulichkeit und Datenschutz

Ein zentrales Merkmal unseres Coachings ist Vertraulichkeit. Wir garantieren, dass sämtliche Daten und Informationen streng vertraulich behandelt werden. Auskünfte an Dritte (Kostenträger u. a.) werden nur nach Ihrer Zustimmung weitergegeben. Alle Mitarbeitenden sind zur Wahrung des Datengeheimnisses nach § 5 Bundesdatenschutzgesetz (BDSG) verpflichtet. Auch im Online-Coaching stellen wir den Datenschutz sicher. Für Bewerbungsvideos und andere Bildaufnahmen wird eine zusätzliche Vereinbarung über die Erstellung, Verwendung und Löschung des Bildmaterials miteinander geschlossen.

### Arbeitsumgebung

Unsere Räumlichkeiten liegen zentral in der Bremer Innenstadt und sind mit öffentlichen Verkehrsmitteln gut erreichbar. Sie können bei uns auch unabhängig von Ihren Coaching-Terminen einen PC-Arbeitsplatz nutzen und Ihre Unterlagen professionell bearbeiten.

### Förderung und Kosten

Unser Job-Coaching ist nach AZAV zertifiziert und förderfähig über:

- Agentur für Arbeit und Jobcenter (Aktivierungs- und Vermittlungsgutschein, AVGS)
- Deutsche Rentenversicherung, Berufsförderungsdienst der Bundeswehr (BFD)
- Ggf. weitere Förderinstrumente – sprechen Sie uns an! Wir unterstützen Sie gerne.

Die Kosten pro Job-Coaching-Stunde (45 Min.) betragen für Selbstzahlende 71,96 € (USt.-befreit).

Modul Nr.	Potenziale, Perspektiven und Bewerbung Maßnahmenummer 214/33/22, förderfähig nach § 45 Abs.1, Satz 1, Nr. 1	Std
1	<p><b>Individuelles Job-Coaching: Von Potenzialanalyse bis Vorstellungsgespräch</b> Je nach Bedarf mit individuellen Schwerpunkten, insbesondere:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Potenzialanalyse:</b> berufliche Qualifikationen, Kompetenzen, Leistungen und Erfolge analysieren • berufliche Ziele und Realisierungschancen erarbeiten (Aufgabenbereiche, Branchen, Arbeitgeber, Selbstständigkeit)</li> <li>• <b>Medien und Suchstrategien für den Arbeitsmarkt:</b> passende Job-Angebote finden • Online-Jobbörsen, Printmedien • (Online-) Netzwerken, u.a. Xing und LinkedIn • Initiativbewerbungen • Personalvermittler, Headhunter, Zeitarbeit</li> <li>• <b>Optimierung der Bewerbungsunterlagen:</b> Personalisierung der Unterlagen bezogen auf die eigenen beruflichen Ziele, Kompetenzen und Eigenschaften • Lebenslauf, Qualifikationsprofil, Kompetenzprofil zusammenstellen und gestalten • Umgang mit beruflichen Auszeiten, Familienzeiten und anderen Lücken im Lebenslauf • Online-Bewerbung und -Formulare • Kurzbewerbung • Bewerben im Ausland • Erstellung englischsprachiger Bewerbungsunterlagen</li> <li>• <b>Überzeugende Selbstpräsentation im Bewerbungsprozess:</b> Erarbeitung einer überzeugenden Selbstpräsentation für das Vorstellungsgespräch • Umgang mit schwierigen oder „unangenehmen“ Fragen • Auftritt in Online-Netzwerken • Telefonate mit Personalentscheidenden und Kontakt zu Personalberatern und -Vermittlern • Simulation von Gesprächssituationen, auf Wunsch inklusive Videoanalyse • Simulation von Online Vorstellungsgesprächen über Videokonferenz • Verhandlungssituationen (Gehalt, zusätzliche Benefits) • (Online-)Assessment-Center: Ziele, Ablauf, Vorbereitung auf mögliche Aufgaben • Self-Branding als Karrierefaktor • Strategien zur Umsetzung eines eigenständigen Markenprofils</li> </ul>	16
2	<p><b>Selbstsicherheit und Ausstrahlung im Beruf über Kommunikation und Sprechstimme</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Selbstbewusste und authentische Gestaltung von Kommunikation über Stimme, Körper und Atem • Entwicklung eines überzeugenden, lebendigen und tragfähigen Stimmklangs • Körperbewusstsein, Körpersprache und stimmlich-körperliche Präsenz • Kommunikationsfluss im Bewerbungs- und Arbeitskontext • den roten Faden behalten: konstruktiver Umgang mit Lampenfieber, Nervosität und Angst • Verbesserung des Sprachstils und der Aussprache bei Akzenten und Dialekten • souveräne Präsenz am Telefon, in Vorstellungsgesprächen, bei Präsentationen und in Meetings</li> </ul>	16
3	<p><b>Bewerbungsvideo: Originelle Ergänzung der klassischen Bewerbungsunterlagen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Professionelle Unterstützung von der Idee bis zum fertigen Bewerbungsvideo • Entwicklung eines individuellen Drehbuchs und von Texten • abgestimmte Kleidung und passendes Styling • professionelles Auftreten, Sprechen und Präsentieren vor der Kamera • passende Wahl des Drehorts, professionelles Equipment für Licht, Ton und Video • Resultat: fertige Videodatei (ein bis zwei Minuten) und Strategie zur Verwendung für Bewerbungen</li> </ul> <p><b>Voraussetzungen für ein Bewerbungsvideo: Klarheit über Potenziale, Stärken und berufliche Ziele; professionelle Bewerbungsunterlagen liegen vor.</b></p>	16
4	<p><b>Stabilisierung und Stärkung im Bewerbungsprozess</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kräfte mobilisieren nach erfolglosen Bewerbungen • Aktivierung und Erweiterung der eigenen Ressourcen zur Bewältigung negativer Ereignisse und Versagensängste für den nachhaltigen beruflichen Wiedereinstieg und den beruflichen Alltag • Zugang und Stärkung gesunderhaltender Kraftquellen im Beruf • Umgang mit erlebtem Mobbing • Burn-out Prophylaxe • Stärkung der eigenen Resilienz und Verbesserung des Umgangs mit Veränderungen in der Arbeitswelt (z.B. Digitalisierung, Home Office, Arbeitsstrukturen) • Strategien zur Erreichung und zum Erhalt der Lebensbalance (u.a. Beruf, Familie, eigene Bedürfnisse)</li> </ul>	8
Modul Nr.	Planung, Umsetzung und Stabilisierung der Selbstständigkeit förderfähig nach § 45, Abs. 1, Satz 1, Nr. 4   Maßnahme Nummer: 214/193/22	Std
5	<p><b>Gründungscoaching: Planung, Umsetzung und Optimierung</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Betrachtung der persönlichen Eignung für die Arbeit in der Selbstständigkeit • (Weiter-)Entwicklung der Geschäftsidee • Analyse des Gründungsprozesses • Markt- und Zielgruppenrecherche • Finanzierungsmöglichkeiten und Rechtsformen • Entwicklung eines Marketingkonzepts, zielorientierter Vertriebsstrategien und Präsentation des eigenen Angebots • Instrumente der Kundenakquise und Kundenbindung • Bestandsaufnahme des bisherigen Verlaufs • begleitete Kurskorrektur in konkreten, zielorientierten Schritten zur Stabilisierung oder Weiterentwicklung der Selbstständigkeit</li> </ul> <p><b>Voraussetzungen: Sie sind noch nicht selbstständig oder selbstständig im Nebenerwerb (weniger als 15 Stunden pro Woche).</b></p>	20