



Life- und Sozialcoaching (Life Plus +)

Stabilisierung ■ Veränderungsprozesse ■ Berufliche Orientierung



Es gibt schwierige Zeiten in jedem Leben und dann ist es wichtig, den Mut und den Überblick nicht zu verlieren.

Arbeitslosigkeit, gesundheitliche Belastungen, finanzielle Probleme, Spannungen in der Familie, all dies sind Herausforderungen, die viel Aufmerksamkeit und Kraft erfordern.

Fühlen Sie sich in Ihrem Leben häufig überfordert? Glauben Sie, keinen Einfluss mehr auf die Probleme nehmen zu können? Sehen Sie sich als Gefangener Ihrer Situation ohne Ausweg?

Manchmal zieht ein Problem ein weiteres nach sich. Wie ein Magnet. Schnell gerät man in einen Teufelskreis und dann ist eine Unterstützung von außen hilfreich. Und es ist keine Schande, diese auch zu suchen oder anzunehmen. Es ist, genau genommen, ein Zeichen von Stärke!

Dieses Coaching ist eine Begleitung auf Zeit, die Ihnen helfen soll, einen Überblick über Ihre Situation zu bekommen und Lösungswege zu finden.

Sozialcoaching ist eine Hilfe zur Selbsthilfe, aber es wird auch aktiv mit angepackt.

Gemeinsam gehen wir in eine neue Zukunft!

Sämtliche Inhalte werden in einem Erstgespräch in Abstimmung mit Ihnen und auf der Basis einer Analyse Ihrer individuellen Situation geplant.



Erstgespräch und Situationsanalyse



Klärung und Planung von Handlungsbedarf



Stabilisierung



Lebensgeschichte



Analyse von Zielplanung



Erhaltung von Gesundheit



Wirtschaftliches Verhalten



Wohn- und Lebenssituation



Beziehung und Kommunikation



Berufs- und Arbeitsmarktorientierung

