

Life Coaching in Hamburg

Setz die Segel neu.

☆ 100 % gefördert
durch Jobcenter /
Agentur für Arbeit

☆ Passgenaue Hilfe
durch Einzel-
coaching

☆ Individuelle
Termine und
Dauer



bbq.de/p/522

Hol dir jetzt dein Leben wieder zurück.

Plagen dich finanzielle Sorgen oder persönliche Probleme? Weißt du keinen Ausweg aus deiner Situation? Ein professionelles Life Coaching bei BBQ in Hamburg hilft dir aus vielen beruflichen und privaten Schwierigkeiten. Denn ein Life Coach unterstützt dich auf deinem Weg und zeigt dir neue, ungeahnte Perspektiven auf. Zwar kann er deine Probleme nicht einfach vom Tisch fegen. Jedoch kennt er viele Methoden, wie man schwierige Situationen in Angriff nimmt. Auf diese Art führt er dich auf einen neuen, erfolgreichen und glücklichen Weg.

- ✓ Persönliche Beratung im Einzelcoaching
- ✓ Individuelle Terminvereinbarung
- ✓ Jederzeit möglicher Beginn mit dem Life- Coaching
- ✓ Coaching in Deutsch, Englisch und Russisch

Starttermine

jederzeit

Dauer

max. 75 U.-Stunden (à 45 min) / 6 Monate,
pro Termin 4 U.-Std. mit
Coach + 1 U.-Std. Transfer-
aufgabe an ca. 2-5 Tagen /
Woche

Unterrichtszeiten

Werden individuell
vereinbart.

Maßnahmenummer

- 123/7930/23

Kontakt

Nora Bähr
Hamburg Hammerbrook
Wendenstraße 25
20097 Hamburg

040 23858310
hamburg@bbq.de

Themen des Life Coachings

Thema 1 Finanzen

- Training deiner Kompetenzen im Umgang mit Finanzen
- Unterstützung bei Mahnungen und dem Kündigen von Verträgen
- Recherche nach Beratungsangeboten in Wohnortnähe

 25 Coaching-Std.

Thema 2 Mobilität

- Analyse von möglichen Gründen für Mobilitätseinschränkungen
- Erarbeitung und Erprobung der bestmöglichen Fahrtwege
- Hilfe bei der Nutzung des öffentlichen Nahverkehrs

 25 Coaching-Std.

Thema 3 Wohnen

- Unterstützung bei der Suche nach einer passenden Wohnung
- Beantragung von Berechtigungen, Wohngeld und Zuschüssen
- Beratung bei der Verbesserung der Wohnsituation

 25 Coaching-Std.

Thema 4 Gesundheit

- Klärung von problematischen Gesundheitsaspekten
- Hilfe bei der Suche nach spezialisierten Ärzten bzw. Therapeuten
- Bewusstmachen von Risikofaktoren im beruflichen Alltag

 25 Coaching-Std.

Thema 5 Familie

- Suche nach Betreuungsmöglichkeiten für Kinder und Angehörige
- Unterstützung bei der Vereinbarkeit von Familie und Beruf
- Aktivierung und Stärkung des persönlichen Netzwerks

 25 Coaching-Std.

Thema 6 Persönlichkeit

- Reflektieren des eigenen Verhaltens in Stress-Situationen
- Verbesserung der Erreichbarkeit per Telefon und E-Mail
- Tipps zur Optimierung deines Erscheinungsbildes

 25 Coaching-Std.

Extras

Lerne Sprachen oder hol dir dein EDV-Update.

Ergänze dein Coaching mit Sprachunterricht oder verbessere deine digitalen Kompetenzen im Rahmen des Modularen Aktivierungszentrums. Wir beraten dich gerne zu den verschiedenen Möglichkeiten.

Zielgruppe und Förderung

Zielgruppe

Personen, die aufgrund von individuellen Problemlagen Schwierigkeiten bei der Aufnahme einer Beschäftigung oder beruflichen Qualifizierung haben.

Förderung

Nutze unser Angebot kostenlos. Sofern du arbeitslos oder von Arbeitslosigkeit bedroht bist, kannst du bei deiner Agentur für Arbeit oder Ihrem Jobcenter einen Aktivierungs- und Vermittlungsgutschein (AVGS) beantragen und so kostenlos an unserem Life Coaching teilnehmen.