BBQ

Coaching

AVGS-Coaching | Hybrid | Wuppertal

AVGS Life Coaching Plus

- 100% Jobcenter / Agentur für Arbeit gefördert
- Passgenaue Hilfe durch Einzelcoaching
- Individuelle Termine und Dauer

Hol dir Unterstützung für deinen Alltag.

Hast du das Gefühl, dass du in deinem Leben gerade nicht vorankommst? Ob berufliche Herausforderungen, private Sorgen oder das Verlangen nach persönlicher Entwicklung – wir alle kennen solche Phasen. Genau hier setzt unser Coaching-Angebot in Wuppertal an: In den tollen Räumlichkeiten auf dem ehemaligen ELBA-Gelände bieten wir dir nicht nur Unterstützung, sondern einen Wegweiser durch schwierige Zeiten und hin zu deinen Zielen.

- Erfahrene Coaches
- Individuelle Lösungsansätze
- Unterstützung bei Profilpflege der Jobbörse
- Auch online möglich

Starttermine
jederzeit

Dauer
3 – 8 Monate

Unterrichtszeiten
Werden individuell vereinbart.

Maßnahmenummer
› 391/0050/26

Kontakt
Dieter Korten
Wuppertal
Hubertusallee 18
42117 Wuppertal

0202 38485110

wuppertal@bbq.de

WhatsApp-Beratung
0176 86 27 83 68

Scan für mehr Infos

Inhalte des Life Coaching Plus

Schritt 1 Kennenlernen

Zum Start lernst du deinen Coach kennen. Gemeinsam schaut ihr darauf, welche Erfahrungen du bereits gesammelt hast, welche Fähigkeiten du mitbringst und wie dein persönliches Umfeld aussieht. Auch gesundheitliche Aspekte und mögliche Stolpersteine werden berücksichtigt. Aus diesem Gesamtbild ergeben sich erste, individuell passende Schritte für deinen weiteren Weg

24 U.-Std.

Themenfeld 1 Blockaden & Problemlagen erkennen

Hier nimmst du deine aktuelle Lebenssituation genau unter die Lupe. Zusammen mit deinem Coach klärst du, welche privaten oder sozialen Faktoren dich belasten – etwa familiäre Verpflichtungen, gesundheitliche Einschränkungen, finanzielle Themen oder fehlende Mobilität. Auch emotionale Belastungen und Unsicherheiten können eine Rolle spielen. Ziel ist es, Klarheit zu gewinnen und Prioritäten für die nächsten Maßnahmen zu setzen.

6 U.-Std. inkl. 2 Transfereinheiten

Themenfeld 2 Lebensperspektiven erarbeiten

Auf Grundlage der Analyse entwickelst du mit deinem Coach konkrete Vorstellungen für deine persönliche und berufliche Zukunft. Du reflektierst dein Selbstbild, setzt realistische Ziele und planst die nächsten Schritte anhand eines klaren Leitfadens. Themen wie Wohlbefinden, Alltag und gesunde Gewohnheiten werden dabei berücksichtigt.

6 U.-Std. inkl. 2 Transfereinheiten

Themenfeld 3 Stärken & Ressourcen mobilisieren

Hier aktivierst du deine vorhandenen Stärken und erarbeitest Strategien, um deinen Alltag stabiler zu gestalten – etwa im Umgang mit Finanzen, Gesundheit oder deiner Wohn- und Familiensituation. Dein Coach unterstützt dich auch praktisch, zum Beispiel beim Prüfen von Fördermöglichkeiten oder dem Reduzieren belastender Verpflichtungen.

6 U.-Std. inkl. 2 Transfereinheiten

Themenfeld 4 Geeignete Beratungs- & Unterstützungsangebote finden

Gemeinsam recherchierst und prüfst du Angebote, die zu deiner Situation passen – von Beratungsstellen über Familienhilfe bis hin zu entlastenden Diensten. Dein Coach begleitet dich bis zur tatsächlichen Inanspruchnahme und hilft dir dabei, hilfreiche Strukturen für deinen Alltag aufzubauen.

6 U.-Std. inkl. 2 Transfereinheiten

Themenfeld 5 Weiteres Vorgehen planen

Zum Abschluss reflektierst du die bisherige Entwicklung und legst fest, wie es für dich weitergeht. Du erhältst klare Impulse und Empfehlungen, welche Schritte du als Nächstes selbstständig angehen kannst, um deinen Weg weiter zu verfolgen.

6 U.-Std. inkl. 4 Transfereinheiten

Extras

+Sprachen lernen und EDV-Training möglich
Ergänze dein Coaching mit Sprachunterricht oder verbessere deine digitalen Kompetenzen im Rahmen des Modularen Aktivierungscenters. 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
Für die Förderung des Coachings beantrage bei deiner Agentur für Arbeit oder deinem Jobcenter einen Aktivierungs- und Vermittlungsgutschein (AVGS-MAT 1).