



Mehr Informationen:

Das Einzelcoaching-Kursprogramm

Mein Angebot richtet sich an Erwachsene, die sich in der Übergangsphase zwischen Studium und Beruf befinden, unzufrieden mit ihrem jetzigen Job sind oder den Beruf ganz wechseln wollen. Das Einzelcoaching unterstützt Sie, wenn Sie eine festgestellte oder vermutete ADHS-Beeinträchtigung haben und Ihre eigenen Fähigkeiten in Hinblick auf den geplanten Berufseinstieg oder eine bestehende Beschäftigung verbessern möchten. Ein Einzelcoaching bietet sich an, wenn Sie eine intensivere, individuell zugeschnittene Begleitung und Unterstützung suchen.

Mit dem **Einzelcoaching-Kursprogramm** erarbeiten wir gemeinsam zentrale Themen der ADHS-Symptomatik. Im Programm arbeiten wir an konkreten Kompetenzen, die für einen gelungenen Berufseinstieg und Ihre Arbeitsfähigkeit von Bedeutung sind. Diese Kompetenzen orientieren sich am „Erscheinungsbild“ der ADHS. Darüber hinaus werden klassische „Karrierekompetenzen“ vermittelt wie Bewerbungs-know-how, Potenzialentwicklung etc.. Das Programm orientiert sich an modernsten verhaltenstherapeutischen Methoden und fachlicher ADHS-Expertise. Zwischendrin messen wir den Erfolg des Coachings und entwickeln Ihren Zukunftsplan weiter. Mit dem Einzelcoaching

sind Sie auf dem richtigen Weg zu einer neuen beruflichen Vision voller Zuversicht und Stärke.

Der umfassende Ansatz des Programms hat das Ziel, Ihre individuelle ADHS zu verstehen, zu kontrollieren und für eine nachhaltige Verbesserung Ihrer Arbeitsfähigkeit zu sorgen. Durch den Erwerb und Ausbau entsprechender Kompetenzen ermöglicht es Ihnen, Ihre Berufsfähigkeit zu stärken und selbstbewusste Entscheidungen für Ihren weiteren Berufsweg zu treffen.

Zeiten / Termine:

Wir treffen uns online/zoom oder live in Eimsbüttel c.a. 14-tägig nach Absprache. Termine dauern 60 Minuten. Bitte vereinbaren Sie zur Vorklärung einen Termin zum Kennenlernen.