



Merkblatt vom 3. Januar 2022

# AMM Coaching

Häufen sich die Hindernisse und Schwierigkeiten im Zusammenhang mit der Kündigung oder mit der Stellensuche? Sie sind mit der aktuellen Situation der Arbeitslosigkeit so stark gefordert, dass Sie den Eindruck haben, den Überblick zu verlieren?

In der AMM Coaching werden Sie von einem Coach im Einzelgespräch individuell und bedarfsgerecht beraten und unterstützt. Sie entwickeln gemeinsam mit dem Coach Lösungsansätze und Handlungsoptionen, um Ihre aktuelle Situation im Hinblick auf den Wiedereinstieg in den ersten Arbeitsmarkt besser bewältigen zu können.

Sie nehmen in einem Zeitraum von sechs bis acht Wochen an sechs Coachings teil.

## Erfüllen Sie die Teilnahmevoraussetzungen?

- Sie wollen sich mit Ihrer aktuellen Situation auseinandersetzen und sind bereit, die Veränderungen anzugehen.
- Sie können sich in der deutschen Sprache mündlich und schriftlich verständigen (mindestens Sprachniveau B1).
- Sie haben einen Beschäftigungsgrad von mindestens 20%.

## Zielsetzungen der AMM Coaching

Je nach Ihrer individuellen Situation werden Sie zielgerichtet unterstützt.

Mögliche Themen:

- Individuelles Potential nutzbar machen
- Mit Veränderungen umgehen
- Krisensituationen bewältigen
- Eigenes Handeln reflektieren
- Auf die eigene psychische und physische Stabilität achten
- Wirkungsvoll kommunizieren
- Konfliktsituationen bewältigen und mit Kritik umgehen

## Wie läuft die AMM Coaching ab?

- Den Termin für das erste Coaching legen Sie gemeinsam mit Ihrer Personalberaterin oder Ihrem Personalberater fest.
- Sie erhalten von der Anbieterin eine schriftliche Einladung für das erste Coaching.
- Das erste Coaching beginnt mit einem Startgespräch.
- Alle weiteren Termine vereinbaren Sie direkt mit Ihrem Coach. Die vereinbarten Termine sind verbindlich.
- Während der AMM Coaching bearbeiten Sie die relevanten Themen im Hinblick auf den Wiedereinstieg in den Arbeitsmarkt.
- Zwischen den Coachingterminen bearbeiten Sie Aufträge.
- Die AMM Coaching endet mit dem Schlussgespräch.

## Haben Sie Fragen?

Bei Fragen und für ergänzende Auskünfte wenden Sie sich an Ihre Personalberaterin oder Ihren Personalberater.