

## Mobiles Coaching

Egal, ob private Krisen Sie bisher zurückgehalten haben, es an beruflicher und persönlicher Orientierung fehlt oder Sie Schwierigkeiten beim Schreiben von Bewerbungen haben – Ihr\*e gsm-Coach\*in begleitet Sie Schritt für Schritt auf Ihrem Weg in einen neuen Alltag.

- ✓ Einzelcoaching | 6 Monate Dauer | 2 Termine die Woche
- ✓ Begleitung zu Terminen
- ✓ Flexibler Coachingort
- ✓ Erreichbare Ziele stecken
- ✓ Eine neue Tagesroutine schaffen
- ✓ Stärken kennenlernen und einsetzen
- ✓ Überblick über Ihre finanzielle Situation schaffen
- ✓ Neue Tagesroutine schaffen
- ✓ Begleitung im Bewerbungsprozess

## Mobiles Coaching

### mit psychologischen Beratungsanteilen

Sie fühlen sich körperlich oder seelisch erschöpft und wollen die Wohnung am liebsten nicht mehr verlassen? Wir stellen Ihr Wohlbefinden in den Mittelpunkt, helfen Ihnen in einen geregelten Alltag zu finden und begleiten Sie zu Ärzten und Beratungen.

- ✓ Einzelcoaching | 6 Monate Dauer | 2 Termine die Woche
- ✓ Flexibler Coachingort
- ✓ Mentale Gesundheit stabilisieren
- ✓ Medizinische Hilfsangebote kennenlernen
- ✓ Begleitung zu Behörden und Arztterminen
- ✓ Erreichbare Ziele stecken
- ✓ Neue Tagesroutine schaffen
- ✓ Selbstvertrauen stärken
- ✓ Begleitung im Bewerbungsprozess

## Stabilisierende

## Nachbetreuung

Neuer Job. Neue Tagesstruktur. Damit Sie sich in Ihrem Arbeitsalltag zurechtfinden, begleitet gsm Sie und Ihre\*n Arbeitgeber\*in direkt vor Ort. Ihre persönliche Ansprechperson stärkt Ihnen den Rücken.

- ✓ Einzelcoaching | 6 Monate Dauer
- ✓ Vereinbarung des beruflichen und privaten Alltags
- ✓ Entwicklung von Tages- und Wochenplänen
- ✓ Unterstützung bei wichtigen Anträgen
- ✓ Hilfe bei der Organisation einer Kinderbetreuung
- ✓ Selbstsicherheit im Job gewinnen
- ✓ Reflexion des Arbeitsalltags
- ✓ Unterstützung bei Herausforderungen am Arbeitsplatz
- ✓ Austausch mit Arbeitgeber\*in

So finden Sie uns: gsm GmbH | Feldschmiedekamp 4 | 25524 Itzehoe

+49 4821 8047196

itzehoe@mein-gsm.de

mein-gsm.de

Telefonisch sind wir montags bis freitags in der Zeit von 08:00 Uhr bis 16:00 Uhr für Sie erreichbar.



Scannen Sie den QR-Code ein, um den gsm-Standort bei Google Maps aufzurufen.