

Präventionscoaching

Resilienzcoaching (zum Erhalt der) Arbeitsfähigkeit



Ziele:

- Erhalt des Arbeitsplatzes
- Erhalt der Arbeitsfähigkeit- und Leistungsfähigkeit
- Unterstützung während einer beruflichen Eingliederungsmassnahme
- Steigerung der Arbeitsfähigkeit

Inhalt:

- Dauert in der Regel 3-6 Monate
- Verbesserung der Selbstwahrnehmung und Selbststeuerung
- Umgang mit Stress, Druck und Ängsten
- Stärkung von Resilienz, Klarheit und Selbstverantwortung
- Entwicklung eines tragfähigen Alltags- und Berufskonzepts
- Nachhaltige Re-Integration in Beruf und/oder Lebensalltag respektive Erhalt und Berufs- und Lebensalltag
- Aufklärung und Adaption am Arbeitsplatz
- Fachkundige Hilfe vermitteln und Vernetzung zu Fachpersonen und Institutionen
- Einzel-Coaching-Gespräche
- Ersetzt nicht die therapeutische Begleitung

Nutzen:

- Frühzeitige Unterstützung von belasteten Arbeitnehmern bei Anzeichen von Erschöpfung, Überforderung, psychischem Stress oder gesundheitlicher Destabilisierung
- Vermeidung von langfristigen Arbeitsunfähigkeiten
- Unterstützung von Rückkehrenden nach Absenzen zur Stabilisierung und Prävention eines Rückfalles
- Entlastung des Arbeitgebers und der direkten Vorgesetzten
- Aufklärung und Entwicklung im Team und Unternehmen