

Aufbautraining

In einem Aufbautraining wird Ihre Belastbarkeit schrittweise trainiert und aufgebaut. Das Heranführen an den Arbeitsprozess geschieht, indem die Präsenzzeit gesteigert und wichtige Kompetenzen trainiert werden. Unser Programm beinhaltet eine Kombination aus Kompetenzmodulen, Arbeitseinheiten und Einzelgesprächen.

Rahmenbedingungen	Dauer: 6 Monate
	Pensum: Start mit mindestens 2 Stunden pro Tag (mind. 8 h/Wo)
	Start: Immer am ersten Montag eines Monats
Zielgruppe	Personen, die aufgrund einer psychischen Belastung oder Krisenerfahrung Leistungseinbussen in ihrer Arbeitsfähigkeit erlitten haben. Wir sind offen für sämtliche Krankheitsbilder und Berufsfelder.
Voraussetzungen	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Bestehende Arbeitsfähigkeit von mindestens 20% ▪ Präsenzzeit von mindestens 8 Stunden pro Woche ▪ Kennenlerngespräch vor Ort ▪ Anmeldung durch die zuständige IV-Eingliederungsperson
Zielsetzung	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Zielpensum: 6 Stunden stabile Präsenzzeit pro Tag, Arbeitsfähigkeit von 50% ▪ Stundenweiser Einsatz an einem externen Trainingsarbeitsplatz ab dem 4. Monat oder früher ▪ Arbeiten an den persönlichen Zielen, wie Stresstoleranz, soziale Fähigkeiten, berufliche Orientierung
Inhalt	Unsere Integrationstrainings bestehen aus den 3 Bausteinen Kompetenzmodule, Trainingsarbeitsplätze und regelmässige Standortgespräche.
	Kompetenzmodule: Sie nehmen an unseren Kompetenzmodulen teil. Ziel unseres Modulunterrichts ist die Förderung von Handlungs-, Sozial- und Selbstkompetenz zur Vorbereitung auf eine Arbeitstätigkeit. Das Lernen in verschiedenen Kompetenzmodulen wird nach erwachsenenbildnerischer Methode gestaltet,

	<p>das heisst prozessorientiert, dialogisch und mit grosser Mitverantwortung Einzelner und der ganzen Lerngruppe.</p>
	<p>Trainingsarbeitsplätze: Bereits in den ersten Monaten der Integrationsmassnahme leisten Sie stundenweise Einsätze an einem internen oder externen Trainingsarbeitsplatz. So können Sie Ihre Arbeitsfähigkeit in einem realistischen Arbeitsumfeld trainieren, stärken und überprüfen. Der Trainingsarbeitsplatz wird entsprechend Ihren beruflichen Zielen und Lernfeldern individuell gesucht. Unser Netzwerk von Trainingsarbeitsplätzen in verschiedenen Branchen erweitern wir stetig. Auch Schnuppereinsätze zur beruflichen Orientierung sind möglich.</p>
	<p>Standortgespräche: Während der gesamten Massnahme werden Sie von einer Bezugsperson begleitet. In den wöchentlichen Standortgesprächen werden relevante Situationen aus dem Trainingsalltag reflektiert. Der Abgleich von Selbst- und Fremdwahrnehmung sowie die Entwicklung von Problemlösestrategien dienen der Stärkung Ihrer Selbst-, Sozial- und Methodenkompetenz.</p>
<p>Mögliche Folge-massnahmen</p>	<p>Arbeitstraining Arbeitsversuch mit Coaching</p>