

Eigenverantwortlich und selbstbestimmt leben (320 LE)

Zusammenfassung

Wer mehrere Jahre lang arbeitslos ist, verliert den Anschluss an das Berufsleben und ist auf öffentliche Unterstützungssysteme angewiesen. Finanzielle oder gesundheitliche Probleme sowie ein sozialer Abstieg sind oftmals die Folge. Nicht selten passiert es, dass im Laufe der Zeit das Jobcenter mit seinen Vorgaben und Regeln die Gestaltung Ihres Alltags übernimmt. Das vorliegende Angebot hilft Ihnen daher, selbst Kompetenzen zurückzugewinnen, die für die Gestaltung eines eigenverantwortlichen und selbstbestimmten Lebens unerlässlich sind.

Die Kompetenzerweiterung vermittelt wichtige berufsfachliche Inhalte. Es können weitere Module aus dem Bereich des individuellen Coachings und der Arbeitserprobungen mit dem Kompetenzerweiterungsmodul ergänzt werden.

Kursinhalte

- ✓ Selbstorganisation und Problemlösekompetenzen
- ✓ Stressbewältigung und Resilienz
- ✓ Frustrationstoleranz, Impulskontrolle und Konfliktmanagement
- ✓ Grundlagen der Kommunikation
- ✓ Selbstwert, Selbstvertrauen und Verantwortung
- ✓ Motivation, Zuversicht und positives Denken
- ✓ Gesunde Lebensführung
- ✓ Angst und Angstbewältigung
- ✓ Umgang mit Zurückweisungen
- ✓ Medien und digitale Achtsamkeit
- ✓ Politische Bildung und finanzielle Grundbildung
- ✓ Rechte und Pflichten im ALG II-Bezug
- ✓ Vertragsabschlüsse, Widerrufe, Kündigung
- ✓ Öffentliche Netzwerke und kommunale Unterstützungsmöglichkeiten
- ✓ Mobilität
- ✓ Lern- und Arbeitstechniken

Kursnummer

AV-K-179-2

Standort

Die Teilnahme ist an vielen unserer Standorte oder - bei Zustimmung des Kostenträgers - auch von zu Hause aus möglich.

Ihr Kontakt

Bildungswerk der rheinland-rhein Hessischen Wirtschaft gGmbH

Telefon: 0261 98856100

E-Mail: zentrale@bwrw.de

Unterrichtsform

Vollzeit

Dauer

8 Wochen in Vollzeit

Kosten

€ 0,00 (mit Aktivierungs- und Vermittlungsgutschein)

5 gute Gründe für Viona

- Über 700 individuell kombinierbare Kurse
- Über 130.000 erfolgreiche Teilnehmer
- Über 90 % Weiterempfehlungsrate
- 93 % Abschlussquote Weiterbildung
- Mehr als 15 Jahre Erfahrung mit Online-Schulungen

Ihre beruflichen Perspektiven nach der Weiterbildung

Langzeitarbeitslosigkeit hat oftmals soziale, finanzielle oder gesundheitliche Probleme zur Folge. Durch diese umfassende Kompetenzerweiterung werden Sie dabei unterstützt, mögliche soziale, finanzielle und gesundheitliche Schwierigkeiten abzubauen und die Regie Ihres eigenen Lebens verantwortungsvoll zu übernehmen. Die hier vermittelten Kompetenzen kommen Ihnen selbstverständlich auch im Berufsleben zugute.

Teilnahmevoraussetzungen

Gute Grundlagenkenntnisse in der Bedienung von PC und Internet werden vorausgesetzt. Die selbständige Verwendung der deutschen Sprache ist zudem Voraussetzung, um dem Unterricht folgen zu können.

Allen Interessierten stehen wir in einem persönlichen Gespräch zur Abklärung ihrer individuellen Teilnahmevoraussetzungen zur Verfügung.

Zielgruppe

Diese Kompetenzerweiterung richtet sich an langzeitarbeitslose Personen, die einen beruflichen Wiedereinstieg erst mittelfristig anstreben und hierzu zunächst Vermittlungshemmnisse abbauen müssen. Die zur Verfügung stehenden Inhalte sollen Teilnehmende dazu befähigen, durch Hilfe zur Selbsthilfe wichtige Kompetenzen für ein eigenständiges und selbstbestimmtes Leben wiederzuerlangen.

Ihr Abschluss

Trägerinternes Zertifikat bzw. Teilnahmebescheinigung

Förderung mit Bildungsgutschein

Als zugelassener Träger nach der AZAV ist der Großteil unserer Angebote nach anspruchsvollen Qualitätsanforderungen zertifiziert. Für Sie als Kunde/Kundin der Agentur für Arbeit oder des Jobcenters bedeutet das: Ihre Teilnahme ist mit Aktivierungs- und Vermittlungsgutschein zu 100 % förderbar und für Sie selbst damit kostenlos.

Effektives und bewährtes Lernkonzept

- Virtueller Live-Unterricht in kleinen Gruppen
- Hoch qualifizierte und erfahrene Dozierende
- Praxisbezogenes Arbeiten, multimediale Werkzeuge
- Intuitive Lernplattform
- Moderne PC-Arbeitsplätze und neueste Medien
- Persönliche Unterstützung an jedem Lernort

Flexibel und individuell - Jetzt informieren!

Mit Viona finden Sie das Lernformat, welches am besten zu Ihnen passt. Viele Module sind individuell kombinierbar und können in Vollzeit oder Teilzeit durchgeführt werden. Wir beraten Sie zu Ihren ganz individuellen Möglichkeiten. Schreiben Sie uns eine E-Mail oder rufen Sie uns an.

Vielfältiger Methodenmix für Ihren Lernerfolg

Ihr Lernweg umfasst neben dem klassischen Training mit Ihren Dozierenden auch praxisnahe Übungen wie Gruppen- und Projektarbeiten, Präsentationen und Diskussionen. In der synchron begleiteten Lernzeit arbeiten Sie in Ihrem eigenen Tempo mit verschiedenen interaktiven Medien und vertiefen die Lerninhalte. Dabei steht Ihnen jederzeit unsere Lernbegleitung zur Verfügung und unterstützt Sie individuell im direkten, persönlichen Austausch – auch zur gezielten Prüfungsvorbereitung.



BWRW
BILDUNGSWERK

Herausgeber:

**Bildungswerk der rheinland-
rheinhesischen Wirtschaft gGmbH**

In den Weniken 2

56070 Koblenz

Telefon: 0261 98856100

E-Mail: zentrale@bwrw.de

Internet: <https://www.bwrw.de>

Geschäftsführer

Joachim Disser, Rainer Schleidt