

## Voraussetzungen

**Dauer:** 3 Monate  
**Durchführungsart:** In unseren Räumlichkeiten, aufsuchend und/oder online

Nach Beendigung des Coachings erhalten Sie ein Zertifikat für Ihre Teilnahme.

Mit einem AVGS (Aktivierungs- und Vermittlungsgutschein) nach §45 SGB III von Ihrer Agentur für Arbeit oder dem Jobcenter ist das persönliche Coaching für Sie zu **100% kostenfrei**.

Das Coaching kann auf **Ukrainisch/Russisch** durchgeführt werden.

## Wissenswertes

Holen Sie sich Ihren kompetenten Coach für Ihre persönliche Situation an Ihre Seite.

Unsere Coaches haben langjährige Erfahrungen in den Bereichen Bildung, Management, beruflicher Weiterentwicklung, Psychologie und sind psychologische ErsthelferInnen.

Wir unterstützen Sie auch in den Bereichen:

- Coaching für Erziehende
- Systemisches Coaching
- Konfliktlösungsstrategien
- Coaching für Selbstständige

**Systemische  
Beratung KÖLN**  
Gemeinsam zu Ihren Stärken

### Kontakt:

Jürgen Rahn  
Telefon: 0221 84589211

### Ukrainischsprachiger Kontakt:

Anastasiia Krasovska  
Mobil: 0176 40013463

[kontakt@gemeinsam-zu-ihren-staerken.de](mailto:kontakt@gemeinsam-zu-ihren-staerken.de)

### Büro Köln:

Virchowstraße 1-3  
50935 Köln

### Büro Ertstadt/Lechenich:

Frenzenstraße 6  
50374 Ertstadt-Lechenich

### Büro Frechen:

Kölner Straße 186  
50226 Frechen



[www.gemeinsam-zu-ihren-staerken.de](http://www.gemeinsam-zu-ihren-staerken.de)



## Systemisches Interkulturelles Integrationscoaching (hybrid)

Individuelles Coaching  
für ukrainische Migrant:innen

**Systemische  
Beratung KÖLN**  
Gemeinsam zu Ihren Stärken



## Coachinginhalte

Wir begleiten und unterstützen Sie:

- ✓ Ihre Potenziale und Kompetenzen zu aktivieren
- ✓ Bei Ihrem individuellen Bewerbungsprozess inkl. der Erstellung von deutschen Bewerbungsunterlagen
- ✓ Mögliche Hemmnisse zu überwinden
- ✓ Ihre emotionale Stabilität zu stärken, um Ihre Lebensqualität zu verbessern
- ✓ Mit vermittelten Praktika in unterschiedliche Arbeitsbereiche einzutauchen



## Ihre Anliegen

- Sie sind seit Kurzem in Deutschland und brauchen Unterstützung bei der Orientierung?
- Sie suchen eine Arbeitsstelle und/oder möchten sich beruflich (Neu-/Um-) orientieren?
- Sie brauchen professionelle Hilfe bei der Erstellung oder Optimierung Ihrer Bewerbungsunterlagen?
- Sie stehen an einem Wendepunkt oder befinden sich in einer Krise?
- Sie fühlen sich körperlich und/oder seelisch nicht wohl?
- Sie benötigen Unterstützung bei behördlichen Angelegenheiten, wie bspw. der Wohnungssuche?



## Ihre Vorteile

In unserem Systemischen Interkulturellen Integrationscoaching gehen wir ressourcenorientiert und wertschätzend auf Sie und Ihre individuelle Situation ein.

Zusammen entwickeln wir Strategien zur Problembewältigung. Sie bekommen mehr Klarheit über Ihre persönlichen Wünsche und Ziele.

Durch gezielte Methoden helfen wir Ihnen dabei, Ihre Motivation zu stärken und Ihre Selbstwirksamkeit zu aktivieren.

Im Fokus stehen Ihre Berufszielfindung und Orientierung auf dem Arbeitsmarkt mithilfe von begleiteten Praktika.

**Gemeinsam zu Ihren Stärken!**