

# Mein Job und ich passen nicht zusammen

Gesundheitscoaching - ganzheitliche Strategien zur beruflichen Wiedereingliederung

## ALLES IM GLEICHGEWICHT?

Unterschiedliche Gründe können dazu führen, dass eine Berufstätigkeit aus dem Gleichgewicht gerät. Gesundheit ist eine essenzielle Voraussetzung für ein stabiles Arbeitsleben. Durch das Ineinanderfließen von Arbeit und Privatleben können Ursachen und Symptome nicht mehr eindeutig einem Bereich zugeordnet werden, sondern müssen ganzheitlich betrachtet werden. So erfordert eine erfolgreiche und nachhaltige Wiedereingliederung in die Berufstätigkeit neben der Analyse der beruflichen Kompetenzen, auch die Berücksichtigung der (neuen) gesundheitlichen Situation und der dadurch veränderten verfügbaren Ressourcen.

Wenn Sie

- unter arbeitsbedingten (körperlichen sowie psychischen) Belastungen leiden,
- akute oder chronische körperliche bzw. psychische Beschwerden haben,
- von häufigem krankheitsbedingtem Arbeitsausfall oder Arbeitsplatzwechsel betroffen sind,
- sich in einer belastenden Lebenssituation befinden,
- unter Burnout leiden,
- von Mobbing oder Bossing betroffen sind,

dann sind Sie bei uns richtig. Unser Team besteht aus Psychologen, Ärzten und Gesundheitsberatern und berät Sie individuell.

Gesundheit //  
ist nicht alles,  
aber ohne  
Gesundheit ist  
alles nichts.

// Arthur Schopenhauer



Petschwork Consulting GmbH  
Pettenkoferstr. 4, 80336 München  
+49 (0) 89 54 88 45 86-0  
www.petschwork.de



## 1. STANDORTBESTIMMUNG INKL. SCREENING

Wir beginnen mit der professionellen Ermittlung Ihres Status quo unter Berücksichtigung Ihrer Gesundheitssituation. Die Zielplanung für Ihre berufliche Zukunft steht im Mittelpunkt.

## 2. STABILISIERUNG IHRER RESSOURCEN

Ziel unserer Beratung ist, Sie individuell bei dem Erhalt Ihrer Gesundheit und der Regeneration Ihrer Arbeitskraft zu unterstützen. Dies beinhaltet die Erarbeitung eines Gesundheitsplans (inkl. fachärztliche Anbindung), Strategien zu Stress- und Konfliktbewältigung, Burnout Prävention oder Hilfestellung bei Mobbing/Bossing, etc. Ihr Bedarf wird individuell ermittelt. Auf dieser Grundlage erheben wir Ihr persönliches Kompetenzprofil.

## 3. TRANSFER – BERUFLICHE ZUKUNFT

Jetzt wissen Sie, wo Sie stehen, was Sie können, was Sie motiviert, was Sie wollen und wie Sie Ihre Fähigkeiten am besten einsetzen können. Für Ihre Weiterentwicklung geben wir Ihnen individuelle Empfehlungen an die Hand, damit Sie Ihren Zielen Stück für Stück näherkommen.

## 4. FAHRPLAN

Gemeinsam mit Ihnen erstellen wir einen individuellen Fahrplan mit konkret definierten Handlungsschritten für Ihre Zukunft.

## 5. ZUM NACHLESEN

Ihre Ergebnisse aus der Beratung bei uns sowie Ihren individuellen Fahrplan können Sie am Ende natürlich mit nach Hause nehmen. Es ist Ihr Nachschlagewerk, um auch nach der Beratung weiterhin erfolgreich an Ihren Zielen zu arbeiten.



Das Einzelcoaching umfasst 20 Einheiten à 45 Minuten. Die Kosten können mit einem Aktivierungs- und Vermittlungsgutschein der Agentur für Arbeit oder des Jobcenters zu 100 % gefördert werden.

Stichwort: Medizinisch begleitetes Beruf coaching  
Maßnahmenummer: 843/34/24

GERNE BEANTWORTEN WIR IHRE FRAGEN IN EINEM TELEFONAT ODER PERSÖNLICHEN INFOGESPRÄCH.  
RUFEN SIE UNS AN, WIR FREUEN UNS AUF SIE!



Petschwork Consulting GmbH  
Pettenkoferstr. 4, 80336 München  
+49 (0) 89 54 88 45 86-0  
www.petschwork.de

