

# «Aufbautraining»

## Integrationsmassnahme

Mit arbeitsmarktnahen Einsätzen und individuellen Coachings unterstützen wir die Teilnehmenden, ihre Präsenz- und Leistungsfähigkeit aufzubauen, sowie persönliche, soziale und fachliche Kompetenzen zu erweitern.

### Zielgruppe

- Erwachsene mit Erwerbserfahrung

### Voraussetzung

- Mindestpräsenzzeit von acht Stunden pro Woche aufgeteilt auf drei bis fünf Tage

### Ziele

- Aufbau und Stabilisierung der Präsenzzeit und Leistungsfähigkeit auf mindestens 50 %
- Ausreichende Stabilität und Arbeitsfähigkeit für die Teilnahme an weiterführenden (beruflichen) Massnahmen wie bspw. Arbeitstraining oder Eingliederung in den allgemeinen Arbeitsmarkt.

### Leistungsumfang

- Individuelles Aufbautraining, angepasst an die Fähigkeiten, Ressourcen und den beruflichen Hintergrund der teilnehmenden Person.
- Agogische Anleitung im Arbeitsbereich
- Regelmässige Feedbackgespräche und individuelle Coachings

**Haben Sie noch Fragen?**  
Kontaktieren Sie mich.

**Amanda Pacios**  
Fachspezialistin Berufliche Integration  
071 424 02 52  
amanda.pacios@valida.ch

### Einsatzbereiche

- Produktion (Industrielle Handarbeit, Rein-/Sauberräume)
- Metallbearbeitung
- Holzverarbeitung (Maschinentaal & Fertigung)
- Lettershop
- Logistik
- Wäscherei
- Reinigung
- Infrastruktur
- Garten
- Küche
- Atelier
- Kaufmännischer Bereich
- Externe Partnerunternehmen verschiedener Branchen (allgemeiner Arbeitsmarkt)

### Coachings

In regelmässigen Coaching-Gesprächen stehen Sozialverhalten, Methoden-, Selbst- und Sozialkompetenz im Fokus. Leistungsfähigkeit und Präsenz werden in den Arbeitseinsätzen sukzessive erweitert. Schwerpunkte der Coaching-Gespräche:

- Aufbau, Training und Stabilisierung der Belastungs- und Leistungsfähigkeit unter realen Arbeitsbedingungen
- Selbstreflexion und Auseinandersetzung mit dem eigenen Arbeitsverhalten
- Entwicklung von Selbstwirksamkeit und Selbstvertrauen
- Erlernen von Bewältigungsstrategien bei Belastungen

