



**Auf Wunsch  
auch per  
Video-Telefonie  
info.buc@sg.ch**

**Quick & Smart**

## **Zu mehr Arbeitsmarktfitness durch Einzelcoaching**

### **Der sich stetig ändernde Arbeitsmarkt verlangt nach angepassten und individuellen Strategien für die Stellensuche**

#### **Inhalt**

Als Grundlage des Coachings beantworten Sie im Vorfeld Fragen zur bisherigen und aktuellen Stellensuche. Gemeinsam mit Ihrem Coach entwickeln Sie Lösungsansätze zur Stellen-suchstrategie und zu Ihren weiteren persönlichen Anliegen. Im Coaching konzentrieren Sie sich auf Ihre Ressourcen und Ihre positiven Erfahrungen. Coaching fördert den Perspektivenwechsel und die Fähigkeit zur Selbstreflexion, wodurch Sie Ihre persönliche Arbeitsmarktfitness, Ihr Verhalten im Bewerbungsprozess und Ihre Wirkung für zukünftige Arbeitgeber optimieren.

Ihre Motivation im Coachingprozess ist von grosser Wichtigkeit und entscheidend für die Zielerreichung.

#### **Ziele & Nutzen**

Sie gewinnen neue Perspektiven

Sie entdecken neue Chancen auf dem Arbeitsmarkt

Sie entwickeln ein konkretes Vorgehen zur Zielerreichung

Sie erhalten Werkzeuge für Ihren neuen Handlungsspielraum

Sie optimieren Ihre persönliche Stellensuchstrategie

Sie treten mit mehr Selbstvertrauen und Zuversicht auf

#### **Voraussetzungen**

Deutschkenntnisse Niveau B1

Freiwilligkeit

E-Mail-Account

Bereitschaft, sich mit der eigenen Person und der aktuellen Situation auseinanderzusetzen

#### **Coaching-Termine**

Je nach Bedarf stehen Ihnen ein bis drei Einzelcoaching-Termine zur Verfügung. Die Termine vereinbaren Sie mit Ihrem Coach.

#### **Persönliches Coaching vor Ort**

Amt für Wirtschaft und Arbeit

Coaching AM

Unterstrasse 22

9001 St.Gallen

#### **Coaching per Video-Telefonie**

#### **Anmeldung für Quick & Smart**

##### **Bitte per Mail an: [Info.BuC@sg.ch](mailto:Info.BuC@sg.ch)**

Mit folgenden Angaben: Vorname, Name, Mobile, Name Ihrer Personalberaterin oder Ihres Personalberaters mit dem Vermerk, ob Sie das Coaching vor Ort oder per Video-Telefonie wünschen.

#### **Kontakt**

Amt für Wirtschaft und Arbeit

Coaching AM

Unterstrasse 22

9001 St.Gallen

[www.awa.sg.ch](http://www.awa.sg.ch)