

Belastbarkeitstraining

Zielgruppe/Voraussetzungen

- Menschen mit einer psychischen Beeinträchtigung
- Keine oder nur eine geringe Arbeitsfähigkeit vorhanden

Zielsetzung

- Aufbau einer Tagesstruktur, Gewöhnung an Präsenzzeiten
- Steigerung der körperlichen, psychischen und kognitiven Belastbarkeit
- Steigerung der Methoden-, Selbst- und Sozialkompetenz
- Arbeitsmotivation und Selbstreflexion stärken

Inhalt/Methodik

- Strukturierte und durch ein Zeiterfassungssystem festgehaltene Präsenzzeit
- Praktische Tätigkeiten in einem Gruppenprogramm mit intensiver Betreuung durch Fachpersonen aus dem jeweiligen Einsatzbereich
- Die Aufträge gestalten sich so, dass unterschiedliche Fähigkeiten zum Tragen kommen
- Im Kreativatelier erhalten die Klienten/innen die Möglichkeit, neue Fähigkeiten zu entdecken
- Anhand von formulierten Gruppenaufgaben trainieren Klienten/innen ihre Team-, Kommunikations- und Konfliktfähigkeiten
- Psycho-educative Gesprächsgruppe
- Selbstbeobachtung und Selbstwahrnehmung werden durch ein regelmässig geführtes Tagebuch gefördert
- Bei Bedarf Schulungen in den Bereichen PC und Deutsch
- Kognitive Fähigkeiten werden durch tägliches Training am Computer mittels einer speziellen Trainingssoftware gefördert
- Abklärungen mittels anerkannter Testverfahren
- Abklärung und Vernetzung mit dem Behandlungsteam
- Individuelle Zielformulierungen verbunden mit wöchentlichen Feedbackgesprächen

Rahmenbedingungen

- Dauer: 3 Monate mindestens 2-4 Stunden an 4-5 Tagen pro Woche

Anmeldung

- Ursula Kalt, kostenlose Intake Nr. 0800 411 111, e-mail: Intake@w-care.ch

Standorte

- w^e-care, wisli arbeitsintegration, Bahnhofstrasse 44, 8180 Bülach, Telefon 043 411 46 46
- w^e-care, wisli arbeitsintegration, Neuwiesenstrasse 20, 8400 Winterthur, Telefon 043 411 46 00