

# Aufbautraining

Das **Aufbautraining** richtet sich an Personen mit **Eingliederungspotenzial**, die **längerfristig wieder im 1. Arbeitsmarkt Fuss fassen** möchten. Im Fokus stehen zu **Beginn Präsenz, persönliche und soziale Kompetenzen**. Während des Trainings haben Sie die **Möglichkeit, Ihre Arbeits- und Leistungsfähigkeit aufzubauen**. Für den **beruflichen Wiedereinstieg in den 1. Arbeitsmarkt** wird zudem Ihre **Belastbarkeit gefördert**.

## Welche Ziele hat ein **Aufbautraining**?

Als teilnehmende Person bauen Sie zuerst eine **Tagesstruktur** auf. Dabei gewöhnen Sie sich wieder an den **Arbeitsprozess**, stabilisieren und erweitern Ihre **Kompetenzen**, bauen Ihre **Arbeitsmotivation** auf und steigern Ihre **Belastbarkeit**. Ihre **Arbeits- und Leistungsfähigkeit** entwickeln Sie kontinuierlich weiter. Das Ziel des **Aufbautrainings** ist es, eine **Arbeitsfähigkeit** von mindestens **50%** mit entsprechender **Leistungsfähigkeit** zu erreichen.



## Wie läuft ein **Aufbautraining** ab?

Während **drei oder mehr Monaten** arbeiten Sie in den **Arbeitsbereichen** von **obvita** mit. Sie können Ihre **Fähigkeiten und Fertigkeiten** vertiefen und erweitern. Im Fokus stehen **Präsenz, persönliche und soziale Kompetenzen, Arbeitsverhalten** und **methodische Kompetenz** sowie **berufliches Können** und **Arbeitsleistung**. Angebotene **Module** zu **Kommunikation, Stressbewältigung** etc. besuchen Sie **einmal pro Woche**. Zudem arbeiten Sie an Ihren **individuellen Zielsetzungen**. Diese orientieren sich an **Fähigkeiten**, die für Ihren **beruflichen Wiedereinstieg** von besonderem Nutzen sind.

Besteht **Eingliederungspotenzial** (**Arbeitsfähigkeit** von **50%**) sucht die **verantwortliche Fachperson** mit Ihnen einen **Arbeitgeber** im **1. Arbeitsmarkt** zur **Fortsetzung** der **Integrationsmassnahme**.

## Wie werden Sie **begleitet**?

Sie stehen während des **Aufbautrainings** täglich im **Austausch** mit dem **Team**, in dem Sie **mitarbeiten**. Einmal **wöchentlich** findet zudem ein **Coaching-Gespräch** statt. **Regelmässig** treffen sich alle **Beteiligten** zu **Standortbesprechungen**.

Mögliche Themen sind **Arbeitsverhalten, -leistung und -motivation, Ziele, Strategien** und **Kompetenzen, Ressourcen** sowie **Selbst- und Fremdeinschätzung**.



Weiterführende Angebote zur **individuellen Förderung** sind **vorhanden**.