

## Inhalt / Ablauf des BT

Ziel des Beruflichen Trainings ist es, die Teilnehmenden zu befähigen, den Anforderungen eines Arbeitsplatzes bzw. einer Qualifizierung (wieder) gewachsen zu sein, um eine dauerhafte Integration in den allgemeinen Arbeitsmarkt zu ermöglichen. Im Mittelpunkt stehen dabei die Stabilisierung und Förderung zur Steigerung der Belastbarkeit, der Erweiterung der psychosozialen und fachlichen Kompetenzen sowie der Gesundheitskompetenz jedes Einzelnen.

Den Teilnehmenden werden individuelle Trainingsmöglichkeiten in verschiedenen Berufsbereichen unter arbeitsmarktnahen Bedingungen angeboten. Zu Beginn des Trainings wird eine Zielvereinbarung getroffen, die im Rahmen von Reha-Verlaufsgesprächen regelmäßig überprüft und ggf. in Absprache mit den zuständigen Reha-Trägern angepasst wird.

Die Dauer des Beruflichen Trainings beträgt einzelfallabhängig bis zu 12 Monaten.

### **Belastbarkeit**

Um die Belastbarkeit zu steigern, wird die anfängliche Trainingszeit im Rahmen des Eingangstrainings von fünf Stunden schrittweise auf acht Stunden pro Tag gesteigert. Durch realitätsnahe Arbeitsabläufe entsprechend ihrer Zielstellung lernen die Teilnehmenden betriebliche Zusammenhänge kennen. Dabei werden sowohl die selbstständige Bewältigung von Aufgabenstellungen als auch die Teamarbeitsfähigkeit gefördert und übergreifende Projekte von unterschiedlichen Trainingsbetrieben gemeinsam durchgeführt.

### **Psychosoziale Kompetenzen**

Die psychosozialen Kompetenzen – z. B. Kooperationsbereitschaft, Umgang mit Konflikten oder Kritik – werden sowohl im Trainingsalltag erweitert als auch in zusätzlichen Angeboten wie im Sozialkompetenztraining gefördert. Die Teilnehmenden können sich im Rahmen von Gruppenangeboten Stressbewältigungsmechanismen und Entspannungstechniken erarbeiten und sich in Gesprächsführung und Konfliktbewältigung üben, um auf Dauer den Anforderungen des Arbeitsmarktes gewachsen zu sein.

### **Fachliche Kompetenzen**

Um sich auf eine Integration in den Arbeitsmarkt oder auf eine Qualifizierung vorzubereiten, frischen die Teilnehmenden ihr Fachwissen und ihre Sachkompetenz auf. In den unterschiedlichen Trainingsbereichen werden aktuelle Kenntnisse und Fertigkeiten dieser Tätigkeitsfelder vermittelt, bei Bedarf werden Unterrichtsinhalte in Mathematik, Deutsch und Englisch sowie in berufsbezogenen EDV-Programmen

angeboten.

### **Gesundheitskompetenz**

Den Teilnehmenden werden Kenntnisse zur gesunden Ernährung vermittelt, verschiedene Bewegungsangebote (z. B. Bürogymnastik) gemacht sowie Informationen zur Nutzung vorhandener Arbeitsmittel gegeben, so dass sie einen aktiveren, gesundheitsbewussteren Lebensstil entwickeln können und befähigt werden, an ihrem Arbeitsplatz gesundheitliche Risiken zu erkennen und zu vermeiden, um die langfristige Leistungsfähigkeit zu sichern.

### **Psychosoziale Begleitung**

Während des gesamten Trainingsverlaufs werden die Teilnehmenden durch psychologische und sozialpädagogische Fachkräfte als feste Bezugsperson begleitet. Regelmäßige Einzelgespräche dienen der Reflexion persönlicher und beruflicher Schwierigkeiten, der Erarbeitung notwendiger Bewältigungsstrategien sowie der Aneignung neuer Verhaltensmuster. Zusätzlich werden zur Reflexion des Arbeitsalltags sowie zur Verbesserung des Umgangs mit Konflikten regelmäßige Gruppengespräche durchgeführt.

### **Praktika**

Während eines Beruflichen Trainings findet mindestens ein Betriebspraktikum statt. Dieses soll die Teilnehmenden mit dem Ziel der direkten Integration in den Arbeitsmarkt auf den beruflichen Alltag und den beruflichen Wiedereinstieg vorbereiten. Teilnehmende, die sich auf eine berufliche Qualifizierung vorbereiten, soll das Praktikum dabei unterstützen, ihre beruflichen Vorstellungen anhand der Anforderungen des Arbeitsmarktes zu überprüfen und ggf. anzupassen. Die Praktika werden durchgängig von den Mitarbeitern und Mitarbeiterinnen des BTZ begleitet.