

Katrin Arens



## **Angebote für Ausbilder & Azubis**

im Rahmen der betrieblichen  
Gesundheitsförderung



KATRIN  
ARENS  
SOUL  
WORKER

Soulworker - Ihre Partner für betriebliches  
Gesundheitsmanagement

# Warum Begleitung und Fürsorge für Ausbilder\*innen, Ausbildungsbeauftragte und Azubis unverzichtbar sind

## **Ausbildung im Wandel**

Die Rolle der Ausbilder\*innen verändert sich. Junge Menschen von heute suchen mehr als einen Ausbildungsplatz: Sie wünschen sich Sinn, Zugehörigkeit und persönliche Entwicklung. Die Generation Coaching oder Generation Bindung, so wie ich die Gen Z auch nenne, wächst durch echte Beziehung, nicht nur Anleitung. Und die Gen Alpha steht schon in den Startlöchern: Sie haben ein hohes Bedürfnis nach Individualisierung. Sie sind es gewohnt, dass vieles auf ihre Interessen zugeschnitten wird (Algorithmen social media, Playlist etc.)

## **Bindung statt nur Bildung**

Für Unternehmen heißt das: Wer Azubis langfristig halten und begeistern will, sollte in **Beziehung und Entwicklung** investieren. Lernen allein reicht nicht mehr – entscheidend ist WIE gelernt wird und WER den Weg mitbegleitet.

## **Ausbilder\*innen und Ausbildungsbeauftragte als Wegbegleiter**

Ausbilder\*innen sind weit mehr als Fachvermittler. Sie sind Vertrauenspersonen, erste Führungskräfte – Menschen, an denen sich Azubis orientieren. Diese Rolle braucht:

- Selbstreflexion
- Haltung
- Handlungssicherheit

## **Gezielte Unterstützung macht den Unterschied**

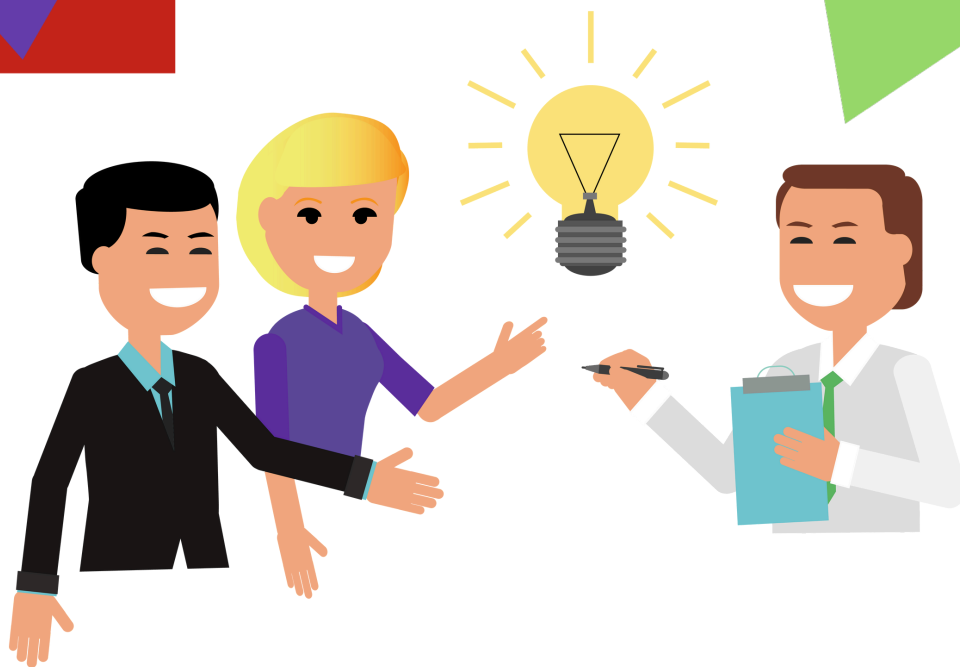
Unsere Angebote geben Ausbilder\*innen genau das an die Hand, was sie brauchen, um in ihrer Rolle zu wachsen – **kompetent, gesund und beziehungsstark**:

- Wie begleite ich mein Azubi-Team wirklich wirksam?
- Wie erkenne ich emotionale Belastungen frühzeitig?
- Wie bleibe ich selbst gesund in meiner Führungsrolle?
- Wie stärke ich Beziehung – nicht nur Leistung?

## **Starke Ausbilder\*innen = starke Ausbildung = starkes Unternehmen**

Wenn Ausbilder\*innen in Ihrer Rolle reflektiert und transparent sind, geben sie Ihren Azubis die benötigten “Leitplanken”, die sie benötigen um zu wachsen. So entsteht ein Lernklima, in dem junge Menschen sich entfalten – und im Unternehmen bleiben.

# Ausbilder\*innen - Workshops



# Kommunikation und Führung in der Ausbildung

Ich unterstütze Sie dabei, die Rolle als Ausbilder\*in gezielt weiterzuentwickeln und die steigenden Anforderungen in der Ausbildung zu meistern. Mein Fokus liegt auf praxisnahen, individuellen Strategien – keine starren Muster, sondern maßgeschneiderte Lösungen für Ihre Ausbildungspraxis.

## Seminarinhalte:

### ✓ Generation Z und psychische Gesundheit

Verständnis für die besonderen Herausforderungen und psychischen Belastungen dieser Generation.

Strategien für einen sensiblen und unterstützenden Umgang mit psychischen Erkrankungen bei Auszubildenden.

### ✓ Das Lernzonen-Modell: Entwicklung gezielt fördern

Wie begleite ich Azubis in ihrer Entwicklung zwischen Komfortzone, Lernzone und Panikzone?

Praktische Ansätze zur individuellen Förderung und Motivation.

### ✓ Reflexion der eigenen Ausbilderrolle

Eigene Stärken und Herausforderungen erkennen - Zeitmanagement

Die eigene Haltung hinterfragen und bewusst gestalten - Feedback geben

### ✓ Gesprächsführung und Coping-Strategien

Wie führe ich erfolgreiche, individuelle Gespräche mit meinen Auszubildenden?

Die **A.RE.N.S. Methode®** für Fürsorge-, Klärungs- und Motivationsgespräche.

Inhouse-Seminare für eine einheitliche Ausbildungsstrategie:

Ich komme direkt zu Ihnen ins Unternehmen, um alle Verantwortlichen im Bereich Ausbildung optimal aufzustellen. So können Sie als Team nachhaltig und abgestimmt arbeiten.

- Ganztägige Schulung
- kostenlose Erreichbarkeit der Trainerin für einen Zeitraum von vier Wochen nach der Veranstaltung, um Fallbesprechungen, die Planung weiterer Schritte, Reflexionen und Beratungen zu ermöglichen
- Begleitendes 48-seitiges Workbook für jeden Teilnehmenden
- Sorgfältige Feinabstimmung mit den Verantwortlichen
- 199,- Euro pro Teilnehmer/in zzgl. 19 % Mwst. - exkl. An - und Abfahrt/ ab 10 TN



# Teamsitzungen wirksam gestalten

Regelmäßige Teamsitzungen zwischen Ausbilder\*innen und Azubis bieten enormes Potenzial – für Beziehung, Entwicklung und Teamgeist. In dieser Fortbildung lernen Sie, wie Sie diese Treffen gezielt gestalten und nachhaltig verankern können.

## Seminarinhalte:

### ✓ Einführung in das Belbin-Teamrollenmodell

Überblick über die 9 Belbin-Rollen (z. B. Koordinator, Macher, Spezialist, Teamarbeiter etc.)

Rollenerkennung bei Azubis: Stärken sehen, Potenziale entwickeln und somit die Rollenvielfalt wertschätzen und konstruktiv nutzen.

### ✓ Struktur & Durchführung effektiver Teamsitzungen

Agenda-Erstellung, Zieldefinition, Zeitmanagement und Priorisierung stellen sicher, dass alle Beteiligten gut arbeiten können.

### ✓ Moderation & Gesprächsführung

Grundlagen der Moderation, Rhetorik, Gruppenkommunikation und Umgang mit Widerstand in herausfordernden Situationen.

Beteiligung aller fördern: Azubis aktiv einbinden.

### ✓ Wertschätzung & das „Gesehen werden“

Bedeutung von Anerkennung für Motivation & Engagement.

Kleine Erfolge sichtbar machen, Lob richtig und wirkungsvoll einsetzen.

Feedback als Anerkennung und Entwicklungschance.

Selbstreflexion fördern.

### ✓ Teamarbeit & Motivation

Teambuilding-Impulse für die Ausbildungspraxis.

Umgang mit herausfordernden Gruppendynamiken.

Motivationstechniken für den Alltag.

- Ganztägige Schulung
- kostenlose Erreichbarkeit der Trainerin für einen Zeitraum von vier Wochen nach der Veranstaltung, um Fallbesprechungen, die Planung weiterer Schritte, Reflexionen und Beratungen zu ermöglichen
- Rabatte auf Trainingstools
- Sorgfältige Feinabstimmung mit den Verantwortlichen
- 199,- Euro pro Teilnehmer/in zzgl. 19 % Mwst. - exkl. An - und Abfahrt/ ab 10 TN



# **Begleitendes Jahresprogramm für Ausbilder:innen**

Ich begleite Ausbilder:innen über einen Zeitraum von zwölf Monaten mit einem kontinuierlichen, praxisnahen und ressourcenorientierten Begleitprozess.

## **Ziel des Programms**

Das Angebot bietet Ausbilder:innen die Möglichkeit, in einem geschützten Rahmen:

- aktuelle Herausforderungen im Umgang mit Auszubildenden zu reflektieren,
- neue Perspektiven und Handlungsinstrumente zu erlernen,
- konkrete Fallbesprechungen durchzuführen,
- kollegiale Unterstützung zu erfahren,
- und sich kontinuierlich weiterzuentwickeln.

## **Format und Umfang**

- Termine: 3–5 Termine über das Jahr verteilt (nach Absprache)
- Dauer je Termin: 2,5 Stunden
- Ort: In Ihren Räumlichkeiten oder in meinem Büro in Attendorn

## **Mögliche Inhalte**

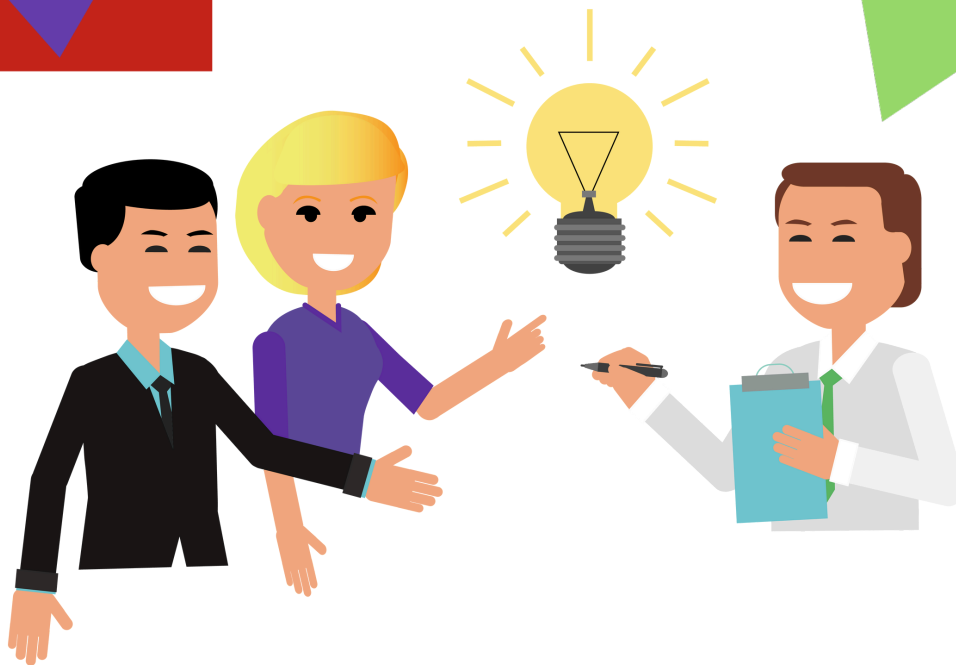
- Kommunikationsstrategien in schwierigen Gesprächssituationen
- Umgang mit Leistungs- und Verhaltensauffälligkeiten bei Azubis
- Generationenverständnis und neue Lerngewohnheiten
- Rollenklärung: Die eigene Haltung als Ausbilder:in
- Tools zur Motivationsförderung
- Fallarbeit und kollegiale Beratung

## **Nutzen für Ausbilder:innen und Unternehmen**

- Stärkung der Handlungssicherheit im Ausbildungsalltag
  - Erhalt und Förderung der eigenen Motivation
  - Erhöhung der Ausbildungsqualität und Bindung der Azubis
  - Förderung von Reflexion und Teamarbeit
  - Aufbau eines lebendigen Erfahrungsaustauschs unter Ausbilder:innen
- 
- Rabatte auf Trainingstools
  - Sorgfältige Feinabstimmung mit den Verantwortlichen
  - 750,- Euro zzgl. 19 % Mwst. - exkl. An - und Abfahrt



## Azubi - Workshops mehrtägig



## **Warum Workshops für Azubis mehr sind als „nur Training“**

### **🎯 Ziel ist nicht die Methode – Ziel ist Erkenntnis.**

Unsere Azubi-Workshops sind keine Standardformate. Sie sind Reflexionsräume, in denen junge Menschen sich selbst besser verstehen, ihre Rolle im Team erkennen und Orientierung für ihren Weg finden.

### **Reflexion ist kein Add-on – sie ist das Zentrum.**

Egal welches Thema im Vordergrund steht – Kommunikation, Selbstorganisation, Umgang mit Stress oder Teamarbeit – es geht immer um das Erkennen. Was bewegt mich? Was blockiert mich? Wo will ich hin?

### **Professionell begleitet statt „einfach durchgezogen“**

Ich arbeite mit Ihren Azubis individuell, empathisch und auf Augenhöhe.  
Kein überstülper Workshop – sondern echter Dialog.

### **Workshops mit Haltung**

- Relevanz statt Standard
- Prozesse statt PowerPoint
- Zuhören statt belehren
- Beziehung statt Belehrung

👉 **Für Azubis, die wachsen wollen. Und für Unternehmen, die genau das möglich machen.**



# Azubi Camp 3XL in der Akademie Biggensee in Neu-Listernohl

## Leistungsumfang des Azubicamps:

- Dauer: **4 Tage / 3 Übernachtungen**
- Unterkunft: Vollverpflegung inklusive (Frühstück, Mittagessen, Abendessen, Pausensnacks & Getränke)
- Seminarräume: Ausstattung für interaktive Workshops inklusive Moderationsmaterial

## Mögliche Programmübersicht:

### Tag 1 - Ankommen gegen 8:30 Uhr

- Vormittag: Workshop Begrüßung und Kennenlernen
- Nachmittag: Workshop - Die Rolle als Auszubildende\*r im Unternehmen verstehen und gestalten
- Abend: Gemeinsames Abendessen & moderierte Reflexionsrunde

### Tag 2 - Fokus Resilienz

- Vormittag: Workshop - Stressbewältigung, Selbstwirksamkeit & mentale Stärke
- Nachmittag: Erlebnispädagogischer Teil - Bouldern zur praktischen Resilienzförderung
- Abend: Gemeinsames Abendessen & moderierte Reflexionsrunde

### Tag 3 - Fokus Kommunikation

- Vormittag: Workshop - Kommunikationsmodelle, Feedbackkultur, Konfliktlösung
- Nachmittag: Erlebnispädagogischer Teil - Stand-Up-Paddling auf dem Biggensee oder Niedrigseilgarten (wetterabhängig) zur Anwendung kommunikativer Fähigkeiten in der Gruppe
- Abend: Gemeinsames Abendessen & moderierte Reflexionsrunde

### Tag 4 – Reflexion & Abschluss

- Vormittag: Reflexionsrunde: Was nehme ich mit? Transfer in den Berufsalltag
- Gemeinsamer Abschluss & Abreise

- kostenlose Erreichbarkeit der Trainerin für einen Zeitraum von vier Wochen nach der Veranstaltung, um Reflexionen und Beratungen zu ermöglichen
- Sorgfältige Feinabstimmung mit den Verantwortlichen
- Teilnehmerzahl ab 10, je Azubi 957,- € zzgl. Mwst.
- ab dem 11. Azubi - 15% Rabatt je Azubi 813,- Euro zzgl. Mwst.



## **Azubi Camp 2XL in der Akademie Biggensee in Neu-Listernohl**

### **Leistungsumfang des Azubicamps:**

- Dauer: **3 Tage / 2 Übernachtungen**
- Unterkunft: Vollverpflegung inklusive (Frühstück, Mittagessen, Abendessen, Pausensnacks & Getränke)
- Seminarräume: Ausstattung für interaktive Workshops inklusive Moderationsmaterial

### **Mögliche Workshopstruktur - Sie entscheiden sich für die Inhalte s. u.**

#### **Tag 1 - Ankommen gegen 8:30 Uhr**

- Vormittag: Workshop - Begrüßung und Kennenlernen
- Nachmittag: Workshop - mögliche Inhalte siehe unten
- Abend: Gemeinsames Abendessen & moderierte Reflexionsrunde

#### **Tag 2:**

- Vormittag: Workshop - Vertiefender Workshop mit Transfer in den Ausbildungsalltag
- Nachmittag: Erlebnispädagogischer Teil - z. B. Boulder oder Niedrigseilgarten; theoretische Inhalte erlebbar machen
- Abend: Gemeinsames Abendessen & moderierte Reflexionsrunde

#### **Tag 3: Reflexion & Abschluss**

- Vormittag: Workshop - Reflexionsrunde: Was nehme ich mit? Transfer in den Berufsalltag
- Gemeinsamer Abschluss & Abreise gegen 14:00 Uhr

### **Inhalte & Themen (frei wählbar oder kombinierbar):**

- Kennenlernen & Gruppendynamik: Neue Verbindungen und Vertrauen schaffen - *Kick - off*
- Meine Rolle im Unternehmen: Verantwortung & Identifikation - *1. Lehrjahr*
- Motivation & Sinn der Ausbildung: Warum tue ich, was ich tue? - *2. Lehrjahr*
- Unternehmenskultur verstehen: Werte, Haltung und mein Beitrag - *2. Lehrjahr*
- Resilienz & Selbstfürsorge: Gelassen bleiben in stressigen Phasen - *3. Lehrjahr*
- kostenlose Erreichbarkeit der Trainerin für einen Zeitraum von vier Wochen nach der Veranstaltung, Reflexionen und Beratungen zu ermöglichen.
- Sorgfältige Feinabstimmung mit den Verantwortlichen.
- Teilnehmerzahl ab 10, je Azubi 637,- € zzgl. MwSt.,
- ab dem 11. Azubi - 15% Rabatt je Azubi 541,- Euro zzgl. MwSt.



## **Azubi Camp XI in der Akademie Biggensee in Neu-Listernohl**

### **Leistungsumfang des Azubicamps:**

- Dauer: **2 Tage / 1 Übernachtung**
- Unterkunft: Vollverpflegung inklusive (Frühstück, Mittagessen, Abendessen, Pausensnacks & Getränke)
- Seminarräume: Ausstattung für interaktive Workshops inklusive Moderationsmaterial

### **Mögliche Workshopstruktur - Sie entscheiden sich für die Inhalte s. u.**

#### **Tag 1 – Ankommen & Orientierung**

- Vormittag: Workshop - Begrüßung und Kennenlernen
- Nachmittag: Workshop - Erlebnispädagogischer Teil - z. B. Boulder oder Niedrigseilgarten; theoretische Inhalte erlebbar machen
- Abend: Gemeinsames Abendessen & moderierte Reflexionsrunde

#### **Tag 2: Reflexion & Abschluss**

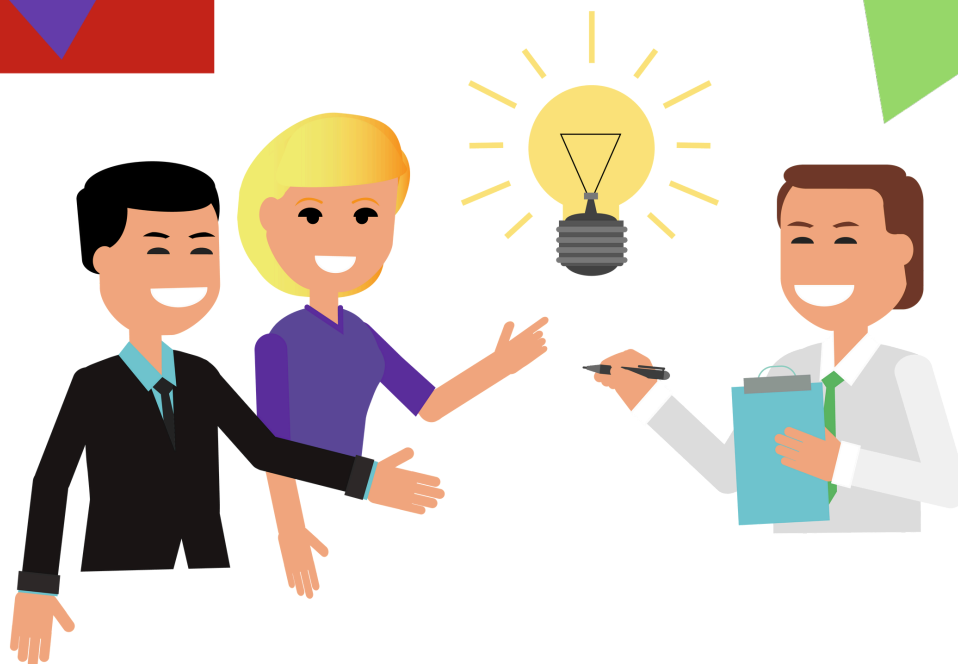
- Vormittag: Workshop - Reflexionsrunde: Was nehme ich mit? Transfer in den Berufsalltag
- Gemeinsamer Abschluss & Abreise gegen 14:00 Uhr

### **Inhalte & Themen (frei wählbar oder kombinierbar):**

- Kennenlernen & Gruppendynamik: Neue Verbindungen und Vertrauen schaffen - *Kick - off*
- Meine Rolle im Unternehmen: Verantwortung & Identifikation - *1. Lehrjahr*
- Motivation & Sinn der Ausbildung: Warum tue ich, was ich tue? - *2. Lehrjahr*
- Unternehmenskultur verstehen: Werte, Haltung und mein Beitrag - *2. Lehrjahr*
- Resilienz & Selbstfürsorge: Gelassen bleiben in stressigen Phasen - *3. Lehrjahr*
  
- kostenlose Erreichbarkeit der Trainerin für einen Zeitraum von vier Wochen nach der Veranstaltung, Reflexionen und Beratungen zu ermöglichen.
- Sorgfältige Feinabstimmung mit den Verantwortlichen.
- Teilnehmerzahl ab 10, je Azubi 388,- € zzgl. Mwst.,
- ab dem 11. Azubi - 15% Rabatt je Azubi 329,- Euro zzgl. Mwst.



# Azubi - Tagesworkshop



## **Tagesworkshop für Auszubildende – Stärken fördern, Zusammenarbeit gestalten in der Akademie Biggensee**

Mit diesem Angebot möchten wir Ihnen einen kompakten, aber inhaltlich intensiven Tagesworkshop für Ihre Auszubildenden vorstellen. Ziel ist es, durch gezielte Impulse, Reflexion und gemeinsames Erleben zentrale Kompetenzen für den Berufsalltag zu stärken – von Motivation über Teamgeist bis hin zur Auseinandersetzung mit der eigenen Rolle im Unternehmen.

Der Workshop findet ganztägig in der **Akademie Biggensee** statt – mit umfangreicher Verpflegung, ansprechender Lernumgebung und der Möglichkeit, am Nachmittag eine erlebnisorientierte Teamübung im Niedrigseilgarten durchzuführen.

### **Inhalte & Themen (frei wählbar oder kombinierbar):**

- Kennenlernen & Gruppendynamik: Neue Verbindungen und Vertrauen schaffen - *Kick - off*
- Meine Rolle im Unternehmen: Verantwortung & Identifikation - *1. Lehrjahr*
- Motivation & Sinn der Ausbildung: Warum tue ich, was ich tue? - *2. Lehrjahr*
- Unternehmenskultur verstehen: Werte, Haltung und mein Beitrag - *2. Lehrjahr*
- Resilienz & Selbstfürsorge: Gelassen bleiben in stressigen Phasen - *3. Lehrjahr*

Je nach gewähltem Schwerpunkt werden die Inhalte praxisnah, interaktiv und methodisch abwechslungsreich vermittelt – mit Übungen, Kleingruppenarbeit und Reflexionen.

### **Tagesstruktur (Beispielhafte Gestaltung)**

08:30 Uhr – Ankunft & Willkommensgetränk

09:30 Uhr – Einstieg & thematische Workshop-Phase

13:00 Uhr – Mittagessen in der Akademie

14:00 Uhr – Teamtraining im Niedrigseilgarten mit professionell begleitetem Einstieg

16:00 Uhr – Gemeinsame Reflexionsrunde & Transfer in den Ausbildungsalltag

Verabschiedung

### **Leistungen im Überblick**

- Tagesseminar 8.00 - 16.00 Uhr in der Akademie Biggensee
- Willkommensgetränk, Snacks & Getränke während des Tages, Mittagessen, Kaffee & Kuchen am Nachmittag
- Nutzung moderner Seminarräume inkl. Arbeitsmaterial
- Teamtraining im Niedrigseilgarten mit erfahrenem Trainer
- Reflektion zur nachhaltigen Verankerung
  - Teilnehmerzahl ab 10, je Azubi 245,- € zzgl. Mwst.,
  - ab dem 11. Azubi - 15% Rabatt je Azubi 208,- Euro zzgl. Mwst.



## **Tagesworkshop für Auszubildende – Stärken fördern, Zusammenarbeit gestalten in der Blox Boulderhalle**

Der Workshop findet ganztägig in der **Bloxboulderhalle in Heggen** statt – mit umfangreicher Verpflegung, ansprechender Lernumgebung und der Möglichkeit, am Nachmittag eine erlebnisorientierte Einzel- und Teamübungen durchzuführen.

### **Inhalte & Themen (frei wählbar oder kombinierbar):**

- Kennenlernen & Gruppendynamik: Neue Verbindungen und Vertrauen schaffen - *Kick - off*
- Meine Rolle im Unternehmen: Verantwortung & Identifikation - *1. Lehrjahr*
- Motivation & Sinn der Ausbildung: Warum tue ich, was ich tue? - *2. Lehrjahr*
- Unternehmenskultur verstehen: Werte, Haltung und mein Beitrag - *2. Lehrjahr*
- Resilienz & Selbstfürsorge: Gelassen bleiben in stressigen Phasen - *3. Lehrjahr*

Je nach gewähltem Schwerpunkt werden die Inhalte praxisnah, interaktiv und methodisch abwechslungsreich vermittelt – mit Übungen, Kleingruppenarbeit und Reflexionen.

### **Tagesstruktur (Beispielhafte Gestaltung)**

08:30 Uhr – Ankunft & Willkommensgetränk

09:30 Uhr – Einstieg & thematische Workshop-Phase

13:00 Uhr – Mittagessen

14:00 Uhr – Teamtraining Bouldern mit professionell begleitetem Trainer

16:00 Uhr – Gemeinsame Reflexionsrunde & Transfer in den Ausbildungsalltag

Verabschiedung

### **Leistungen im Überblick**

- Tagesseminar 8.30 - 16.00 Uhr in der Bloxboulderhalle
- Willkommensgetränk, Snacks & Getränke während des Tages, Mittagessen, Kaffee & Kuchen am Nachmittag
- Nutzung jugendgerechter Seminarräume inkl. Arbeitsmaterial
- Bouldern mit erfahrenem Trainer
- Reflektion zur nachhaltigen Verankerung - einzigartige Verkopplung von Theorie und Praxis
- Reflektion zur nachhaltigen Verankerung
  - Teilnehmerzahl ab 10, je Azubi 229,- € zzgl. Mwst.,
  - ab dem 11. Azubi - 15% Rabatt je Azubi 194,- Euro zzgl. Mwst.



## **Azubi - Workshop in Ihrem Unternehmen**

Mit diesem Angebot möchte ich Ihnen einen kurzen und knackigen 4 stündigen Workshop für Ihre Auszubildenden vorstellen. Ziel ist es, durch gezielte Impulse, alltägliche Reflektion und deren Bedeutung für persönliches Wachstum, in den Fokus zu stellen.

### **Inhalte & Themen (frei wählbar oder kombinierbar):**

- Kennenlernen & Gruppendynamik: Neue Verbindungen und Vertrauen schaffen - *Kick - off*
- Meine Rolle im Unternehmen: Verantwortung & Identifikation - *1. Lehrjahr*
- Motivation & Sinn der Ausbildung: Warum tue ich, was ich tue? - *2. Lehrjahr*
- Unternehmenskultur verstehen: Werte, Haltung und mein Beitrag - *2. Lehrjahr*
- Resilienz & Selbstfürsorge: Gelassen bleiben in stressigen Phasen - *3. Lehrjahr*

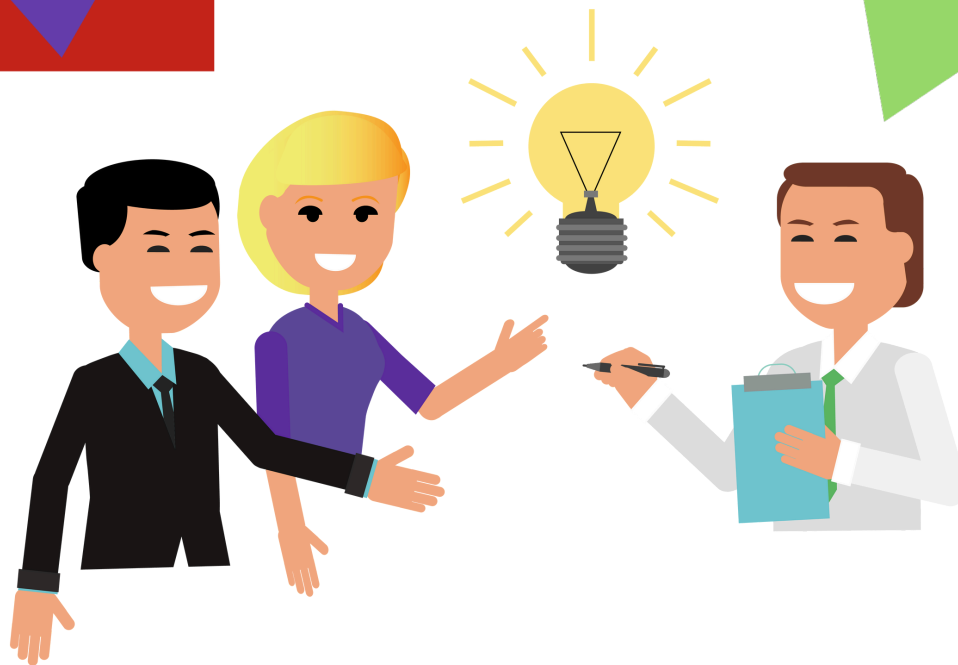
Je nach gewähltem Schwerpunkt werden die Inhalte praxisnah, interaktiv und methodisch abwechslungsreich vermittelt – mit Übungen, Kleingruppenarbeit und Reflexionen.

In der Zeit von 8.30 Uhr - 12.30 Uhr in meinen Räumen in Attendorn oder in Ihrem Unternehmen (zzgl. An- und Abfahrt)

- Teilnehmerzahl ab 10, je Azubi 129,- € zzgl. Mwst.
- ab dem 11. Azubi - je Azubi 99,- Euro zzgl. Mwst.



## Ausbilder\*innen & Azubi - Beratung





## **Beratung / Coaching für Azubis**

Leistungsanforderungen, Prüfungsstress, soziale Unsicherheiten und persönliche Themen wie familiäre Konflikte, Selbstzweifel oder psychische Belastungen treffen oft aufeinander. Viele Azubis geraten dadurch in Krisen – leise, schleichend, manchmal unsichtbar.

Und genau hier braucht es **Raum, Begleitung und professionelle Unterstützung.**

### **Beratung bietet Halt - mitten im Ausbildungsalltag**

Eine krisenbegleitende Beratung ist kein Therapieersatz, sondern ein präventives, niedrigschwelliges Angebot. Sie hilft Azubis:

- belastende Situationen zu sortieren,
- innere Spannungen zu verstehen,
- eigene Ressourcen (wieder) zu entdecken,
- neue Perspektiven zu entwickeln,
- handlungsfähig zu bleiben.

### **Warum berufsbegleitend?**

- Weil Krisen nicht auf Termine warten.
- Berufsbegleitende Beratung heißt: Ich bin da, während die Ausbildung läuft – nicht erst, wenn alles eskaliert ist.

### **Vorteile der berufsbegleitenden Begleitung:**

- Azubis müssen keine langen Wartezeiten überbrücken.
- Themen aus dem Ausbildungsalltag können direkt eingebracht werden.
- Die Beratung ist alltagsnah, verständlich und lösungsorientiert.
- Ausbilder\*innen werden auf Wunsch entlastet.

### **Typische Themen in der Azubi-Beratung:**

- „Ich schaff das alles nicht mehr“ – Überforderung & Druck
- „Niemand sieht, wie's mir wirklich geht“ – emotionale Einsamkeit
- „Ich weiß nicht, ob das alles noch das Richtige für mich ist“ – Orientierungslosigkeit
- Konflikte mit Ausbilder\*innen, im Team oder im privaten Umfeld
- Umgang mit Prüfungsangst, Selbstzweifeln, Erschöpfung

### **Das Ziel:**

Nicht das Problem steht im Mittelpunkt, sondern der Mensch.

Mit einer zugewandten, vertrauensvollen Beratung ermöglichen wir Azubis, wieder in Kontakt mit sich selbst und ihrer beruflichen Entwicklung zu kommen – gestärkt, handlungsfähig und gesehen.

1 Stunde - 135,- Euro zzgl. Mwst. zzgl. An-und Abfahrt



## **Beratung / Coaching für Ausbilder\*innen**

### **Wenn Azubis an ihre Grenzen stoßen – braucht es Unterstützung.**

Leistungsanforderungen, Prüfungsstress, soziale Unsicherheiten oder persönliche Themen wie familiäre Konflikte, Selbstzweifel oder psychische Belastungen – all das kann sich bei Auszubildenden überlagern und zu ernsthaften Krisen führen. Oft schleichend, leise und für das Umfeld kaum sichtbar.

### **Gerade hier sind Ausbilder\*innen gefordert – und stoßen selbst an Grenzen.**

Denn: Nicht jede Herausforderung lässt sich im Ausbildungsalltag allein auffangen. Was es braucht, ist Raum, eine vertrauensvolle Begleitung – und professionelle Unterstützung.

### **Ausbilder\*innen stärken – für einen gesunden Umgang mit Herausforderungen**

Der Ausbildungsalltag ist anspruchsvoll – nicht nur für Azubis, sondern auch für Ausbilder\*innen.

Emotionale Belastungen, Konflikte, Leistungsdruck und persönliche Krisen der jungen Menschen treffen auf enge Zeitpläne, Fachkräftemangel und steigende Anforderungen im Betrieb.

Deshalb unterstützen wir nicht nur die Azubis – sondern machen auch Ausbilder\*innen fit: Mit praxisnahen Impulsen, Reflexion und konkretem Handwerkszeug, um in herausfordernden Situationen souverän, empathisch und gesund zu bleiben.

### **Unsere Angebote helfen Ausbilder\*innen dabei:**

- Belastungssignale frühzeitig zu erkennen und richtig einzuordnen
- Klar, zugewandt und handlungsfähig in Krisensituationen zu bleiben
- Verantwortung zu teilen, statt alles allein tragen zu müssen
- Grenzen zu setzen – und die eigenen Ressourcen im Blick zu behalten
- Eine gesunde, tragfähige Beziehung zu ihren Auszubildenden aufzubauen

### **Eine schnelle Unterstützung ist entscheidend, um rechtzeitig eingreifen zu können – bevor sich die Situation unnötig verschlechtert.**

Unser Ziel ist es, Ausbilder\*innen so zu stärken, dass sie mit den Herausforderungen des Ausbildungsalltags gut umgehen können – und dabei auch sich selbst nicht aus dem Blick verlieren.

1 Stunde - 135,- Euro zzgl. Mwst. zzgl. An-und Abfahrt



## Ihre Referentin

Katrin Arens ist eine engagierte Diplom-Sozialarbeiterin, Unternehmerin und Autorin.

In ihrer täglichen Arbeit steht der Mensch im Mittelpunkt – unabhängig von Herkunft oder sozialem Status.

Ihr Unternehmen, Soulworker, fungiert als Partner im Bereich des betrieblichen Gesundheitsmanagements. Das Angebot richtet sich gezielt an Unternehmen, die die Gesundheit und Leistungsfähigkeit ihrer Mitarbeitenden fördern und nachhaltig stärken möchten.

Die Schwerpunkte liegen in der Ausbildung von Ausbildern und Azubiberatung, professioneller Teamentwicklung sowie Einzelcoachings und Beratungen.

Soulworker bietet einen ganzheitlichen Unternehmensservice, der nachhaltig die Produktivität erhöht, indem er die Gesunderhaltung der Mitarbeitenden unterstützt, festigt und langfristig sichert.

Auch Privatpersonen können von professionellen Beratungsangeboten profitieren.





[www.katrin-arens.de](http://www.katrin-arens.de)

