

# WIR BERLINER

## MUTmach Camp

pre-coaching

### Dein Ziel, unsere Aufgabe...

Pandemie, Finanzexplosion, Kriege und die Umweltsituation etc. - es gibt derzeit global so viele Punkte, die uns Menschen unsicher werden lassen.

Darunter leiden insbesondere auch ein funktionierendes **Miteinander** und die **Motivation** des Einzelnen, etwas zu leisten, zu verändern oder etwas Neues zu starten.

Viele Menschen sind nicht mehr erreichbar, isolieren sich, sind mit ihrem Alltag zunehmend unter- und/ oder überfordert und der Mut und die Bereitschaft, sich proaktiv in eine Gemeinschaft einzubringen sinken.

Die eigene Gesundheit leidet, Regeln und Anstand werden zunehmend ignoriert, Schlimmes wird gefühlt immer schlimmer - die sozialen Folgen für uns Alle sind vielfältig.

Wir wollen Menschen wieder zusammenbringen, den Austausch fördern, Situationen reflektieren, Ängste minimieren und die Motivation für einen Neustart innerhalb einer Gemeinschaft erhöhen.

Mit unserem **WIR BERLINER MUTmach Camp** starten wir ein Programm gegen die Isolierung und für ein funktionierendes Miteinander! Und sobald das wieder funktioniert, klappt es auch mit einem neuen Job.

### Inhalt

**WIR BERLINER-Programm** (flexibel bis zu 6 Monate, aktuell nur für Kunden der Berliner Jobcenter):

- Erhöhung des Aktivierungsniveaus für das individuelle Leistungsverhalten (Yerkes-Dodson-Gesetz)
- Reaktivierung der eigenen Ressourcen und der Lernbereitschaft (social facilitation)
- Soziale Interaktionen, Teambuilding, Kommunikationsförderung, Mobilitätssteigerung
- Förderung des GlüX - Faktors (Was ist Glück?)
- Supervision - Fokus auf Methodenkompetenz, Werte und Normen, Persönlichkeitsentwicklung

OPTIONAL

Coaching, Training, Jobvermittlung

### Kontakt für alle Berliner Bezirke

Context **Xteam** Berlin | Sickingenstr. 20-28 | 10553 Berlin

Telefon: 030 - 220 661 730 | WhatsApp: 0176 - 735 102 53

E-Mail: [xcontext@context-wae.de](mailto:xcontext@context-wae.de)

**DEINZiel.**  
**DEINJob.**  
**UNSEREAufgabe.**