



## Das Wichtigste auf einen Blick

### TOP – Training. Orientierung. Praxis

**Art:** Berufliche Orientierung – Assessment

**Dauer:** 13 Wochen

**Startzeit(en)** erfährst du online ↘

**Standort(e):**

- Bremen-Lesum → PD 61 – Forum Friedehorst
- Hildesheim
- Oldenburg

**Förderweg:** Im Rahmen beruflicher Reha (Antrag für Leistungen zur Teilhabe am Arbeitsleben [LTA])

**Abschluss/Ziel:** Entwicklung einer beruflichen Perspektive; Planung nächster Schritte



Startzeit(en):

\* **Gästehaus Friedehorst:** Unser Gästehaus in Bremen bietet dir die Möglichkeit, selbstständig zu wohnen. Es richtet sich an Teilnehmende, die über grundlegende Fähigkeiten der Alltagsbewältigung verfügen.

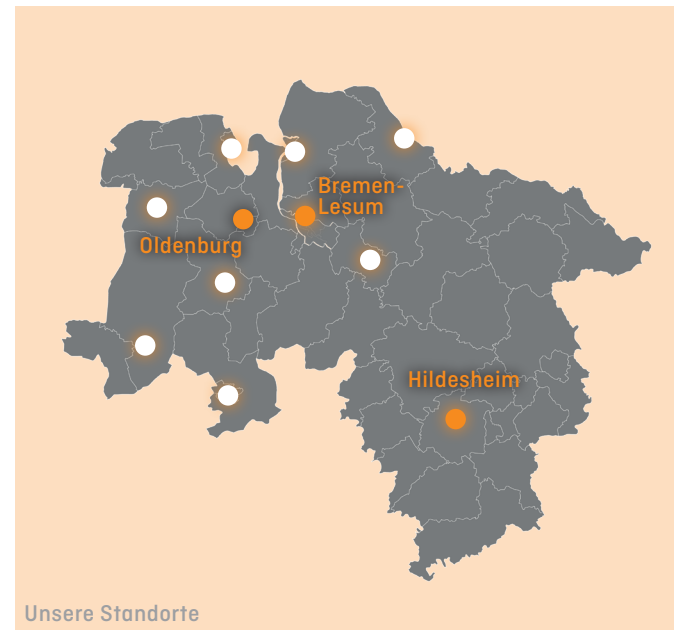


## Dein Kontakt vor Ort

**Berufsförderungswerk  
Friedehorst in Bremen-Lesum:  
PD 61 – Forum Friedehorst**  
Tel. 0421 6381-9950  
JungeErwachsene@  
friedehorst.de

**Hildesheim**  
Tel. 05121 98933-0  
bfw.as-hildesheim@  
friedehorst.de

**Oldenburg**  
Tel. 0441 350306-11  
bfw.as-oldenburg@  
friedehorst.de



Unsere Standorte

■ **Berufsförderungswerk  
Friedehorst gGmbH**  
Rotdornallee 64  
28717 Bremen  
Tel. 0421/63 81-415  
bfw@friedehorst.de  
www.friedehorst.de/bfw

Im Verbund der  
**Diakonie**

Friedehorst   
Berufsförderungswerk  
Friedehorst

**TOP**  
**Training. Orientierung. Praxis**  
Berufliche Orientierung – Assessment • 13 Wochen



## TOP – Training. Orientierung. Praxis

Du willst wissen, was du kannst und wie dein beruflicher Weg aussehen kann – und was du dafür tun müsstest?

Dann bist du hier richtig, denn bei TOP findest du Antworten. TOP ist ein sogenanntes Assessment für junge Erwachsene (U25) wie dich. Es unterstützt junge Leute bei den ersten Schritten auf ihrem Weg in Richtung Arbeit.



### Themen und Inhalte

- Du lernst verschiedene Berufsfelder durch praktisches Arbeiten kennen.
- Arbeiten am PC / Internetrecherche
- Auffrischung deiner Schulkenntnisse
- Psychosoziale Gruppenarbeiten zu Themen rund um Arbeit und Gesundheit
- Gespräche mit Sozialpädagog:innen und Psycholog:innen
- Gruppentraining sozialer Kompetenzen
- Psychologische Eignungsuntersuchung (inklusive eines Tests zu beruflichen Interessen)
- Arbeitsmedizinische Beratung
- Sport und Bewegung
- Analyse des regionalen Arbeitsmarktes
- Bewerbungstraining
- Betriebsbesuche/Exkursionen

### Ablauf

- Kennenlernen und Gruppenarbeiten
- Erprobungen und Unterricht entsprechend eines Stundenplans
- Berufliche Orientierung und Recherche eines möglichen Platzes zur betrieblichen Erprobung (eine Art Praktikum)
- Betriebliche Erprobung

### Ergänzende Informationen

Ein erfahrenes Team aus Sozialpädagog:innen, Psycholog:innen und Berufspraktiker:innen begleitet dich.

### Perspektiven

Am Ende von TOP findet gemeinsam mit den zuständigen Rehabilitationsberater:innen ein Abschlussgespräch statt. Der Verlauf von TOP wird besprochen und es werden deine nächsten Schritte geplant: z. B. die Aufnahme einer Ausbildung oder andere vorbereitende Schritte.

TOP richtet sich an junge Erwachsene (U25) mit wenig oder ohne Berufserfahrung, die nach einer psychischen Erkrankung herausfinden wollen, welcher berufliche Weg zu ihnen passt.

TOP steht für ...

- Trainung beruflicher Fähigkeiten,
- Orientierung am Arbeitsmarkt sowie
- Praxis – Perspektiven für berufliche Tätigkeiten.

### In guten Händen: Berufsförderungswerk Friedehorst

Das Berufsförderungswerk Friedehorst ist das Kompetenzzentrum zur Förderung der Teilhabe am Arbeitsleben in der Region Nord-West. Unsere Ziele sind: Menschen mit gesundheitlichen Einschränkungen in den Arbeitsmarkt zu integrieren, sie zu qualifizieren und sie bei ihrer Weiterbildung zu unterstützen.



Das Berufsförderungswerk Friedehorst ist Teil einer starken Familie: Seit über 75 Jahren bietet die Stiftung Friedehorst Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen kompetente Hilfe, vertrauensvolle Zuwendung und individuelle Förderung.