Aufbautraining



Aufbau der Arbeits- und Leistungsfähigkeit

Was ist ein Aufbautraining?

Im Aufbautraining geht es darum, die Arbeitsfähigkeit auf 50 % zu steigern und sich an einen Arbeitsrhythmus zu gewöhnen. In der Regel beinhaltet das Aufbautraining einfache Arbeiten ohne Zeitdruck.

Ziele:

- Aufbau und Stabilisierung der Belastbarkeit (körperlich, psychisch, kognitiv)
- Gewöhnung an den Arbeitsalltag und an Arbeitsprozesse
- Aufbau der Arbeitsfähigkeit auf mindestens 50 %
- Schrittweiser Aufbau der Präsenz- und Leistungsfähigkeit
- Arbeit an Sozial-, Selbst- und Methodenkompetenzen (z.B. Prioritäten und Ziele setzen, Stärken und Schwächen kennen)
- (Wieder-)erlernen von Bewältigungsstrategien (z.B. Umgang mit Stresssituationen, Herausforderungen)

Voraussetzungen:

- Die notwendigen gesetzlichen Voraussetzungen der IV sind erfüllt
- Mindestens 50 % Arbeitsunfähigkeit über einen Zeitraum von mindestens 6 Monaten
- Mindestpräsenzzeit von 8 Stunden pro Woche
- Steigerungspotential über die 8 Stunden pro Woche hinaus ist vorhanden

Durchführungsort:

Ein Aufbautraining kann im ersten Arbeitsmarkt oder in einer Institution (2. Arbeitsmarkt) durchgeführt werden.

Dauer:

- 3 bis 6 Monate

Mehr Informationen finden Sie auf www.ivso.ch.
Telefonisch erreichen Sie uns unter 032 686 24 00.

Kanton Solothurn