

Ihre Coaches



Sabine Abbenseth begleitet als BusinessGeographin®, Trainerin und Coach seit über 20 Jahren Menschen an beruflichen Orientierungspunkten durch die sich immer wieder verändernden Lebens- und Arbeitswelten.

Als Expertin für intelligente Potenzialverstärkung im Bewerbungsprozess entwickelte sie das SFA-Prinzip: „Stärken und Fähigkeiten über Aktivitäten sichtbar machen! – persönlich, schriftlich und digital“ und hält Fachvorträge zu diversen Bewerbungsthemen.

Ihre Beratungsschwerpunkte: passgenaue Bewerbungen, Selbstmarketing analog/digital, Sicherheit in Vorstellungsgesprächen, Standortbestimmung für neue Wege/Perspektiven.

Sprachen: Deutsch und Englisch.



Antonio Cuadros De Béjar begleitet seit 25 Jahren Menschen im beruflichen Wandel und bei der Bewältigung neuer Situationen am Arbeitsmarkt. Als Systemischer Coach liegt sein Fokus auf der Optimierung und Erweiterung der eigenen Handlungsmöglichkeiten. Statt „Rezepte“ gibt er Impulse für neue Ideen, die die vorhandenen Fähigkeiten nutzen – ob nun in den Bereichen Stressbewältigung, Gesprächsführung oder Work-Life-Balance.



Martina Vincon ist zertifizierte HR-Businesspartnerin, systemische Beraterin und bringt genügend Potenzial aus ihrer Führungstätigkeit mit. Durch ihre weit mehr als 30-jährige Berufserfahrung im Finanzwesen hat sie außer an Fach- auch genügend an Menschenkompetenz sammeln können. Daher begleitet sie jetzt in ihrer eigenen Selbständigkeit Menschen in deren beruflichem und persönlichem Veränderungsprozess. Mit gezielten Methoden und Fragetechniken geht sie auf die persönlichen Anliegen ihrer Klient*innen ein und zeigt ihnen noch ungeahnte Perspektiven und Chancen auf. Darauf aufbauend begleitet und unterstützt sie im Schreiben von Bewerbungen und Lebensläufen, im Selbstmarketing und in der Vorbereitung auf das Bewerbungsgespräch.

Vorgespräch und Terminabsprachen

Jedem Coaching geht ein persönliches Kennenlernen voraus. In einem Vorgespräch klären wir Ihre Situation, Themen, Möglichkeiten, Unterstützungsbedarf und Wünsche ab und werden dann gemeinsam entscheiden, wie wir Sie unterstützen können, damit Ihre Probezeit erfolgreich verläuft. Wir freuen uns auf Ihre telefonische Terminvereinbarung.

Unsere Coachings vor Ort

Standort Marbach

Sabine Abbenseth, Sommerhalde 24, 71672 Marbach

Standort Stuttgart

Antonio Cuadros De Béjar, Gutenbergstraße 3/B, 70176 Stuttgart

Standort Esslingen

Martina Vincon, Neckarstraße 55 (1. OG), 73728 Esslingen

Online-Coaching

Je nach Situation und Bedarf können wir das Coaching online durchführen. Auch eine Mischung aus Präsenz- und Online-coaching ist möglich.

Kostenlos mit AVGS-Gutschein

Für unsere Einstiegshilfe stehen Ihnen bis zu 24 Unterrichtseinheiten im Rahmen des Aktivierungs- und Vermittlungsgutscheins (AVGS) zur Verfügung. Mit diesem Gutschein ist das Coaching für Sie kostenlos. Fragen Sie Ihren Berater bei der Agentur für Arbeit oder beim Jobcenter danach.

Kontakt, Info, Beratung und Anmeldung

Michael Ploschke · Coaching und Consulting GmbH

Brühlstraße 2 · 78315 Radolfzell

Telefon: 0 77 32 / 93 94 58

E-Mail: verwaltung@jobcoaching-sued.de

Internet: www.jobcoaching-sued.de

Zertifiziert nach DIN ISO 9001 · Zugelassen als Träger nach AZAV
Ausgezeichnet als FOCUS Topcoach 2016

08/22



Michael Ploschke

Coaching und Consulting GmbH

Erfolgreich in den neuen Job starten

Einstiegshilfe

Ihr persönlicher Coach
unterstützt Sie in der
Probezeit

Kostenfrei mit dem Aktivierungs-
und Vermittlungsgutschein
(AVGS)



Förderbar durch die
Bundesagentur für Arbeit
und das Jobcenter

Weitere Angebote unter
www.jobcoaching-sued.de

Stolpersteine auf den ersten Metern

Die ersten sechs Monate gelten als riskante Zeit im Arbeitsleben. Denn sie markieren in der Regel nur eine Beobachtungsphase, in der die gegenseitige Passung genau unter die Lupe genommen wird. Dies gilt insbesondere, wenn der Mitarbeiter mit »Ballast« in den neuen Arbeitsalltag startet.

Dazu zählen zum Beispiel

- Es besteht Unsicherheit über die zugedachte Rolle
- Hohe Anspannung und Belastung im neuen Job
- Verlust oder Aufgabe des letzten Arbeitsplatzes wegen gesundheitlicher Probleme
- Qualifikation und Belastbarkeit müssen gezielt aufgebaut werden
- Die Verhaltensregeln am Arbeitsplatz sind nicht bekannt
- Der Aufbau sozialer Kompetenzen ist notwendig
- Die Betreuung von Kindern oder Angehörigen muss organisiert werden
- Es zeigen sich Über- oder Unterforderungstendenzen

Mit unserer Einstiegshilfe unterstützen wir Sie dabei, Probleme frühzeitig zu erkennen und entsprechende Lösungen zu erarbeiten. So gelingt Ihnen die langfristige Sicherung des neuen Jobs.

Mit kleinen Schritten zum Erfolg

Jeder Mensch stößt im Laufe seines Lebens und seiner persönlichen Entwicklung auf besondere Herausforderungen, belastende Lebensumstände, mangelnde Klarheit und andere Probleme. Diese eigentlich »normalen« Ereignisse können je nach Intensität unsere persönliche Handlungsfähigkeit erheblich einschränken und somit auch die Erfolgchancen im neuen Job deutlich vermindern.

Ziel dieses Coachings ist es, aktuelle und drohende Probleme zu erkennen, die manchmal verborgenen, manchmal bekannten Hintergründe dieser Konstellationen aufzudecken und hinderlichen Mustern auf die Spur zu kommen. Anschließend können diese so verändert werden, dass Sie bessere Chancen im Beruf haben und als Folge dieser positiven Veränderung auch ein besseres, zufriedeneres Leben möglich ist.

Mögliche Themen der Coachinggespräche sind dabei

- Beiderseitige Erwartungen und mögliche Konflikte erkennen
- Private Aufgaben und Wünsche mit dem neuen Job in Einklang bringen
- Die eigenen Fähigkeiten und Qualifikationen ausbauen
- Konflikte lösungsorientiert ansprechen
- Den Übergang in ein langfristiges Arbeitsverhältnis gestalten

Der Ablauf eines Coachings

Ausgehend von Ihrer individuellen Situation werden in einem Erstgespräch Ihre Bedürfnisse, Wünsche, Erwartungen und Ziele ermittelt. Daraufhin vereinbaren wir ein Ziel als Orientierung für den weiteren Ablauf des Coachings. Selbstverständlich kann – und muss – dieses modifiziert werden, wenn sich in Ihrem beruflichen Alltag entsprechende Veränderungen ergeben.

Um Sie situationsgerecht unterstützen zu können, stehen in der dreimonatigen Coachingphase 24 Unterrichtseinheiten (UE) zu je 45 Minuten zur Verfügung.



Erfolgreich in den neuen Job

Etappe

Die Einstiegsphase

Ziele

Zurechtfinden im Arbeitsalltag

Umfang: über 4 Wochen, 2 UE pro Woche, plus 4 UE flexibel nutzbar

Mögliche Themen

- Anforderungen und Erwartungen am Arbeitsplatz
- Eigene Erwartungen an den neuen Job
- Aufkommende Konflikte lösen
- Umgang mit Kollegen und Vorgesetzten
- Fehlende Qualifikationen erkennen
- Umgang mit Stress und Frust

Die Positionierungsphase

Den Platz im Unternehmen finden

Umfang: über 4 Wochen, 2 UE pro Woche

- Die Qualität der eigenen Arbeit zeigen
- Erfolgreich Netzwerke knüpfen
- Teil des Teams werden
- Weiterbildungen einleiten
- Kommunikations- und Verhaltensmuster üben
- Positionierung in der Unternehmenshierarchie
- Pläne für die Zukunft schmieden
- Maßnahmen zur Jobsicherung einleiten

Die Konsolidierungsphase

Eigene Akzente setzen

Umfang: über 4 Wochen, 1 UE pro Woche oder 2 UE alle 2 Wochen

- Den eigenen Wert fürs Unternehmen zeigen
- Die eigene Position sichern und ausbauen
- Auf neuen Kenntnissen aufbauen
- Perspektiven für die langfristige Mitarbeit schaffen
- Vorbereitung auf das Feedbackgespräch
- Den Übergang aus der Probezeit schaffen
- Mögliche Anpassung des Arbeitsvertrags