

Karrierecoaching für Arbeitnehmer:innen in Köln

# Hol das Beste aus dir raus.



100 % AVGS-MAT  
gefördert



Individuelle  
Starttermine



Technik- und  
Sprachcoaching  
nach Bedarf



[bbq.de/p/508](https://bbq.de/p/508)

## Werde zu deiner besten Version, um im Job zu überzeugen.

Du bist gerade neu in einem Unternehmen gestartet oder willst demnächst mit einer neuen Arbeit beginnen? Während der Probezeit treten Schwierigkeiten auf, mit denen du nicht fertig wirst? BBQ hilft dir mit Karrierecoaching im Beruf, diese Probleme zu lösen!

- ☑ erfahrener Coach an deiner Seite
- ☑ hilft dir die Hürden im neuen Job zu nehmen
- ☑ bessere Chancen, dass du die Probezeit überstehst
- ☑ Coaching in Deutsch, Englisch und Russisch
- ☑ auch online möglich

### Starttermine

jederzeit

### Dauer

max. 104 Coaching-  
Stunden, je nach Bedarf bis  
max. 6 Monate

### Maßnahmenummer

- 357/48/23

### Kontakt

Bella Buchner  
Köln Neuhrenfeld  
Graeffstr. 5  
50823 Köln

0221 58915080  
[koeln@bbq.de](mailto:koeln@bbq.de)

# Inhalte des Karrierecoachings

## Phase 1 Vorbereitung auf den (Wieder-)Einstieg

- Klärung der Ausgangssituation in Bezug auf die angestrebte Tätigkeit
- Kommunikationsgrundlagen im Umgang mit Vorgesetzten und Kolleg:innen
- Bedeutung von Teamarbeit und Networking im Berufsalltag
- Tipps zum Umgang mit Schwächen und Unsicherheiten
- Erkennen und Vermeiden von Stolpersteinen in den ersten Tagen
- Strategien, um berufliche und persönliche Ziele zu realisieren

 vor dem ersten Arbeitstag (max. 32 Coaching-Std.)

## Phase 2 Erfolgreich durch die ersten Wochen

- Verbesserung des persönlichen Zeit- und Selbstmanagements
- Unterstützung bei der Gestaltung und Umsetzung der Einarbeitung
- Analyse von unterschiedlichen Rollen und Erwartungen im Team
- Hilfestellungen bei der Bewältigung von Schwierigkeiten bei der Betreuung von Kindern oder Angehörigen
- Entwicklung von Strategien im Umgang mit schwierigen Kolleg:innen

 während der ersten 3 Monate (max. 44 Coaching-Std.)

## Phase 3 Sicher und erfolgreich durch die Probezeit

- Aufbau und Sicherung des sozialen und beruflichen Netzwerkes
- Situationsgerechte Anwendung von Selbstmarketing-Techniken
- Begleitung bei Kriseninterventionen und Rückmeldegesprächen
- Unterstützung bei der Konfliktbewältigung am Arbeitsplatz
- Hilfestellung beim Erkennen von Weiterbildungsbedarfen
- Erarbeitung von individuellen Perspektiven im Unternehmen

 bis zum Ende der Probezeit (max. 28 Coaching-Std.)

**Zielgruppe, Voraussetzungen und Förderung**

**Zielgruppe**  
Personen, die während der Probezeit ihre weitere Beschäftigung stabilisieren möchten.

**Voraussetzungen**  
Aufnahme einer sozialversicherungspflichtigen Tätigkeit und die Bereitschaft, sich auf das Coaching einzulassen.

**Förderung**  
über Aktivierungs- und Vermittlungsgutschein (AVGS-MAT-5) der Agentur für Arbeit oder das Jobcenter möglich.