



Claudia Stellmacher-Köthe

Diplom-Pädagogin

Coachin

Über 5 Jahre Erfahrung im Jobcoaching und in der beruflichen Orientierung

Arbeitsschwerpunkte

- berufliche Standortbestimmung und Neuorientierung
- Klärung von Stärken, Interessen und beruflichen Zielen
- Struktur im Bewerbungsprozess
- Unterstützung bei der Erstellung und Überarbeitung von Lebensläufen
- Vorbereitung auf Vorstellungsgespräche
- Entwicklung realistischer beruflicher Perspektiven

Wer bist du und was machst du im Jobcoaching?

Ich bin Diplom-Pädagogin und arbeite seit über fünf Jahren im Jobcoaching. In dieser Zeit habe ich viele Menschen begleitet, die beruflich an einem Wendepunkt stehen, zum Beispiel nach einer längeren Pause, während einer Umschulung oder mit dem Wunsch, sich neu zu orientieren.

Worum geht es im Coaching meistens?

Viele Menschen kommen mit der Erwartung, dass wir sofort am Lebenslauf oder an Bewerbungen arbeiten. Das kann sinnvoll sein, aber oft ist vorher etwas anderes wichtig: erst einmal zu klären, wohin die Reise überhaupt gehen soll.

Im Coaching schauen wir deshalb gemeinsam auf bisherige Erfahrungen, Stärken, Interessen und mögliche berufliche Richtungen. Daraus entwickeln sich häufig neue Perspektiven, die vorher noch gar nicht im Blick waren. Eine Bewerbung ist schnell geschrieben. Eine berufliche Entscheidung braucht meist etwas mehr Klarheit.

Wie arbeitest du im Coaching?

Ich arbeite strukturiert und gleichzeitig sehr individuell. Oft beginnt ein Coaching mit der Frage: „*Soll ich meinen Lebenslauf mitbringen?*“ Meine Antwort ist dann meistens: „*Erst einmal nicht.*“

Ein wichtiger Teil der gemeinsamen Arbeit ist die Rückschau auf den bisherigen beruflichen Weg. Dabei geht es nicht nur um Abschlüsse oder Jobtitel, sondern auch um Fähigkeiten, Erfahrungen und Themen, die jemand wirklich gut kann oder gerne macht.

Auf dieser Grundlage entwickeln wir Schritt für Schritt mögliche berufliche Optionen. Danach folgt die praktische Umsetzung, zum Beispiel die Erstellung oder Überarbeitung von Lebensläufen, Bewerbungen oder die Vorbereitung auf Vorstellungsgespräche.

Was ist dir im Coaching besonders wichtig?

Viele Menschen kommen ins Coaching mit dem Gefühl, festzustecken oder nicht genau zu wissen, was sie eigentlich können. Wenn man den eigenen Weg einmal in Ruhe betrachtet, zeigt sich oft ein anderes Bild. Fähigkeiten und Erfahrungen, die lange selbstverständlich erschienen sind, bekommen plötzlich eine neue Bedeutung. Mir ist wichtig, dass diese Stärken wieder sichtbar werden und als Grundlage für die nächsten Schritte dienen.

Was können Teilnehmende vom Coaching erwarten?

Kein fertiges Rezept, aber eine strukturierte Begleitung. Ziel ist nicht die schnellste Bewerbung, sondern eine berufliche Perspektive, die realistisch ist und wirklich passt.