



---

# MEIN WEG ZUM COACH

---



22. JANUAR 2024

Susanne Rodriguez Kalz

## VORSTELLUNG

Ich bin 44 Jahre alt als meine Reise beginnt.

Alleinerziehend.

Ein Sohn. 12 Jahre alt.

Schulabschluss: erweiterter Sekundarabschluss II

Weitere Qualifikationen bisher: Ausbildung zur Kauffrau für Bürokommunikation, AEVO-Schein und zertifizierte qualifizierte Personalfachkraft.

Meine berufliche Laufbahn ist kurz: ich habe in einem Betrieb meine Ausbildung zur Kauffrau für Bürokommunikation gemacht. Danach habe ich in diesem Betrieb im Kundenservice gearbeitet. Bis vor kurzem.

Zu meinen Hauptaufgaben gehörten der Umgang mit Kunden, Kommunikation mit Kunden (telefonisch und schriftlich), schnelle Arbeitsweise, schnelle Lösungssuche, Kundenbindung und Verkauf zu meinen Hauptaufgaben.

Außerdem habe ich vor einigen Jahren zusammen mit ein paar Kollegen, andere Kollegen aus einem neuen Standort für mehrere Wochen ausgebildet.

Ein Teil dieses Jobs befriedigte seit vielen Jahren mein grundlegendstes Bedürfnis: ich will Menschen helfen.

Meine Stimmung ist von „ich habe mein Hobby zu meinem Job gemacht“ zu „ich weiß nicht, wie ich morgen diesen Job weiter machen soll“ übergegangen.

Nach über 23 Jahren war der Punkt gekommen, an dem ich etwas verändern musste.

## DAS PROBLEM

Der Job hatte im Laufe der Jahre einige Höhen und Tiefen. In den ersten 10 Jahren war ich voller Firmenstolz. Viele Kollegen sagten damals zu mir: „Wenn es Bettwäsche mit Logo gäbe, würdest du sie dir kaufen“.

In der Tat. Das hätte ich getan.

Alles war innovativ, das Team war super. Die Kollegen waren über viele Jahre dieselben. Man lernte seine Stärken und Schwächen gegenseitig kennen.

Irgendwie baute ich fast meinen kompletten Freundeskreis um meine Arbeit herum auf.

Mein Leben war damals eh im Umbruch: Auszug von zu Hause, eigene Wohnung, eigenes erstes Auto, und ein gut bezahlter Job.

Dann schlichen sich heimlich immer mehr Punkte hinzu, die es mir schwerer machten.

Wochenendschichten kamen hinzu, Nachtschichten auch.

Die Dienstpläne wurden immer härter. Mit immer mehr Wochenenden.

Aber all das konnte ich noch akzeptieren. Denn meine ganzen Freunde arbeiteten dort, der Job wurde gut bezahlt und an die Schichten gewöhnte ich mich.

Die Wende brachte der Punkt *Verkauf*. Ohne Gnade.

Es wurde vorgeschrieben, was welchem Kunden angeboten werden sollte.

Natürlich wurden wir geschult, trainiert, im Job trainiert (es sitzt jemand neben dir, der dir nach jedem Gespräch erzählt, was du hättest besser machen können).

Auch diese Phase ging eine ganze Weile gut. Mal funktionierte der Verkauf gut, und mal schlecht. Aber ich kam über die Runden.

Es schlichen sich andere Veränderungen ein. Auf einmal wurden 2x täglich Teambesprechungen einberufen, in denen jeder erzählen sollte, was denn sein Verkaufsziel für heute wäre.

Das wurde dann so weit geändert, dass diejenigen, die ihre Zahlen in der Vorwoche nicht erreicht hatten, montags dem Teamleiter erzählen sollten, was ihr Ziel für den Tag war.

Bei Dienstende durfte man den Teamleiter nochmal anrufen und erzählen, was man von seinem Ziel erreicht hatte.

Ich hoffe, ich kann den Druck ansatzweise darstellen durch meine Worte.

Jetzt kam der Punkt, den ich weiter oben schon beschrieben hatte.

Ich wusste sonntags nicht, wie ich montags morgen meinem Teamleiter meine Ziele erklären sollte.

### SYMPTOMATIKEN

Wie machte sich dieser Druck bei mir bemerkbar?

Rückenschmerzen, Bauchschmerzen.

Nachts konnte ich nicht schlafen, weil meine Gedanken Karussell fuhren. Immer weiter im Kreis. Immer weiter.

Herzklopfen und schwitzen, sobald ich an die Konfrontation mit meinem Teamleiter dachte.

Gereiztheit.

Leere.

Perspektivlosigkeit.

Verzweiflung.

Zukunftsangst.

## ERWACHEN

Ich nenne diesen Punkt bewusst erwachen.

Denn eines Morgens wachte ich auf und wusste ganz klar und deutlich: so geht es nicht weiter.

Ich wusste noch nicht, WIE es weiter gehen sollte: aber SO ging es nicht weiter.

Mit viel Mut in Petto ging ich zu meinem Teamleiter und sprach es aus.

Ich äußerte meinen Wunsch der Umorientierung.

Es kam natürlich die Frage: Wohin?

Tja, das wusste ich auch nicht. Ich wusste nur: so geht es nicht weiter.

Es war, als würde ich auf einmal mit einem lauten „Puh“ ausatmen, nachdem ich wochenlang die Luft angehalten hatte.

Ich konnte wieder atmen.

## WAS MACHE ICH JETZT?

Die Phase der Umorientierung war anfänglich wirklich sehr verwirrend. Ich wusste gar nicht was auf dem Arbeitsmarkt los war...

Ich wusste nicht, was ich überhaupt für Stärken hatte.

Schwächen kannte ich zuhauf.

Ich durchlebte alle Phasen des Jobcoachings:

- Potenzialanalyse und Fähigkeitsprofil  
Ich musste meine Bewerbungsunterlagen auf Vordermann bringen und ein passendes Bewerbungsfoto machen.  
Welche Wunschberufe würden für mich in Frage kommen?  
In meinem Fall war die Frage "Was macht dich aus?" der Gamechanger.  
Diese Frage mit Antworten zu befüllen hat ungefähr 2 Wochen gedauert.  
Hier kam der Wunsch zutage, Jobcoach/Coach zu werden.
- Zielsetzung  
Wie erreiche ich meinen Wunsch?  
Der erste Schritt war, mich zu informieren welche Möglichkeiten zur Ausbildung ich überhaupt zur Verfügung habe. Was kosten die?  
Also habe ich mich nebenberuflich erst zur Mediatorin und gleichzeitig zur systemischen Coach ausbilden lassen.  
Hier habe ich Ausbildungen gewählt dessen Wochenendmodule sich nicht überschneiden.  
Tagsüber habe ich meine EDV-Kenntnisse und Büroorganisationskenntnisse aufgefrischt.  
Außerdem habe ich mich zur Onlinetrainerin (Grundkenntnisse) und Jobcoach zertifizieren lassen.

In der ganzen Zeit habe ich nebenbei Netzwerke gepflegt, wo es nur ging. Jeder Weiterbildungskurs bot mir Menschen, die aus verschiedensten Kreisen kamen, aber für eine gewisse Zeit gemeinsame Interessen mit mir hatten.

Ich war bei verschiedensten Veranstaltungen. Von Jobmessen zu Zukunftstagen.

Im Bereich Personalentwicklung habe ich die Chance gehabt, bei Vorträgen und Coachings zuzuschauen.

Eine besondere Veranstaltung fand im Rahmen des 10-jährigen Jubiläums der In-Konstellation statt. Hier haben ich zusammen mit vielen anderen Coaches aus ganz Deutschland, mehrere Coachings und Vorträge von und mit Herrn Gunther Schmidt erleben dürfen.

Es waren anstrengende, wunderbare, bereichernde, verändernde 14 Monate.

- Handlungsstrategie und Arbeitsplatzsuche

Nun habe ich alle Zertifikate und aber noch so gut wie keine Erfahrung bzw. Praxis in diesem Bereich.

Am Ende habe ich 6 Bewerbungen geschrieben. Und eine Zusage bekommen.

Ich hatte aber noch einen Plan B: wenn ich noch keine Zusage bekommen hätte, dann hätte ich mich als Co-Trainerin-Praktikantin beworben, um erstmal Praxis zu bekommen, bzw. einen Trainer bei seiner Arbeit zu beobachten und dazu zu lernen.

- Umsetzung

In meinem Fall ging die Strategie in die Umsetzung über und dauerte nur ein paar Wochen.

Ich habe ganz gezielt Stellenanzeigen im Bereich Jobcoaching mit Schwerpunkt auf Einzelcoaching gesucht.

Hier habe ich gleich im Bewerbungsgespräch einen Termin für eine Hospitation gemacht.

Und es hat geklappt.

Sehr gut sogar.

## ZWISCHENSTAND

Ich nenne diesen Punkt Zwischenstand, weil ich mit Sicherheit noch nicht am Ende meiner Reise bin.

Es fühlt sich eher so an, als wäre der Hauptcharakter in meinem Film grade ausgebildet worden und jetzt beginnt erst das eigentliche Abenteuer.

Ich arbeite als Jobcoach und bin sehr glücklich, hier auch meine Coach- und Trainingserfahrungen anzubringen und zu erweitern. Aber die Reise ist noch nicht vorbei. Ich habe noch einige Pläne und Weiterbildungswünsche, die ich aber etwas langsamer angehen möchte.

An erster Stelle möchte ich nun meine ganze Erfahrung in die Tat umsetzen und ins TUN kommen. Denn das Zertifikat macht mich ja nicht zum Coach. Sondern die Praxis.

Zukünftig könnte ich mir auch vorstellen mit Paaren zu arbeiten und mich dahingehend durch weitere Qualifizierungen zu spezialisieren.

## FAZIT

Quereinstieg at it's best !!

Von der Call-Center-Agentin zum Jobcoach.

Für mich gibt es ein davor und danach, wenn es ums Coaching geht.

Mein selbst erlebtes Jobcoaching hat mich sehr deutlich verändert. Ich habe in der ganzen Zeit viel und vor allem viel über mich selbst gelernt.

Ich habe Wertschätzung in meinem Umfeld erfahren, und aber auch gelernt mich selbst wertzuschätzen.

Dadurch habe ich in diesen 14 Monaten Dinge geschafft, die ich mir vor 2 Jahren niemals hätte erträumen lassen.

Mich hat meine Selbsterfahrung und das Coaching stärker gemacht. Ich bin nun zufriedener mit mir selbst. Meine Stärken sind stärker geworden.

Und meine Schwächen? Na, die haben jetzt Namen und sind fester Bestandteil von mir geworden.

Sie bekommen die gleiche Wertschätzung wie meine Stärken.

Quellenangaben:

Bild auf dem Titelblatt: pixabay.de