

Du überlegst, ein AVGS-Coaching zu starten, bist dir aber noch nicht sicher, ob es gerade das Richtige für dich ist? Diese Checkliste hilft dir bei der Einschätzung.

Klarheit & Motivation

- ☐ Ich möchte meine berufliche Situation aktiv verändern.
- ☐ Ich bin bereit, mich mit meinen Stärken, Wünschen und Zielen auseinanderzusetzen.
- ☐ Ich wünsche mir Unterstützung bei der beruflichen (Neu-)Orientierung.
- ☐ Ich bin offen für neue Perspektiven, Impulse und ehrliches Feedback.

Berufliche Ausgangssituation

- ☐ Ich bin aktuell arbeitssuchend, arbeitslos, von Kündigung bedroht oder in beruflicher Veränderung.
- ☐ Ich habe Fragen zu Bewerbungen, Vorstellungsgesprächen oder meiner Positionierung.
- ☐ Ich bin nach einer längeren Pause (z. B. Elternzeit, Krankheit, Pflegephase) unsicher beim Wiedereinstieg.
- ☐ Ich bin beruflich unzufrieden und auf der Suche nach Orientierung.

AVGS-Voraussetzungen

- ☐ Ich bin bei der Agentur für Arbeit oder dem Jobcenter gemeldet.
- ☐ Ich weiß, dass der nächste Schritt die Beantragung des den Aktivierungs- und Vermittlungsgutscheins (AVGS) ist.
- ☐ Ich bin bereit, meine Motivation für das Coaching im Gespräch mit meiner Ansprechperson zu erklären.

Bereitschaft zur Zusammenarbeit

- ☐ Ich kann mir vorstellen, regelmäßig an Coaching-Terminen teilzunehmen.
- ☐ Ich bin bereit, aktiv mitzuarbeiten – auch außerhalb der Sitzungen.
- ☐ Ich wünsche mir professionelle Begleitung, aber möchte selbst Entscheidungen treffen.
- ☐ Ich sehe Coaching als Chance, nicht als Pflichtprogramm.

Auswertung:

12-15 Kreuze: Du bist absolut bereit! Nutze die Chance, dich beruflich neu aufzustellen.

8-11 Kreuze: Du hast eine gute Basis – Coaching kann dir helfen, mehr Klarheit und Richtung zu finden.

0-7 Kreuze: Vielleicht ist es noch nicht der richtige Zeitpunkt – oder du brauchst noch etwas Orientierung vor dem Coachingstart.