

bietet seit 1984 Orientierungskurse für Wiedereinsteigerinnen an. Die Kurse richten sich an Frauen, die nach einer längeren Berufsunterbrechung wieder erwerbstätig werden möchten und sich mit ihrer beruflichen Perspektive auseinandersetzen müssen.

### Kursziel

Durch intensive Auseinandersetzung mit der persönlichen Lebenssituation und umfassenden Informationen zur Erwerbsarbeit wird die Entwicklung einer nachhaltigen Berufs- und Lebensperspektive für jede einzelne Teilnehmerin erarbeitet.

Wir unterstützen die Teilnehmerinnen, indem wir sie an selbst gesteuerte Lernmethoden heranzuführen, und sie befähigen, sich selbständig Informationen zu beschaffen und diese zielorientiert zu verarbeiten.

Der berufliche Wiedereinstieg oder Umstieg bedeutet Veränderungen und Herausforderungen auf vielen Ebenen: Beruflich neu gefordert zu sein und sich einzuarbeiten gehört dabei genauso dazu wie sich selbst, die Kinder und Partner auf neue Lebensrhythmen und Veränderung einzustellen.

Ausgangspunkt unserer Arbeit ist die Lebenswelt von Frauen und Männern, die ihre Berufsperspektive in Verbindung mit ihren Aufgaben in der Familie entwickeln wollen oder müssen.

Nach einer längeren Berufsunterbrechung stellt sich die Frage nach dem Berufziel und den aktuellen Anforderungen auf dem Arbeitsmarkt neu. Es entstehen Unsicherheiten und Zweifel am eigenen Können und den aktuellen Standards auf dem Arbeitsmarkt. Daran arbeiten wir damit zum Ende des Kurses jede Frau ihre angestrebte Berufsperspektive kompetent umsetzen kann.

### Teilnahmevoraussetzungen

Berufsrückkehrerinnen und Rückkehrer aus allen Berufssparten, die ihre Berufstätigkeit zu Gunsten ihrer Familie längere Zeit unterbrochen haben und sich beruflich neu orientieren möchten.

## Lernform

Die einzelnen Lerneinheiten werden je nach Bedarf in der **Gruppe** oder **individuell** erarbeitet, Die Teilnehmerinnen treffen sich nach den Workshops und entwickeln ihr Profil in der **Expertinnengruppe** weiter.

Während der gesamten Kurszeit werden Sie **individuell beraten** und bei der Entscheidungsfindung unterstützt.

Nach Abschluss können Sie bis zur beruflichen Integration durch **Einzelgespräche (Coaching)** unterstützt werden

## KURSinHALTE

### Modul I Kompetenzprofile

- Erwerbsarbeit – Familienarbeit, Arbeitsteilung und ihre Folgen
- Kompetenz- und Qualifikationsanalyse bezogen auf Familienarbeit / frühere Berufsausbildung) Transfermöglichkeiten in die Erwerbsarbeit
- Work-Live-Balance, Profiling

### Modul II Berufsfindung

- veränderte und neue Berufsbilder, Qualifikationsanforderungen, Selbstreflexion
- Modifikations- und Erweiterungsmöglichkeiten eigener Kompetenzen
- Weiterbildungsmöglichkeiten
- individuelle Berufswegeplanung

### Modul III EDV Grundlagen

- bei Bedarf Einführung Windows XP, MS- Word, Internet

### Modul IV Praktikumsvorbereitung

- Entscheidungsfindung
- Praktikumssuche
- Bewerbung

## Modul V Bewerbung

- Bewerbungsstrategien
- Lebenslauf
- Bewerbungsverfahren
- zielorientierte Internetrecherche

## Modul VI Recht

- Arbeitszeitmodelle und Sozialversicherung
- Gehälter, Arbeitsentgelt Arbeitsrecht, Arbeitsförderungsgesetze, SGB III, BAFÖG

## Modul VII Perspektiventwicklung

- Bewerbung – Vorstellungsgespräche – Onlinebewerbung
- Weiterbildung
- Aktionsplan zur Umsetzung der persönlichen Berufsperspektive

## Praktikum

- in einem selbst gewählten Betrieb
- 4 – 6 Wochen jeweils 5 Vormittage

## Zeitstruktur

**Module** jeweils Mo – Mi 9.00 – 12.30 Uhr

Sie erhalten nach Absolvierung des Kurses ein sefo femkom Zertifikat.

## Anmeldung

Eine Anmeldung ist erst nach einem persönlichen Gespräch möglich

Informationen auf telefonische Anfrage

Eigenanteil Kosten: 200 Euro

Ansprechpartnerin

Esther Hachen

Tel.: 06151 41230

E-mail: EstherHachen@femkom.de

**Gleichstellung von Frauen auf dem Arbeitsmarkt**

Die Stadt Darmstadt und der Landkreis Darmstadt-Dieburg fördern die Berufsrückkehr von Frauen nach Familien bedingter Berufsunterbrechung.

**Frauen und Erwerbsarbeit**

Angebote zur beruflichen Bildung, Tagungen, Veranstaltungen zu berufspolitischen Themen

- **Orientierungskurse** für Berufsrückkehrerinnen
- **Buchhalterin IHK**
- **IHK Fachkraft - Sachbearbeitung**
- **Büro- und Verkaufsmanagement** für berufserfahrene Frauen
- **EBC\*L** – European Business Competence\*License
- **IT-Basiswissen**  
EDV-Vertiefungsseminare, themenorientierte Angebote
- **Weiterbildungsdatenbank**  
<http://www.frauenbildung-starkenburg.de>
- **Berufliche Beratung und Coaching** für Berufsrückkehrerinnen/ erwerbslose/ erwerbstätige Frauen - Wiedereinstieg, Berufswegeplanung, Weiterbildung, Bewerbung, Bewerbungsverfahren, Mobbing
- **Infoveranstaltungen**  
Berufsrückkehr und Weiterbildung
- **Existenzgründungsberatung**, Workshops zur Existenzgründung
- **femmedia Selbstlernzentrum**  
EDV Training, blended learning
- **Soziale Kompetenzen**  
Beratung- Workshops , Testungen  
Potenzialanalyse, Familienkompetenzanalyse,  
Work – Life – Balance = Live-Work-Balance
- **Bewerbungstraining**
- **Elternzeitseminare und Beratung** zur Klärung der Berufsperspektive
- **Kooperationen und Vernetzung** mit weiterbildungsinteressierten Unternehmen zur Chancengleichheit auf dem Arbeitsmarkt.

Über weitere Angebote informieren Sie sich bitte im Internet oder fordern Sie unsere Flyer an.

Frauenkompetenzzentrum  
Wienerstraße 78  
64287 Darmstadt

Tel. 06151-41230  
Fax 06151-423701  
mail@femkom.de

<http://www.femkom.de>

sefo\_femkom ist zertifiziert durch Weiterbildung Hessen e.V.



und anerkannter Bildungsträger nach AZWV (Anerkennungs- und Zulassungsverordnung Weiterbildung).

sefo femkom ist akkreditiertes Prüfungszentrum für den Wirtschaftsführerschein EBC\*L  
[www.ebcl.de](http://www.ebcl.de)



**Qualifizierungsscheck**  
[www.Qualifizierungsscheck.de](http://www.Qualifizierungsscheck.de)

**Beratungsstelle** zum Ausstellen eines Gutscheins zur Weiterbildung  
Hessen zahlt 50% der Weiterbildung bis zu 500 € für bestimmte Zielgruppen

**Weiterbildungsdatenbank - regional**  
[www.frauenbildung-starkenburg.de](http://www.frauenbildung-starkenburg.de)

**Berufsorientierung  
zum Wiedereinstieg für  
Frauen und Männer  
nach der Elternzeit**

Module  
Expertinnengruppe  
Coaching

08. März 2010



Frauenkompetenzzentrum  
gefördert durch

Wissenschaftsstadt  
Darmstadt



Region  
der Zukunft  
Landkreis  
Darmstadt-Dieburg