

### Fragen aus dem Arbeitspaket zur Vorbereitung auf Ihr Beratungsgespräch:

Vor einem Beratungsgespräch in Ihrer Agentur bekommen Sie ein Arbeitspaket mit Fragen zu Ihrer beruflichen und persönlichen Situation:

#### Arbeitsmarkt

- Wie sind die Chancen auf dem Arbeitsmarkt für meinen Beruf oder Berufswunsch?
- Habe ich schon bei meinem bisherigen Betrieb wegen einer erneuten Beschäftigung nachgefragt?

#### Mobilität

- Welche Arbeitsorte kann ich mit welchen Verkehrsmitteln erreichen?
- Kann ich bei entfernten Arbeitsplätzen meinen persönlichen Zeitrahmen einhalten (Pendelzeiten)?
- Kann ich mir einen Umzug in eine andere Region vorstellen?

#### Persönliche Zielfestlegung

- Welchen Beruf kann ich mir sonst vorstellen?
- Welche Arbeitszeiten sind mir möglich?
- Möchte ich mich selbstständig machen?

#### Kenntnisse

- Welche Sprachkenntnisse kann ich aufweisen?
- Welche neuen Kompetenzen (z.B. Planen, Organisieren, Kommunizieren) habe ich während meiner Familienphase erworben?

#### Berufliche Qualifizierung

- Reichen meine Fach- und EDV-Kenntnisse aus?
- Muss ich mein berufliches Fachwissen auffrischen oder muss ich mich sogar beruflich neu orientieren?
- Bin ich zum Besuch einer Weiterbildungsmaßnahme bereit?
- Welche finanziellen Hilfen kann ich erhalten?

#### Abstimmung mit der Familie

- Wer kann mich unterstützen?
- Wie organisieren wir in der Familie inhaltlich und zeitlich meinen Wiedereinstieg ins Berufsleben?
- Wie werden die Kinder betreut (auch während der Ferienzeiten im Kindergarten oder in der Schule)?

Auskunft und Hilfe zu Fragen der Kinderbetreuung erhalten Sie in der Regel beim Jugendamt, bei den kommunalen Gleichstellungsstellen oder den Regionalstellen "Frau & Beruf".

#### Agentur für Arbeit

- Habe ich schon einen Beratungstermin in der Agentur?
- Welche Eigenbemühungen kann ich vorweisen?
- Sind meine Bewerbungsunterlagen aktuell (Nachweis über Ausbildung, Beschäftigungszeiten, Zeugnisse, usw.)?

**Bitte bringen Sie Ihre Unterlagen mit!**

Beauftragte für  
Chancengleichheit am  
Arbeitsmarkt

FIT FÜR DEN WIEDEREINSTIEG



Zurück in den  
Beruf

#### Herausgeber

Bundesagentur für Arbeit  
Stab Chancengleichheit am Arbeitsmarkt  
Januar 2006  
Tel.: 09 11 / 179-0  
[www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de)

## Sie möchten ins Berufsleben zurückkehren:

Mehr als zwei Drittel aller Frauen nehmen Elternzeit in Anspruch. Nicht immer ist ein Wiedereinstieg bei Ihrem bisherigen Arbeitgeber möglich. Vielleicht möchten Sie auch den Wiedereinstieg als Chance für eine Neuorientierung nutzen: Suchen Sie in der Jobbörse ([www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de)) nach Stellenangeboten - in Vollzeit oder Teilzeit. Die Stellenangebote werden dort täglich aktualisiert. Nutzen Sie auch Fach- und Tageszeitungen zur Stellensuche.

Testen Sie Ihren "**aktuellen Marktwert**" und Ihre Belastbarkeit über ein befristetes Beschäftigungsverhältnis oder in einem Minijob.

Die **Arbeitsvermittlung** Ihrer Agentur für Arbeit hält täglich neue interessante Angebote bereit.

Besuchen Sie das "**BIZ**", das Berufsinformationszentrum Ihrer Agentur für Arbeit, das mit Informationsmappen, Filmen, Büchern, etc. über nahezu alle Fragen der Arbeitswelt und vor allem über Berufe informiert.

Holen Sie sich die kostenlose Broschüre **Frauen und Beruf** aus der Reihe "Beruf Bildung Zukunft", **BBZ Heft Nr. 7** im BIZ.

Nutzen Sie in Ihrer Agentur für Arbeit die Selbstinformationseinrichtungen und "surfen" Sie in **KURSnet**, der Datenbank für Aus- und Weiterbildung, die Ihnen einen bundesweiten Überblick zu Angeboten der schulischen Ausbildung und zum Hochschulstudium sowie der beruflichen Weiterbildung gibt. Neben den Adressen der Bildungsanbieter hält KURSnet auch ausführliche Informationen zu den Bildungszielen bereit.

Im **BERUFenet** finden Sie ausführliche Informationen zu betrieblichen Ausbildungsgängen bis hin zu Perspektiven und beruflichen Alternativen.

Besuchen Sie Ihre Agentur für Arbeit per Mausklick unter:

- [www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de)
- > Service von A bis Z
- > Beratung und Berufswahl
- > Chancengleichheit am Arbeitsmarkt.

Hier sind Informationen für Berufsrückkehrerinnen und Berufsrückkehrer bereitgestellt.

Immer mehr Frauen wagen den Schritt in die **Existenzgründung**. Wäre dies auch eine Alternative für Sie? Zahlreiche Förderprogramme - nicht nur von der Agentur für Arbeit - unterstützen Sie bei diesem Vorhaben. In fast allen Städten gibt es spezielle Beratungsangebote für Frauen.



## Nutzen Sie Ihre Chancen - Wir beraten Sie gern:

Die Agenturen für Arbeit bieten regelmäßig für Berufsrückkehrerinnen und Berufsrückkehrer **Informationsveranstaltungen** durch die Beauftragten für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt an.

Sie erhalten dort erste Informationen, die Ihnen den beruflichen Wiedereinstieg erleichtern, z.B. zu Vermittlung in Arbeit, zur Arbeitsmarktsituation, zum Bewerbungstraining und zu Fortbildungsmöglichkeiten.

Sie werden über die Förderungsvoraussetzungen und -möglichkeiten informiert. Außerdem erhalten Sie Hilfen beim Weg durch die Institution "Agentur für Arbeit".

Melden Sie sich am besten **telefonisch** für ein persönliches Beratungsgespräch mit einem Arbeitsvermittler in der Agentur für Arbeit an. Nutzen Sie die Fragen aus dem Arbeitspaket in diesem Faltblatt, das Ihnen bei der Vorbereitung auf den beruflichen Wiedereinstieg helfen soll.

In bestimmten Fällen können Ihre Bemühungen um eine Arbeitsstelle oder eine Qualifizierung **finanziell unterstützt** werden. Um abzuklären, welche Leistungen in Ihrem Fall möglich sind, vereinbaren Sie bitte einen Termin zum Vermittlungsgespräch.

Sofern eine berufliche Qualifizierung zum Wiedereinstieg in den Arbeitsmarkt notwendig und zweckmäßig ist, kann die Agentur für Arbeit gegebenenfalls die Kosten für die berufliche Weiterbildung sowie die Fahrtkosten zur Bildungsstätte und Kinderbetreuungskosten übernehmen.

Bei Qualifizierungsbedarf werden Ihnen Lehrgänge angeboten, die Ihren besonderen Bedürfnissen angepasst sind und die **Vereinbarkeit von Familie und Beruf** für Frauen und Männer erleichtern: sei es inhaltlich - um alte Kenntnisse aufzufrischen und neue Qualifikationen zu vermitteln oder organisatorisch - wie Teilzeit- oder Telelearningangebote.