



Arbeitsgemeinschaft der kommunalen  
Gleichstellungsbeauftragten  
im Kreis Gütersloh

## **Brücken bauen in den Beruf** **Ein Angebot für Berufsrückkehrerinnen im Kreis Gütersloh**

### **- Fragen zur Vorbereitung auf das Seminar -**

*„Einen von anderen geebneten Weg zurück in den Beruf gibt es nicht!“*  
(Ute Ehrhardt, Frauen steigen wieder ein, 1998)

Sie planen **nach der Familienphase, nach einer Berufsunterbrechung oder aus der Arbeitslosigkeit heraus** einen beruflichen Neuanfang? Sie möchten sich gezielt auf den Weg in das Erwerbsleben vorbereiten und sehen sich nach geeigneten Möglichkeiten für die Gestaltung Ihrer Zukunft um? Sie können in einen vormals erlernten und ausgeübten Beruf zurückkehren oder Sie möchten eine berufliche Veränderung wagen oder sich gar einen neuen Berufsweg erschließen?

Damit Sie für sich einen geeigneten Weg finden, wurde im Kreis Gütersloh das Projekt **„Brücken bauen in den Beruf“** eingerichtet. Ansprechpartnerinnen dieses Projektes sind für Sie die kommunalen Gleichstellungsbeauftragten im Kreis Gütersloh.

Das Seminar **„Brücken bauen in den Beruf“** begleitet Sie ein Stück des Weges. Zur Vorbereitung bitten wir Sie, sich etwa **45-60 Minuten** Zeit zu nehmen und die Fragen auf den folgenden Seiten für sich zu beantworten. Es gibt hier kein Richtig oder Falsch und kein Gut oder Schlecht. Wichtig ist einzig, dass Sie sich mit Ihrem Hintergrund als Vorbereitung für den Weg in den Beruf auseinandersetzen. Dann haben Sie eine gute Grundlage für das Seminar, für Gespräche mit Beratungsstellen, der Arbeitsagentur oder möglichen Arbeitgebern.

*Wir freuen uns, Sie im Seminar kennen zu lernen und wünschen Ihnen bis dahin viel Erfolg bei dem Bau Ihrer Brücke in eine neue Berufstätigkeit!*

**Bevor Sie aktiv Ihren Berufseinstieg vorbereiten, klären Sie für sich Ihre Erwartungen an einen Beruf sowie Bedeutung und Vorstellung von Berufstätigkeit:**

1. Welche Aspekte von Berufstätigkeit sind mir persönlich wichtig? Bitte kreuzen Sie an!

**Materielle Aspekte**

- Existenzsicherung
- Auf eigenen Füßen stehen
- Zusatzverdienst
- Höheren Lebensstandard
- Arbeitsplatzsicherheit
- Soziale Sicherheit
- Urlaubs- und Arbeitszeitregelung
- Aufstiegsmöglichkeiten

**Arbeitsinhaltliche Aspekte**

- Fachinteresse
- Interessen an bestimmten Tätigkeiten
- Abwechslung
- Selbständigkeit bei Planung und Arbeitsausführung
- Weiterbildung
- Verantwortung übernehmen
- Gesellschaftlicher Nutzen durch Arbeit

**Soziale Aspekte**

- Kontakte
- Anerkennung
- Status
- Karriere
- Unabhängigkeit von Familie/Partner

**Individuelle Aspekte**

- Beschäftigung
- Freude an Tätigkeit und Leistung
- Gefordert werden
- Eine Aufgabe haben
- Bestätigung eigener Fähigkeiten
- Sich weiterentwickeln
- Selbstverwirklichung

2. Welchen Stellenwert kann und soll der Beruf in meinem Leben einnehmen?

3. Wie wichtig ist mir Berufstätigkeit für meine persönliche Entwicklung?

4. Welche Rolle spielen im Vergleich dazu soziale Beziehungen, Hobbys, Interessen, Aktivitäten in Gruppen und Vereinen etc. für mich?

5. Wie sollte der künftige Arbeitsplatz beschaffen sein?

In welchem Bereich?

Welche Aufgaben?

Welche Arbeitszeit?

## **Bestandsaufnahme:**

Schul- und Berufsausbildung, Weiterbildungen, Kompetenzen, Fähigkeiten, Fertigkeiten, Kenntnisse und Interessen – bitte füllen Sie aus!

### **Schule:**

---

- Abschluss:
- Lieblingsfächer:
- Fächer mit besonders guten Leistungen:
- Fächer mit schwächeren Leistungen:
- Traumberuf:

### **Berufsausbildung:**

---

- In welchem Alter:
- Ausbildung(en) als:
- Betriebliche Ausbildung:
- Studium:
- Praktika:

### **Erwerbstätigkeit:**

---

- Ausgeübter Beruf:
- Zeitraum:
- Arbeitsstellen:
- Besondere berufliche Erfolge:
- Dauer der Phase außerhalb der Berufstätigkeit:

### **Weiterbildung**

---

Welche zusätzlichen Qualifikationen bringen Sie mit (Fortbildungen, VHS-Kurse, Erfahrungen,...):

- durch den Beruf:
  
- durch den privaten/familiären Bereich:
  
- Sonstiges:

**Tätigkeiten im Ehrenamt oder politisches, soziales, kulturelles Engagement:**

---

**Woran haben Sie Spaß? Besondere Fertigkeiten/Hobbys/Interessen:**

---

**Was können Sie besonders gut? Besondere Kenntnisse/Talente/Neigungen:**

---

**Interessen im:**

---

- Handwerklichen Bereich:
- Sozialen Bereich:
- Gesundheitsbereich:
- Büro/Bank/Verwaltung:
- Verkauf/Einzel-, Groß-, Außenhandel:
- Sonstiges:

## Berufserfahrungen bewerten bzw. beurteilen:

Kreuzen Sie bitte in Selbstbewertung an, wie *gerne/gut* oder wie *ungern/schlecht* folgende Aufgaben/Arbeiten von Ihnen ausgeführt wurden:

| Arbeits-/Aufgabenbeschreibung            | gerne | gut | ungern | schlecht | nicht ausgeführt |
|--|-------|-----|--------|----------|------------------|
| Routineschreibarbeiten                   |       |     |        |          |                  |
| Kopfrechnen                              |       |     |        |          |                  |
| Schwierige Rechenaufgaben                |       |     |        |          |                  |
| Schwierige Schreibarbeiten               |       |     |        |          |                  |
| EDV/Computerarbeiten                     |       |     |        |          |                  |
| Kreative Arbeiten                        |       |     |        |          |                  |
| Probleme lösen                           |       |     |        |          |                  |
| Zeichnen (technisch)                     |       |     |        |          |                  |
| Zeichnen (künstlerisch)                  |       |     |        |          |                  |
| Technische Arbeiten                      |       |     |        |          |                  |
| Mechanische Arbeiten                     |       |     |        |          |                  |
| Verhandeln am Telefon                    |       |     |        |          |                  |
| Kundenberatung am Telefon                |       |     |        |          |                  |
| Kundenberatung persönlich                |       |     |        |          |                  |
| Verkauf (Einzelhandel)                   |       |     |        |          |                  |
| Verkauf (Vertreterin)                    |       |     |        |          |                  |
| Alleine/selbständig Arbeiten             |       |     |        |          |                  |
| Teamarbeit                               |       |     |        |          |                  |
| Unter autoritärer Führung arbeiten       |       |     |        |          |                  |
| Unter freiheitlicher Führung arbeiten    |       |     |        |          |                  |
| Etwas aus dem Nichts aufbauen            |       |     |        |          |                  |
| Selbständig planen können                |       |     |        |          |                  |
| Organisieren können                      |       |     |        |          |                  |
| Initiative entwickeln                    |       |     |        |          |                  |
| Verschwiegen sein                        |       |     |        |          |                  |
| Termine einhalten/verwalten              |       |     |        |          |                  |
| Andere Punkte, die Ihnen dazu einfallen: |       |     |        |          |                  |
| - ...                                    |       |     |        |          |                  |
| - ...                                    |       |     |        |          |                  |
| - ...                                    |       |     |        |          |                  |
|  |       |     |        |          |                  |

(nach Vera F. Birkenbihl, Der persönliche Erfolg, München 1995)