

Bewerbungstraining für Frauen

am Mittwoch, 8. September
9 bis 16 Uhr
in Breitenfelde, Amtsgebäude, Borstorfer Str. 1

Viele Frauen, die nach einer Familienphase wieder in den Beruf einsteigen wollen, die eine Ausbildung beginnen möchten oder neue berufliche Ziele anstreben wollen, stehen vor der Herausforderung, eine aussagefähige und ansprechende Bewerbung zu erstellen.

Viele stellen sich ähnliche Fragen:

- Wann ist meine Bewerbung überzeugend? Welche Bewerbung passt zu mir? Welche Unterlagen gehören dazu? Wie sieht heute ein Lebenslauf aus?
- Welche Qualifikationen, Kenntnisse und Fähigkeiten bringe ich mit für einen (Wieder-)Einstieg in den Beruf? Wie überzeuge ich damit? Welcher Beruf passt (noch) zu mir?
- Wie läuft ein Vorstellungsgespräch ab? Was fragen Arbeitgeber häufig? Wie kann ich meine Kompetenzen herausstellen? Welche Strategien kann ich bei provokativen Fragen anwenden? Was will und kann ich fragen? Wie kann ich mich vorbereiten und wie will ich auftreten?

Damit die Bewerbung kein „Buch mit sieben Siegeln“ bleibt, geht es in dem Seminar um konkrete Hilfestellungen für den Bewerbungsprozess.

Schwerpunktt Themen werden sein:

- **„Was kann ich?“**
Hier geht es darum, sich die eigenen Fähigkeiten, Kompetenzen und Erfahrungen bewusst zu machen und diese gezielt in die Bewerbung mit einfließen zu lassen.
- **„Wie beschreibe ich das?“**
Sie lernen Bewerbungsarten und Bewerbungsstrategien kennen, erhalten Tipps zur Gestaltung der Bewerbungsmappe und den Umgang mit „Lücken“ im Lebenslauf (z.B. Erziehungszeiten, Arbeitslosigkeit).
Hier können auch bereits vorhandene Bewerbungsunterlagen gemeinsam mit der Trainerin und den anderen Teilnehmerinnen bearbeitet werden.
- **„Wie präsentiere ich mich im Gespräch?“**
Wer in die engere Wahl eines Arbeitgebers kommt, wird in der Regel zu einem Vorstellungsgespräch eingeladen. Der neue Arbeitgeber möchte sich im persönlichen Kontakt ein Bild von der Bewerberin machen und die Bewerberin ihrerseits hat Gelegenheit, den neuen Betrieb kennen zu lernen und ihre Fragen zu klären.
Wie man sich auf ein solches Vorstellungsgespräch vorbereiten kann, soll im dritten Teil des Workshops trainiert werden.

Während des Workshops können Sie mit anderen Frauen ins Gespräch kommen, voneinander lernen und gemeinsam von den Fragen der Anderen profitieren.

Sie lernen über Vorträge, Einzelarbeit, in Kleingruppenarbeit und kleinen Rollenspielen. Individuelle Fragen können nach Bedarf mit der Trainerin vor Ort oder in zusätzlichen persönlichen Gesprächen geklärt werden.

Das Seminar wird angeboten von den Gleichstellungsbeauftragten Elke Hagenah (Kreis Herzogtum Lauenburg) und Edelgard Jenner (Stadt Mölln und Amt Breitenfelde).

Durchgeführt wird es von Frau & Beruf Lübeck, einer Beratungseinrichtung des Frauennetzwerkes zur Arbeitssituation in Kiel e.V.



Die Trainerin Maren Schmidt ist Diplom-Soziologin und Gestalt-Beraterin. Sie ist seit vielen Jahren in der Personalentwicklung und in der Beratung von Frauen tätig. Für die Beratungsstelle Frau & Beruf bietet sie in Lübeck und im Kreis Herzogtum Lauenburg Trainings und Seminare sowie Einzelberatungen zu beruflichen Fragen an.

Die Kosten für das Seminar betragen 15 Euro, eine Ermäßigung ist auf Anfrage möglich.

Die Veranstalterinnen empfehlen, sich für die Mittagspause einen kleinen Imbiss mitzubringen.

Bewerbungsunterlagen – soweit vorhanden – sollten gern mitgebracht werden.

Die Teilnehmerzahl für das Seminar ist begrenzt, daher ist eine **Anmeldung (bis zum 6. September)** erforderlich:

per Telefon:

045 41 / 888 – 284 (Frau Hagenah) oder 045 42 / 803 -149 (Frau Jenner)

oder per Mail:

Hagenah@Kreis-RZ.de oder Edelgard.Jenner@stadt-moelln.de