

## *Koordinierungsstelle Frau und Beruf startet Seminar*

# Mit Methode erfolgreich zurück ins Berufsleben

**WOLFSBURG (gö).** Bei der Koordinierungsstelle Frau und Wirtschaft Wolfsburg-Gifhorn ist jetzt ein neuartiger Kurs für Frauen gestartet, die nach Familienpause zurück in das Berufsleben wollen.

Sieben Frauen im Alter zwischen 31 und 49 Jahren nehmen an dem Seminar „Neu starten“ derzeit teil, zwei bis 17 Jahre sind sie inzwischen aus familiären Gründen aus dem Berufsleben raus, aber alle können eine abgeschlossene Ausbildung vorweisen und drei haben sogar bereits ein Studium absolviert.

„Mit diesem Seminar zur Förderung der Berufsrückkehr betreten wir in Wolfsburg Neuland“, erläutert Traude Oberkirch, Leiterin der Koordinierungsstelle Frau und Wirtschaft, „bisher wurde dieses Konzept der Bildung von Coaching-Teams noch nicht eingesetzt.“

Kurs-Leiterin ist die Organisationsberaterin Anne Ebeling, die mit dem Konzept schon gute Erfahrungen in Hannover gemacht hat.

Das Seminar besteht aus verschiedenen Bausteinen. Am Anfang stehen fünf Vormittage, an denen alle Teilnehmerinnen mithilfe von Anne Ebeling reflektieren, wie sie ihre eigenen Fähigkeiten einsetzen können, wie sie Beruf und Familie vereinbaren werden und welche berufliche Perspektive sie überhaupt anstreben. Das Besondere dabei ist: Schon in dieser Phase werden die Frauen aktiviert, sich gegenseitig zu unterstützen und zu motivieren.

Als Aufbauseminar folgt im November das Angebot „Coaching-Teams – gemeinsam Ziele erreichen“ an drei aufeinanderfolgenden Vormittagen. In kleinen Gruppen lernen die Frauen, sich gegenseitig zu beraten und ein Netzwerk zu bilden, um die Berufsrückkehr

erfolgreich zu gestalten.

„Coach“ Anne Ebeling vermittelt dazu das richtige Handwerkszeug. Wichtig dabei: Es sollen keine Ratschläge gegeben werden. Denn so gut diese im Einzelfall auch gemeint sein können, gilt doch das Sprichwort „Ratschläge sind auch Schläge“. Zielführender sind laut Ebeling Fragen wie „hast du schon einmal daran gedacht...?“

Es folgt anschließend eine Phase, in der die Frauen der so genannten „Erfolgs-Teams“ sich über einen Zeitraum von sechs Monaten regelmäßig alle zwei Wochen einmal treffen. „Und das ist“, betont Ebeling, „keine gemütliche Kaffeerunde, sondern es geht strikt nach Zeitplan und sehr diszipliniert zu. Jede Teilnehmerin stellt sich

selbst zum nächsten Termin eine Art Hausaufgabe.“ Die Teams arbeiten überwiegend selbstständig.

Eines dieser Erfolgs-Teams, das sich vor rund sechs Jahren gegründet hat, existiert laut Ebeling aus eigener Initiative noch heute. Denn auch nach dem Wiedereinstieg in das Berufsleben hören Herausforderungen und Probleme nicht auf. Das Netzwerk von gegenseitiger Unterstützung stärkt die Teilnehmerinnen, diese zu meistern und ihren eigenen Weg zu finden.

Einige Schnellentschlossene haben noch die Möglichkeit in den laufenden Kurs einzusteigen. Dank einer Förderung durch die Koordinierungsstelle kann der Teilnahmebeitrag verhältnismäßig niedrig gehalten werden. Interessenten sollen sich dazu bei der Koordinierungsstelle unter der Telefonnummer 05361/24211 melden.



*Gemeinsam stellten vor kurzem Traude Oberkirch und Anne Ebeling die Besonderheiten des Berufsrückkehrerinnen-Seminars vor.*