

gut beraten - 30 JAHRE

Langfassung
der Interviews

FRAU &
BERUF

Keine halbe Sache – Ausbildung in Teilzeit



Was ist/war Ihr Ziel?

Ich will mir und der Gesellschaft zeigen, dass ich mehr erreichen kann, auch mit Kind!

Wie sind Sie auf die Idee gekommen, zu FRAU & BERUF zu gehen?

Ich bin durch meine frühere Arbeitskollegin beim ambulanten Pflegedienst auf die Beratungsstelle FRAU & BERUF aufmerksam geworden.

Was war Ihr Grund zu FRAU & BERUF zu gehen? Über welche Ideen oder Pläne wollten Sie mit der Beraterin sprechen?

Ich wollte mehr als das, was ich bisher erreicht hatte. Mein Plan war, mein Gesundheits- und Krankenpflegeexamen zu machen, um finanziell unabhängig zu sein.

Was ist/war Ihr Ziel?

Mein Ziel ist es, das Examen zu schaffen. Ich will mir und der Gesellschaft zeigen, dass ich mehr erreichen kann, auch mit Kind!

Wo sind auf diesem Weg Probleme aufgetaucht? Welche Hindernisse gab es?

Finanziell ist es schwierig, da das Jobcenter für mich einfach keine Hilfe ist. Zudem stellte sich heraus, dass der Arbeitgeber nicht genügend Flexibilität im Hinblick auf die zeitlichen Erfordernisse bzgl. meines Kindes hat und die Schichten z.B. nicht getauscht werden können.

Welche Schritte haben Sie nach dem Gespräch bei FRAU & BERUF unternommen?

Nach dem Gespräch bin ich erstmal nach Hause gegangen mit der Überlegung, dass ich eigentlich nicht wieder in die Pflege möchte. Aber dennoch kam nichts anderes für mich in Frage. Der Job hat einfach ganz tolle Momente, die Menschen geben mir einfach so viel mit. Es ist schön zu erfahren, dass man trotz der Bedingungen viel Wertschätzung bekommt. Der Umgang mit dem Tod ist für mich mittlerweile in Ordnung, für mich gehört der Tod dazu. Dennoch lässt es mich nicht kalt.

Was hätten Sie rückblickend anders gemacht?

Rückblickend hätte ich erstmal gründlicher darüber nachdenken können, was die Ausbildung auch für Probleme und Hindernisse mit sich bringen kann. Im Endeffekt wäre ich lieber Altenpflegehelferin geblieben.

Was muss sich aus Ihrer Sicht in der Arbeitswelt verändern?

Arbeitgeber müssen mehr Flexibilität zeigen. Ich möchte ohne schlechtes Gewissen bei meinem kranken Kind zuhause bleiben können, möchte mein Kind nicht mit Medikamenten vollpumpen müssen. Ich wünsche mir einen wertschätzenden Umgang mit der Belegschaft, d.h. auch weniger Druck!!!!

Was ist Ihr Rat an die junge Generation?

Ich hoffe, dass sie erkennen, wie wichtig eine gute Ausbildung in Schule und Beruf ist. Für junge Frauen ist es wichtig, dass sie nicht so früh Kinder bekommen. Das Leben ist hart.

Keine halbe Sache – Ausbildung in Teilzeit

Welche Fähigkeiten und Stärken haben Ihnen geholfen?

Ich persönlich finde, ich habe wenig Stärken, dennoch bekomme ich oft gesagt, dass ich eine starke Persönlichkeit wäre. Ich bin überzeugt, dass mir der Glaube an Gott sehr viel geholfen hat, ich habe mich nie alleine gefühlt, vor allem als mein Diabetes durch den Stress ausgebrochen ist. Es wird sich für mich zum Besseren wenden. Den Glauben an mich selbst hatte ich leider schon verloren, aber jetzt will ich beweisen, dass ich es schaffen kann.

Auch meine Beharrlichkeit, mein Durchsetzungsvermögen, meine Kommunikationsfähigkeit und offen und ehrlich zu reden, hat mir in vielen Momenten sehr gut geholfen.

Wer oder was hat Ihnen geholfen?

Meine Geschwister haben mir finanziell geholfen. Die Beraterin von FRAU & BERUF hat mir geholfen, sie hatte immer ein offenes Ohr für mich, egal, wie oft ich sie kontaktiert habe und sie hat mir viele Tipps gegeben. Mein Glauben und auch meine kleine Tochter haben mir sehr geholfen. Sie war da, sie wusste in den richtigen Momenten was sie tun soll, auch wenn sie noch klein (sechs Jahre) ist.

Was wünschen Sie sich für Ihre berufliche Zukunft?

Ich fiebere dem Moment entgegen, mein Examen in der Hand zu halten und mehr Geld zu verdienen! Ich freue mich auf den Moment, dem Jobcenter zu sagen, dass ich sie nicht mehr brauche.

Ohne die Beratung von FRAU & BERUF ...

... wäre ich nicht da, wo ich heute bin. Es ist nicht alles schön, dennoch kann ich positiv zurück und auch hoffnungsvoll nach vorne schauen.

Fakten: Ausbildung in Teilzeit

- Deutschland in 2016:
2.085 Teilzeit-Azubis
(0,4% aller Ausbildungs-
Verträge)
Frauenanteil: 91%*
- Schleswig-Holstein in 2016:
129 Teilzeit-Azubis
(0,7% aller Ausbildungs-
verträge)
Frauenanteil: 98%
- Altersdurchschnitt: 25 Jahre
- Branchen: Handel, Pflege,
Gastronomie, Handwerk
und öffentlicher Dienst
- FRAU & BERUF: 7% der rat-
suchenden Frauen informie-
ren sich über eine „Teilzeit-
ausbildung“

Quelle: BIBB 2017

Jonglieren – Vereinbarkeit Familie und Beruf

Wie sind Sie auf die Idee gekommen, zu FRAU & BERUF zu gehen?

Ich war unzufrieden mit meiner Arbeitssituation und habe mich deshalb ein bisschen mehr mit meiner beruflichen Situation auseinandergesetzt. In dieser Phase habe ich in den Husumer Nachrichten von FRAU & BERUF gelesen. Ich glaube, ich war auch schon mal bei FRAU & BERUF, aber das ist bestimmt schon 17 Jahre her.

Was war Ihr Grund, zu FRAU & BERUF zu gehen?

Über welche Ideen oder Pläne wollten Sie mit der Beraterin sprechen?

Ich war mit meiner beruflichen Situation sehr unzufrieden und wollte in der Firma, in der ich gearbeitet habe, kündigen. Und ich wollte mich vorher informieren, wie meine rechtliche Lage ist: Welchen Kündigungsschutz habe ich und welche Kündigungszeit gilt? Aber wie es danach weitergeht, das war das Hauptthema.

Was ist/war Ihr Ziel?

Ich wollte einfach nicht mehr so weiterarbeiten, wie es zu dem Zeitpunkt war. Ich brauchte dazu vor allem ein bisschen Rückhalt, damit ich das auch wirklich durchziehe mit der Kündigung. Ich musste mir über die Folgen klar werden und mir selbst die Erlaubnis geben, mich aus diesem belastenden Arbeitsverhältnis zu lösen und gleichzeitig die darin liegenden Chancen zu erkennen. Die Kündigung hat sich dann erübrigt, weil mir der Arbeitgeber zuvorgekommen ist.

Wo sind auf diesem Weg Probleme aufgetaucht? Welche Hindernisse gab es?

Für mich war es nicht einfach, nachdem ich so lange und auch gerne in dieser Firma gearbeitet hatte, zu kündigen. Aber letztlich gab es eigentlich keine Hindernisse, weil mir ja der schwere Gang einer eigenen Kündigung abgenommen wurde. Aber natürlich kratzt es am Selbstbewusstsein. Mit einer Kündigung durch meinen Arbeitgeber hatte ich nicht gerechnet und im Nachhinein muss ich sagen, dass ich doch echt geschockt darüber war und mich abserviert fühlte.

Ich habe dann für mich erst mal klargestellt, dass ich mich um das Thema Fort- und Weiterbildung kümmere und mein Nebengewerbe ein wenig ausbaue. Ich habe ja trotz der Kinder immer gearbeitet und mir vor ein paar Jahren zusätzlich eine Teilselbständigkeit aufgebaut.

Die Idee war nun, die Zeit zu nutzen, mich zu sammeln und zu überlegen, was ich eigentlich wirklich will. Und ich war mir sicher, dass irgendwann der Job kommt, von dem ich genau weiß, dass ich den machen will.

Ist das passiert?

Ja, absolut, ich habe mich dann beworben und die Stelle bekommen. Das Bewerbungstraining, was ich hier gemacht habe, das hat mich nach vorne gebracht. So, wie ich meine Bewerbung letztendlich nachher gemacht habe, hätte ich das vorher nie gemacht. Also, das war schon gut.

Welche Schritte haben Sie nach der Beratung bei FRAU & BERUF unternommen?

Ich habe überlegt, was ich wirklich will und was ich mir mit Kind leisten kann und will. Und ich habe mich informiert, ich hatte ja viel Informationsmaterial von der Beraterin mitbekommen, z.B. über die Externenprüfung und wie ich Weiterbildungen recherchieren kann.

Was hätten Sie rückblickend anders gemacht?

Eigentlich nichts.



Christiane B., 3 Kinder, verheiratet, umfangreiche Berufserfahrung, ist nebenberuflich selbständig und hat nach der Beratung eine sozialversicherungspflichtige Arbeit in Teilzeit aufgenommen.

Jonglieren – Vereinbarkeit Familie und Beruf

Was muss sich aus Ihrer Sicht in der Arbeitswelt verändern?

Frauen werden in gleicher Position teilweise immer noch schlechter bezahlt als Männer. Das finde ich ungerecht. Und auch, dass die Löhne in manchen Berufen kaum zum Leben – geschweige denn für die Gründung einer Familie reichen - passt nicht mehr in unsere Zeit. Die Einführung des Mindestlohns finde ich ganz wichtig und die Anhebung sollte unbedingt vorangetrieben werden.

Was ist Ihr Rat an die junge Generation?

Meinen Kindern rate ich: „Seht zu, dass ihr was für die Rente macht!“

Welche Stärken/Fähigkeiten haben Ihnen auf Ihrem Weg geholfen / helfen Ihnen?

Für die Arbeit, die ich jetzt bekommen habe, hat mir auf alle Fälle meine Kreativität geholfen und mein Engagement. Auch dass ich kommunizieren mag, also dass ich nicht so verschlossen bin und zurückhaltend, hat dazu beigetragen.

Wer oder was hat Ihnen (auf ihrem Weg) geholfen?

FRAU & BERUF auf alle Fälle! Ich fühlte mich gut beraten – die hat das toll gemacht - und durch die freundliche Art der Beraterin konnte ich schnell Vertrauen entwickeln.

Ganz wichtig war für mich auch die Unterstützung meines Mannes, der gemerkt hat, wie unglücklich ich mit meiner Arbeitssituation vorher war und mich darin bestärkt hat, mir die nötige Zeit zu lassen, eine neue berufliche Perspektive zu entwickeln.

Vereinbarkeit von Familie und Beruf bedeutet für mich ...

Meine großen Kinder brauchen zwar auch immer noch mal Hilfe, aber zu Hause ist ja nur noch eines von meinen drei Kindern. Seitdem mein Sohn die weiterführende Schule besucht, kann ich an einem Nachmittag pro Woche ein bisschen länger arbeiten. Zum Glück kann ich mir die Zeit bei meinem neuen Job selbst einteilen und bin da auch relativ flexibel. Mir war von vornherein klar, dass ich eine Teilzeitstelle haben, aber nicht jeden Vormittag arbeiten will, weil ich eben ganz viel Wert darauf lege, auch für mich etwas zu machen: Mein Nebengewerbe weiter zu betreiben, weil mir das einfach sehr viel Spaß macht und etwas für meine Gesundheit zu tun. Auch Familie, Freunde und Urlaub sind ganz wichtig. Ich definiere mich nicht nur über meinen Beruf. Ich mache meine Arbeit sehr gerne und mit sehr viel Herzblut, aber alles andere ist genauso wichtig. Familie und Beruf gut vereinbaren zu können bedeutet mir deshalb ganz viel.

Was wünschen Sie sich für Ihre berufliche Zukunft?

Ich wünsche mir, dass es so weiterläuft, wie es gerade läuft. Es läuft richtig toll. Wenn das so bleibt, das wäre super.

Ohne die Beratung von FRAU & BERUF ...

... hätte ich eine „besch ...“ Bewerbung bei meinem jetzigen Arbeitgeber abgegeben und wäre vielleicht gar nicht erst zum Vorstellungsgespräch eingeladen worden. Mir war das vorher einfach nicht bewusst, dass bewerben ja für sich werben heißt. Wichtig war auch, dass ich mich mit meinem Anliegen ernst genommen fühlte. Das Gespräch hat mir wirklich gutgetan, mir meine Unsicherheit genommen und mich darin bestärkt, Veränderung zu wagen. Das fand ich am besten.

Fakten: Arbeitszeiten von Müttern

- 70% der erwerbstätigen Mütter arbeiten in Teilzeit, 29% in Vollzeit
- Mütter kehren heute früher in den Beruf zurück: 41% sind im 2. Lebensjahr des Kindes wieder berufstätig
- 41% aller Elternpaare haben die Kombination „Mutter arbeitet in Teilzeit, Vater in Vollzeit“

Karrieresprünge – Verantwortung übernehmen

Wie sind Sie auf die Idee gekommen, zu FRAU & BERUF zu gehen?

Eine Freundin, die bei Ihnen war, hat mir FRAU & BERUF empfohlen.

Was war Ihr Grund, dass Sie die Beratung in Anspruch genommen haben? Über welche Ideen oder Pläne wollten Sie mit der Beraterin sprechen?

Ich wollte weiterkommen, ich hatte das Gefühl, ich stecke beruflich fest. Ich habe meinen Meister gemacht. Es war für mich klar, dass ich das, was ich an Zeit und Geld investiert habe, auch für meine Karriere nutzen möchte.



Was ist/war Ihr Ziel?

Beruflich und als Mensch Wertschätzung zu erhalten – das war, ist und wird immer mein Ziel sein. Dass man im Unternehmen respektvoll miteinander umgeht und auch entsprechend bezahlt wird.

Wo sind auf diesem Weg Probleme aufgetaucht, welche Hindernisse gab es?

Einen Beruf bzw. eine Arbeit zu finden, in der ich als alleinerziehende Mutter nicht sofort abgestempelt werde. Das waren die Probleme, mit denen ich emotional zu kämpfen hatte. Irgendwann überlegt man, ob man es wert ist, diese Arbeit zu bekommen. Dabei trägt man so viel mehr Verantwortung und managt alles, ohne dass es gesehen wird.

Welche Schritte haben Sie nach dem Gespräch bei FRAU & BERUF unternommen?

Ich habe meine Bewerbungsmappe komplett überarbeitet. Ich habe mein Profil bei Stepstone und Xing eingestellt, alte Kontakte wiederaufgenommen und insgesamt sehr aktiv Beziehungen genutzt. Im nächsten Schritt habe ich dann auch Onlinebewerbungen geschrieben. Es war sehr beruhigend, dass ich keinen Zeitdruck hatte. Ich hatte ja einen sicheren Arbeitsplatz.

Was hätten Sie rückblickend anders gemacht?

Gar nichts. Jede Entscheidung, die ich getroffen habe, hat zu einer Weiterentwicklung geführt.

Was muss sich aus Ihrer Sicht in der Arbeitswelt verändern?

Die Grundeinstellung bei der Bewertung von Berufen. Handwerksberufe sollten z.B. nicht schlechter bezahlt und bewertet werden als akademische Berufe. Und es sollte bei der Bezahlung und Wertschätzung egal sein, ob jemand männlich, weiblich oder divers ist.

Was ist Ihr Rat an die junge Generation?

Jeder/jede sollte stolz sein auf das, was er/sie geleistet hat. Frauen sollen stolz und zielorientiert sein.

Welche Stärken oder Fähigkeiten haben Ihnen auf Ihrem Weg geholfen oder helfen Ihnen?

Ich bin immer wieder aufgestanden, ich habe immer überall etwas Gutes sehen können. Ich denke, das ist es, was mich vorangebracht hat.

Karrieresprünge – Verantwortung übernehmen

Wer oder was hat Ihnen geholfen?

Meine Mama, weil sie zu jeder Tages- und Nachtzeit da war und gesagt hat, dass ich mich auf mein Bauchgefühl verlassen soll. Mein Netzwerk aus Familie, Freunden und anderen Alleinerziehenden, bei denen es viel Verständnis füreinander gibt.

Vereinbarkeit von Familie und Beruf bedeutet für mich ...

... dass niemand auf der Strecke bleibt und jede/r sich verwirklichen kann. Ich denke, dass einige Unternehmen langsam anfangen zu verstehen, dass wir arbeiten um zu leben und nicht umgekehrt. Ich denke auch, dass kleine Unternehmen noch mehr Unterstützung benötigen, um familienfreundliche Maßnahmen zu entwickeln.

Was wünschen Sie sich für Ihre berufliche Zukunft?

Ich wünsche mir, dass ich in meinem neuen Beruf weiter aufsteige, es so weiterläuft, wie es angefangen hat und dass es nicht langweilig wird.

Ohne die Beratung von FRAU & BERUF...

... hätte ich mich nicht getraut, meine Wünsche und Gedanken umzusetzen.

Fakten: Frauenquote 2018

- Frauenquote in DAX Unternehmen: 12%
- Anteil von Frauen in Führungspositionen insgesamt: 29%
– Anstieg um 10% in 20 Jahren
- Frauenanteil in der 2. Führungsebene: 40%
- Frauenanteil (Branchen):
Erziehung, Gesundheits- und Sozialwesen 62%,
Gastronomie 30%,
Baugewerbe 16% *

Quellen: DESTATIS 2018 | Allbright Studie

Ich will mehr – Existenzsichernde Arbeit

Wie sind Sie auf die Idee gekommen zu FRAU & BERUF zu gehen?

Die Hauptwörter im Leben sind Gesundheit, Liebe und Familie, aber auch Arbeit und eigenes Geld und genau das fehlte mir. Ich kannte FRAU & BERUF aus meiner Heimatstadt Aachen und wollte auch nur von Frauen beraten werden. Zum Arbeitsamt wäre ich nur gegangen, wenn ich Anspruch auf Leistungen gehabt hätte, die hatte ich aber nicht. In der regionalen Zeitung wurde immer wieder auf Angebote von FRAU & BERUF aufmerksam gemacht und diese haben mich angesprochen.



Was war Ihr Grund, zu FRAU & BERUF zu gehen?

Über welche Ideen oder Pläne wollten Sie mit der Beraterin sprechen?

Wie schaffe ich den Wiedereinstieg in den Arbeitsprozess? Dafür habe ich Begleitung und Hilfe gesucht und vor allen Dingen den Austausch. Mir war wichtig, wertschätzend behandelt zu werden.

Was ist/war Ihr Ziel?

Mein Ziel war, mich auf den Wiedereinstieg vorzubereiten, z.B. potentielle Arbeitgeber in der Region kennenzulernen oder mich weiterzubilden. Ich wollte wieder Kolleginnen und Kollegen haben. Ich wollte teilhaben. Mein Ziel ist, nicht dauerhaft auf die Ausübung meines Berufes zu verzichten, sondern finanzielle Unabhängigkeit durch ein eigenes existenzsicherndes Einkommen zu erlangen und damit auch meine Rentenansprüche zu erhöhen.

Wo sind auf diesem Weg Probleme aufgetaucht? Welche Hindernisse gab es?

Die lagen zuerst in mir selbst begründet. Durch berufsbedingte Umzüge und Familienarbeit habe ich meine Berufstätigkeit häufig unterbrochen. Wenn man länger zuhause ist, erhält man wenig Anerkennung. Das hat zur Folge, dass das Zutrauen schwindet und die Zuversicht. Ich wollte mich wieder stark fühlen und unabhängig. Ich brauchte den Zuspruch und ich musste erstmal aufgebaut werden.

Welche Schritte haben Sie nach dem Gespräch bei FRAU & BERUF unternommen?

Zunächst habe ich meinen Lebenslauf überarbeitet und Seminare besucht. Aus Erfahrung weiß ich, wie wichtig das Netzwerken ist, wenn man neu an einem Ort ist. Deshalb habe ich mich auf den Weg gemacht, um Menschen kennen zu lernen, Verbindungen aufzubauen, mich bekannt zu machen im weitesten Sinne und mich zu integrieren – „Hintern hoch, rein ins gesellschaftliche Leben!“

Was hätten Sie rückblickend anders gemacht?

In meinem Fall hat sich der eingeschlagene Weg als richtig erwiesen, jedenfalls in beruflicher Hinsicht, also bedarf es hier keiner Korrektur.

Was muss sich aus Ihrer Sicht in der Arbeitswelt verändern?

Für mich lautet die Frage: Was wird sich in der Arbeitswelt verändern? Um Fachkräfte auch in Zukunft gewinnen und halten zu können, müssen Unternehmen die Arbeitszeiten flexibilisieren. Das ist das A und O. Außerdem brauchen wir betriebliche Kindergärten und wenn man Kinder bekommt, darf das nicht zu finanziellen Verlusten oder Einbußen beim Familieneinkommen führen. Nicht zuletzt wünsche ich mir, dass es hoffentlich bald ein bedingungsloses Grundeinkommen geben wird.

Was ist Ihr Rat an die junge Generation?

„Tu etwas, was du wirklich gerne machst, worin du aufgehst. Was du gerne machst, machst du auch gut. Mach' einen Schul- und einen Berufsabschluss. Und hab' immer ein eigenes Konto, das sorgt für Selbstbewusstsein.“

Silvia J., verheiratet, ein Kind, Kauffrau für Bürokommunikation, hat nach der Beratung zunächst eine befristete Stelle bekommen.

Ich will mehr – Existenzsichernde Arbeit

Welche Stärken oder Fähigkeiten haben Ihnen auf Ihrem Weg geholfen?

Das sind meine Kontakt- und Kommunikationsfähigkeiten, meine Empathie und soziale Kompetenz, Freundlichkeit, Fröhlichkeit und Humor. Auch Bürger- und Serviceorientierung gehören dazu, allgemein die Freude am Umgang mit Menschen unterschiedlichster Couleur. Ich bin sehr loyal, habe aber auch einen Widerpruchsgeist und wage gern neue Wege.

Wer oder was hat Ihnen geholfen?

Gute Vorbereitung, Hilfe und Beratung bei Menschen mit Erfahrungen in ihrem jeweiligen Bereich holen und annehmen. Dazu gehört auch FRAU & BERUF. Auch Empfehlungen haben mir geholfen, aber vor allen Dingen: Nicht lockerlassen, aufstehen, weitermachen, nicht aufgeben.

Vereinbarkeit von Familie und Beruf bedeutet für Sie ...

... , dass man die Aufgaben teilt und Unterstützung innerhalb der Familie erfährt und sich Hilfe holt für die ganz banalen Dinge des Alltags. Als ich merkte, dass ich es nicht mehr alleine wuppen kann, habe ich mir für die Garten- und Hausarbeit Unterstützung geholt.

Was wünschen Sie sich für Ihre berufliche Zukunft?

Ich wünsche mir, dass ich das, was ich zurzeit mache, unbefristet bei etwas besserer Bezahlung weitermachen darf und dabei gesund zu bleiben, mit Zeit für die sozialen Kontakte. Das würde mich glücklich machen.

Ohne die Beratung von FRAU & BERUF ...

... das möchte ich mir gar nicht vorstellen. Ohne FRAU & BERUF fehlte mir die Analyse. Ich hätte mich nicht so auf meine innere Stärke verlassen.

Fakten: Lohngerechtigkeit

- Gender Pay Gap in Deutschland in 2017: 21%
- Durchschnittlicher Bruttoverdienst pro Stunde:
Frauen: 17,09 €
Männer: 21,60 €
- Einkommen über 2.000 € Netto pro Monat in 2016:
42% der Männer
10% der Frauen
- 64% der Frauen haben eine Rente unter 800 €*

Perspektiven für Migrantinnen

Wie sind Sie auf die Idee gekommen zu FRAU & BERUF zu gehen?

Eine Freundin hat mir von FRAU & BERUF erzählt, danach habe ich auf die Homepage geschaut und dann habe ich mir einen Termin geben lassen.

Was war Ihr Grund zu FRAU & BERUF zu gehen?

Über welche Ideen oder Pläne wollten Sie mit der Beraterin sprechen?

Ich wollte wieder zurück in den Beruf, ich hatte wegen der Kinder eine Lücke in meinem Berufsleben. Ich wusste nicht, auf welchem Wege ich das schaffen kann, man ist so auf sich alleine gestellt. Ich brauchte professionelle Unterstützung und da dachte ich, FRAU & BERUF ist die richtige Adresse.

Was ist/war Ihr Ziel?

Erst wollte ich mich erkundigen, ob mir aufgrund meiner beruflichen Erfahrungen, die ich in der Türkei und in Dänemark gesammelt hatte, andere Möglichkeiten offenstehen. Wenn man sich umorientieren möchte, geht das nur über professionelle Hilfe. Das war eine schöne Hilfe.

Wo sind auf diesem Weg Probleme aufgetaucht, welche Hindernisse gab es?

Probleme gab es nicht, aber vielleicht Hindernisse, weil ich eine so lange Berufsunterbrechung hatte. Meinen Beruf als Wirtschaftsinformatikerin hatte ich in den letzten 10 Jahren nicht ausgeübt. Ich habe in anderen Bereichen gearbeitet und dadurch stellte sich mir die Frage, ob ich auch in meinen ursprünglichen Beruf zurückkehren kann. Ein Problem bzw. meine Hemmung war auch, dass ich nicht wusste, wie man sich nach neuen Richtlinien bewirbt, dafür musste ich mir auch Unterstützung holen.

Welche Schritte haben Sie nach der Beratung bei FRAU & BERUF unternommen?

Nachdem ich einen schönen Plan mitbekommen hatte, habe ich mich nach Jobangeboten erkundigt, an denen ich mich weiter orientieren konnte und ich habe aktiv nach Stellen gesucht. Ich habe verschiedene Wege ausprobiert, ich habe auch darüber nachgedacht, eine weitere Ausbildung zu machen oder andere Anlaufstellen aufzusuchen.

Was hätten Sie rückblickend anders gemacht?

Ich hätte mich viel früher - nach dem ersten Kind - in meinem erlernten Beruf bewerben sollen. Die große Pause hatte ich, weil nach der Geburt der drei Kinder schon 7 bis 8 Jahre vergangen waren und auch dadurch, dass ich in Dänemark gelebt habe. Ich hätte mich vielleicht anders orientiert, vielleicht hätte ich mir überlegt noch etwas anderes zu studieren oder eine Ausbildung zu machen.

Was muss sich aus Ihrer Sicht an der Arbeitswelt ändern?

Meine Bewerbungen kamen ja ohne Erklärung zurück und da hätte ich mir eine Rückmeldung gewünscht, warum ich eine Absage bekommen habe. Das kann das Unternehmen ruhig schreiben. Es wäre für mich eine wertschätzende Rückmeldung gewesen, denn aus Fehlern lernt man ja. Das hätte ich mir gewünscht. Vielleicht auch, dass man sich im Vorwege persönlich vorstellen kann, jetzt ist alles elektronisch und man schickt einfach die Bewerbung ab, man hört eine gewisse Zeit nichts und dann die Absage, da fehlte mir der persönliche Kontakt.



Emine A., drei Kinder im Alter zwischen 4 und 8 Jahren, Migrationshintergrund, Wirtschaftsinformatikerin, ist seit 5 Monaten in einer Behörde als Wirtschaftsinformatikerin beschäftigt.

Perspektiven für Migrantinnen

Welche Stärken oder Fähigkeiten haben Ihnen auf Ihrem Weg geholfen?

Obwohl ich eine Lücke in meinem beruflichen Lebenslauf hatte, habe ich immer etwas gemacht. Da war ja die Geburt der Kinder, die Erziehung der Kinder. Ich habe meine Zeit genutzt, um etwas zu tun. Ich sehe auch meinen Migrationshintergrund als Vorteil, das kam immer positiv rüber und natürlich meine Sprachkenntnisse (türkisch, englisch, dänisch, deutsch) und dass ich beharrlich blieb und mich nicht entmutigen ließ.

Wer oder was hat Ihnen geholfen?

Ganz toll fand ich die Unterstützung bei FRAU & BERUF, danach habe ich den Anlauf genommen, der zum Erfolg geführt hat. Ich hatte noch einmal ein Beratungsgespräch und wir haben eine tolle Bewerbung erarbeitet - so viel Geduld und Zeit und Motivation wurde von FRAU & BERUF aufgebracht. Die Beraterin hat mich ermutigt, es doch in meinem Ursprungsberuf zu versuchen. Wir haben so lange über Email kommuniziert, bis die Bewerbung perfekt war und ich mich damit bewerben konnte.

Vereinbarkeit von Familie, Privatleben und Beruf bedeutet für mich ...

..., dass ich trotz meiner Kinder arbeiten kann und dass ich verschiedene Möglichkeiten auf dem Arbeitsmarkt habe, dass die Arbeitszeiten so variiert werden, dass ich zurechtkommen kann. Wenn ich eine Vollzeitstelle besetzen müsste, dann wäre es für mich nicht möglich zu arbeiten. Ich finde es richtig, dass Unternehmen ihre Beschäftigten unterstützen und z.B. sagen: "Okay, Sie haben 3 Kinder, dann können Sie auch gerne eine Zeit lang auf 25 Stunden runter gehen, wenn Ihnen diese 30 Stunden zu viel sind." Diese Möglichkeit gibt es bei meinem Arbeitgeber.

Was wünschen Sie sich für Ihre berufliche Zukunft?

Ich möchte da, wo ich jetzt arbeite, erfolgreich weiterarbeiten. Der Einstieg ist gut gewesen und es war sehr hilfreich, dass ich nette Kolleginnen habe. Ich möchte meinem Arbeitgeber treu bleiben und zukünftig ohne große Lücken auf jeden Fall weiterarbeiten.

Ohne die Beratung von FRAU & BERUF ...

... wäre ich ehrlich gesagt immer noch arbeitssuchend. Wenn man alleine gelassen wird, ist die Unterstützung dieser Organisation sehr hilfreich. Vielleicht hätte ich sonst auch Arbeit gefunden, irgendwas. Aber jetzt habe ich eine Arbeit in dem Beruf, den ich erlernt habe.

Fakten: Beschäftigung, Qualifikation und Migration

- **FRAU & BERUF:**
Anteil Migrantinnen in Beratung 15%
- **In SH sind 24.359 Ausländer*Innen sozialversicherungspflichtig beschäftigt. Das ist ein Anstieg um 6% gegenüber 2017**
- **9.604 arbeiten im Minijob 8% sind selbständig**
- **Arbeit im Niedriglohnbereich:**
Ausländerinnen/Frauen 55%
Ausländer/Männer 47%
Deutsche/Frauen 31%
Deutsche/Männer 15%

Weitblick – Familienfreundliche Arbeitszeiten



Wie sind Sie auf die Idee gekommen, zu FRAU & BERUF zu gehen?

Ich war beruflich an einem Punkt, wo ich etwas an meiner beruflichen Situation ändern wollte, aber ich wusste nicht wie. Da ich mir über meine nächsten Schritte nicht im Klaren war, habe ich gedacht: Ich gehe zu FRAU & BERUF, denn ich brauche Beratung.

Was war Ihr Grund zu FRAU & BERUF zu gehen?

Über welche Ideen oder Pläne wollten Sie mit der Beraterin sprechen?

Ich erhoffte mir Erfahrungswerte, um meine nächsten Schritte klarer zu sehen und zu gestalten. Eine berufliche Veränderung musste sein, aber mir war nicht klar, was genau die nächsten Schritte sein könnten. So kann es nicht bleiben – das wusste ich.

Was ist/war Ihr Ziel?

Direkt nach der Elternzeit war ich mit meiner beruflichen Situation zufrieden. Jetzt sind die Kinder größer, da kann ich mich wieder mehr auf meinen Beruf konzentrieren. Mein Ziel ist es, meine beruflichen Kompetenzen zu erweitern, mehr Verantwortung zu übernehmen und neue Erfahrungen zu sammeln. Es war nicht unbedingt das Ziel, den Arbeitgeber zu wechseln, mit dem war ich prinzipiell zufrieden. Daher war die erste Idee, dass ich mich intern umorientiere.

Wo sind auf diesem Weg Probleme aufgetaucht? Welche Hindernisse gab es?

Intern war eine Veränderung für mich nicht möglich, daher entschied ich mich nach reichlicher Überlegung für die Beendigung meines langjährigen Arbeitsverhältnisses. Dieser Schritt fiel mir zunächst sehr schwer. Aktuell bin ich auf Jobsuche und die neuen Hindernisse werden sich vielleicht noch zeigen. Ich könnte mir vorstellen, dass es schwierig sein wird, eine Stelle mit flexiblen Arbeitszeiten zu finden oder den potentiellen Arbeitgeber davon zu überzeugen, dass man mit kleinen Kindern auch zuverlässig arbeiten kann.

Welche Schritte haben Sie nach dem Gespräch bei FRAU & BERUF unternommen?

Ich bin meinen Wunsch nach Veränderungen aktiv angegangen. Ich lotete unternehmensintern meine Möglichkeiten nach einer Weiterentwicklung auch in anderen Bereichen aus. Erst als sich wirklich keine Möglichkeiten ergaben, fasste ich nach reiflicher Überlegung den Entschluss, das Unternehmen zu verlassen, um meinen Weg woanders zu gehen.

Was ist Ihr Rat an die junge Generation?

Es ist schade, wenn Talente und Stärken über die Jahre brachliegen und nicht gefördert werden. Wenn Talente nicht genutzt werden, entwickeln sie sich nicht weiter und entwickeln sich sogar zurück. Mein Rat ist daher, jede/r sollte die eigenen Talente und Fähigkeiten als Geschenk sehen und entsprechend pflegen und einsetzen, sowohl beruflich als auch privat.

Welche Stärken und Fähigkeiten haben Ihnen auf dem Weg geholfen?

Ich bin ein sehr offener und interessierter Mensch mit viel Eigenmotivation. Ich habe auch nicht mehr so viele Schranken im Kopf wie noch vor einigen Jahren und versuche neue Wege zu gehen.

Weitblick – Familienfreundliche Arbeitszeiten

Wer oder was hat Ihnen geholfen?

Viele kleine Dinge haben mir geholfen, meinen Weg zu finden. Zum Beispiel Gespräche mit meiner Schwester und meinen Freundinnen. FRAU & BERUF hat mir auch geholfen. Schon beim ersten Beratungsgespräch hat sich bei mir ein Hebel umgelegt. Durch die Übung, die wir gemacht haben, konnte ich klarer sehen, was ich wirklich möchte und auch was ich nicht möchte.

Was wünschen Sie sich für Ihre berufliche Zukunft?

Ich wünsche mir, dass ich meine beruflichen Kompetenzen erweitern kann und dass ich eine Aufgabe habe, an der ich weiterwachsen kann. Ich möchte mein Potential weiter ausschöpfen und meine Fähigkeiten und Talente besser einsetzen.

Vereinbarkeit von Familie und Beruf bedeutet für mich...

... die richtige Balance zu finden, d.h. sowohl im Familiären als auch im Beruflichen Aufgaben nicht nur zu bewältigen, sondern beides so zu gestalten, dass man Lust und Freude sowohl an der Kindererziehung als auch an der Ausübung des Berufes hat.

Ohne die Beratung von FRAU & BERUF...

... hätte ich wahrscheinlich länger gebraucht, um zu einer Entscheidung zu kommen. Das war jetzt eine Verkürzung. Die Beratung hat mir Speed gegeben.

Fakten: Familienfreundlichkeit und Arbeitszeitwünsche

- **Arbeit in Teilzeit**
46% der Frauen,
9% der Männer
Teilzeitquote von Eltern mit einem Kind:
Väter 6%, Mütter 64%
- 60% der Eltern mit einem Kind finden es ideal, wenn beide Partner arbeiten.
14% haben das Partnerschaftsmodell
- **FRAU & BERUF:**
60% der Frauen wünschen sich familienfreundlichere Arbeitszeiten
- **Arbeitszeitwünsche:**
Frauen 28 Stunden
Männer 35 Stunden

Vom Minijob zum eigenen Unternehmen



Wie sind Sie auf die Idee gekommen, zu FRAU & BERUF zu gehen?

Ich arbeitete bei einer Kosmetikerin und von einer Kundin habe ich den Tipp erhalten, zu FRAU & BERUF zu gehen.

Was war Ihr Grund, zu FRAU & BERUF zu gehen?

Über welche Ideen oder Pläne wollten Sie mit der Beraterin sprechen?

Bei meinem vorherigen Arbeitgeber hatte ich nur einen 450 Euro Job, ich musste zu jeder Zeit zur Verfügung stehen. Obwohl ich zuhause drei Kinder habe, musste ich bis in den späten Abend arbeiten.

Was ist/war Ihr Ziel?

Ich wollte von einem 450 Euro Job in ein sozialversicherungspflichtiges Arbeitsverhältnis wechseln. Außerdem ist mir eine faire Bezahlung für meine geleistete Arbeit wichtig.

Wo sind auf diesem Weg Probleme aufgetaucht? Welche Hindernisse gab es?

Ich wohne in einer kleinen Stadt, daher hatte ich sehr wenig Möglichkeiten meinen Beruf als Kosmetikerin auszuüben und jeden Tag nach Kiel zu fahren war für mich aufgrund meiner Kinder keine Option.

Welche Schritte haben Sie nach dem Gespräch bei FRAU & BERUF unternommen?

Ich habe mir einen Coach genommen, mit dem ich meinen Mangel an Selbstbewusstsein aufgearbeitet habe. Parallel dazu, habe ich recherchiert, was für mich eine Selbstständigkeit bedeutet, ich habe Existenzgründungsseminare besucht sowie die Wirtschaftsförderung kontaktiert.

Was hätten Sie rückblickend anders gemacht?

Ich hätte viel eher kündigen und mich nicht so lange ausnutzen lassen sollen. Dadurch habe ich sehr viel an Selbstbewusstsein verloren. Ich hätte mir einfach viel eher Hilfe holen sollen.

Was muss sich aus Ihrer Sicht in der Arbeitswelt verändern?

Es muss eine bessere und angemessenere Bezahlung erfolgen und die Abgabenlast in Form von Steuern müsste gesenkt werden.

Was ist Ihr Rat an die jüngere Generation?

Ich möchte jungen Menschen den Tipp geben, Hilfe anzunehmen. Hilfe ist immer gut. Man soll das tun, was einen glücklich macht und stark bleiben.

Bella, drei Kinder, verheiratet, Kosmetikerin, war zum Zeitpunkt der Beratung im Minijob, hat sich nach der Beratung 2018 mit einem Kosmetikstudio selbständig gemacht.

Vom Minijob zum eigenen Unternehmen

Welche Stärken und Fähigkeiten haben Ihnen auf dem Weg geholfen?

Man sagt, ich wäre eine sehr gute Kosmetikerin. Ich liebe meinen Beruf und arbeite mit Liebe, das merken meine Kundinnen. Ich trage die Sonne im Herzen.

Wer oder was hat Ihnen geholfen?

Der Tipp von der Beratungsstelle zu einem Coach zu gehen, um an meinem Selbstbewusstsein zu arbeiten.

Was wünschen Sie sich für Ihre berufliche Zukunft?

Ich arbeite sehr gerne, ich möchte weiterhin in meiner Selbstständigkeit bleiben, ich möchte gut verdienen, damit ich meinen Kindern einige Wünsche erfüllen kann.

Des Weiteren wünsche ich mir eine Mitarbeiterin, die ehrlich, flexibel und herzlich ist.

Ohne die Beratung von FRAU & BERUF ...

... wäre ich nicht selbstständig!!

Fakten: Gründungen & Minijob

- **19.262 Neugründungen in Schleswig-Holstein in 2018**
 - 79% Einzelunternehmen,
 - 34% Dienstleistungssektor,
 - Frauenanteil 36% *
- **FRAU & BERUF: 3% der Ratsuchenden sind selbständig**
- **Minijob: 269.246 Minijobber*innen in SH in 2018**
 - Frauenanteil 59%,
 - Frauenanteil (22-55 Jahre) der ausschließlich geringfügig Beschäftigten 69%
 - 44% verdienen weniger als den Mindestlohn
- **FRAU & BERUF: 6% der Ratsuchenden sind Minijobberinnen**

Strategien – Elternzeit

Wie sind Sie auf die Idee gekommen zu FRAU & BERUF zu gehen?

Nach einem ersten sehr holprigen Gespräch mit meinem Arbeitgeber habe ich zum Beratungsangebot von FRAU & BERUF einen Bericht in der Zeitung gelesen. Ich fand, dass es eine gute Idee sei, mich von einer fachlich versierten Stelle beraten zu lassen.



Was war Ihr Grund zu FRAU & BERUF zu gehen, über welche Ideen oder Pläne wollten Sie mit der Beraterin sprechen?

Bei mir ging es um das Thema Elternzeit und um den Wiedereinstieg in den Beruf nach der Elternzeit.

Was ist/war Ihr Ziel?

Der Wiedereinstieg in meinen Beruf, jedoch mit geringerer Stundenanzahl als vor der Unterbrechung.

Wo sind auf diesem Weg Probleme aufgetaucht? Welche Hindernisse gab es?

Ich hatte mir vor meiner Elternzeit zu wenig Gedanken über meine Berufsrückkehr gemacht, also z.B. mit dem Arbeitgeber zu klären, mit welcher Stundenzahl und zu welchen Zeiten ich wiederkommen möchte. Dadurch verlief der Wiedereinstieg nicht so reibungslos, wie ich es mir (oder auch mein Arbeitgeber es uns) gewünscht hätte(n).

Welche Schritte haben Sie nach dem Gespräch bei FRAU & BERUF unternommen?

Nachdem ich super beraten wurde, habe ich erneut das Gespräch mit meinem Arbeitgeber gesucht und die besprochenen Ideen, die ich durch FRAU & BERUF bekommen habe, erfolgreich verhandelt.

Was hätten Sie rückblickend anders gemacht?

Ich hätte mich vor der Unterbrechung meiner Berufstätigkeit besser informieren und beraten lassen sollen. Außerdem wäre es besser gewesen, den Wiedereinstieg mit meinem Arbeitgeber vor Beginn der Elternzeit klar zu besprechen und die Vereinbarungen auch schriftlich festzuhalten.

Was muss sich aus Ihrer Sicht in der Arbeitswelt verändern?

Ich glaube, ich wünsche mir stärkere Gesetze für Frauen im Erwerbsleben. Es gibt ja Gesetze, aber die sollten vielleicht noch etwas ausgebaut und vor allem von den Arbeitgebern eingehalten werden. Und ein bisschen mehr Flexibilität von Seiten der Betriebe wäre auch wichtig, diese Anforderung wird an uns ja auch gestellt - trotz Familie.

Was ist Ihr Rat an die junge Generation?

Ruhig den Schritt zu wagen und die Familiengründung nicht aufschieben, weil man denkt, man muss erst ein bisschen mehr Karriere machen, um den Job zu festigen, um dann besser dazustehen. Das ist, glaube ich, gar nicht unbedingt immer das Beste. Denn ich habe die Erfahrung gemacht, dass auch jemand mit einer guten oder hohen Position Schwierigkeiten beim beruflichen Wiedereinstieg hat, wenn man eine Familie gegründet hat. Und dabei ist es egal, ob man jetzt normal angestellt ist oder eine Führungsposition hat - leider.

Katja D., verheiratet, zwei kleine Kinder, gelernte Hotelfachfrau, 20 Jahre Berufserfahrung, davon 11 Jahre auf der Insel Sylt, Empfangsmitarbeiterin (Rezeption) in einem Hotel.

Strategien – Elternzeit

Welche Stärken oder Fähigkeiten haben Ihnen auf Ihrem Weg geholfen oder helfen Ihnen noch?
Sicherlich meine 20jährige Berufserfahrung. Eine weitere Stärke ist mein Kommunikationssinn und auch das „am Ball bleiben“, also das Nachfragen und Reflektieren.

Wer oder was hat Ihnen geholfen?

In diesem speziellen Fall hat mir die Familie geholfen, aber auch FRAU & BERUF hat mich sehr gestärkt. Durch die Beratung wurde mir klar, wie ich meine Interessen taktisch klug verhandeln kann.

Vereinbarkeit von Familie und Beruf bedeutet für mich...

„Es ist anstrengend!“ ist das Erste, was mir durch den Kopf geht. Familie und Beruf zu vereinbaren erfordert genaue Planung und Taktung des eigenen Lebens. Um Familie und Arbeit zu wuppen, muss ich strukturiert sein und vorausplanen.

Was wünschen Sie sich für Ihre berufliche Zukunft?

Ich wünsche mir, dass meine Arbeit gesichert ist und dass ich weiterhin Spaß daran habe zur Arbeit zu gehen.

Ohne die Beratung von FRAU & BERUF ...

... wäre ich nicht so gestärkt in das Gespräch mit dem Arbeitgeber gegangen, um die Zukunft meines Wiedereinstiegs zu sichern.

Fakten: Erwerbstätigkeit

- **Jeder dritte Vater nimmt Elternzeit**
- **58% der Väter beziehen Elterngeld für 2 Monate
20% für 3-9 Monate,
15% für 10-12 Monate**
- **FRAU & BERUF:
12% der Frauen
sind in Elternzeit**

gut beraten - 30 JAHRE

FRAU &
BERUF

Impressum

Herausgeberin:

Beratungsstellen FRAU & BERUF in Schleswig-Holstein

Redaktionsteam: Meike Hansen, Susanne Hauch-Kaufmann, Astrid Nielsen

Gestaltung: Stephanie Ebel

Wir fördern Arbeit



Landesprogramm Arbeit; Gefördert durch
die Europäische Union, Europäischer Sozialfonds (ESF),
und das Land Schleswig-Holstein

www.frau-und-beruf-sh.de