

gut beraten -  
30 JAHRE

FRAU &  
BERUF

## Grußworte des Ministers

### Sie sind „Gut beraten“ bei FRAU & BERUF

Mehr Frauen in Beschäftigung zu bringen ist ein Ziel unserer Fachkräfteinitiative „Zukunft im Norden“. Angesichts des Bedarfs an Fachkräften können und wollen wir es uns nicht leisten, in der Arbeitswelt auf die Kompetenzen von Frauen zu verzichten. Viele gut ausgebildete Frauen stehen dem Arbeitsmarkt – meist aus Gründen der Kindererziehung – nicht oder nur mit einer reduzierten Wochenarbeitszeit zur Verfügung. Nach der letzten Erhebung des Statistischen Bundesamtes gab es in Deutschland 8,4 Millionen Beschäftigungsverhältnisse in Teilzeit. Zu 82 Prozent wurden diese von Frauen belegt.

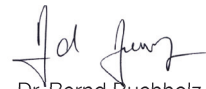
Aber auch für die persönliche Biographie ist es wichtig, die finanzielle Eigenständigkeit von Frauen zu stärken. Denn eine längere Erwerbsunterbrechung oder ein Einstieg in Mini-Jobs oder mit geringer Teilzeit können zu erheblicher Benachteiligung und letztlich auch zu Altersarmut führen.

Hier muss sich etwas ändern. Die bessere Vereinbarkeit von Familie und Beruf – insbesondere durch ein qualitativ und quantitativ gutes Angebot an Kinderbetreuung – ist daher eine der größten Stellschrauben, um die Erwerbsbeteiligung von Frauen zu erhöhen.

Die Landesregierung unterstützt Frauen, die in den Arbeitsmarkt zurückkehren, ihre Teilzeitbeschäftigung aufstocken oder aus geringfügiger Beschäftigung in ein sozialversicherungspflichtiges Arbeitsverhältnis wechseln wollen, mit einer passgenauen, individuellen und kostenlosen Beratung durch das landesweit flächendeckende Angebot von FRAU & BERUF. In sieben Beratungsregionen in Schleswig-Holstein gibt es feste Beratungsbüros. Zusätzlich ist FRAU & BERUF mit regionalen Angeboten in der Fläche präsent.

Auf den folgenden Seiten sind Lebensverläufe von ehemals Ratsuchenden beschrieben, die nach der Beratung bei FRAU & BERUF Eigeninitiative entwickelt haben, um sich beruflich neu zu orientieren. Nutzen auch Sie dieses Angebot und lassen Sie sich individuell beraten, wie Sie am besten beruflich durchstarten können.

Ich wünsche Ihnen viel Erfolg bei Ihrer beruflichen Weiterentwicklung!



Dr. Bernd Buchholz

Minister für Wirtschaft, Verkehr, Arbeit, Technologie und Tourismus des Landes Schleswig-Holstein

## Perspektiven eröffnen – Passgenaue Lösungen erarbeiten

In sieben Beratungsregionen in Schleswig-Holstein nutzen jährlich gut 2.100 Frauen das Angebot einer persönlichen Erstberatung bei FRAU & BERUF.

Stellvertretend für diese Ratsuchenden kommen in der Broschüre acht Frauen zu Wort, die über ihren beruflichen Weg berichten und damit einen persönlichen Einblick in ihre Biografie geben. Sie befinden sich in beruflichen Übergangssituationen. Sie stehen vor wichtigen Entscheidungen und wünschen sich Orientierung und Klarheit. Es geht um den beruflichen Wiedereinstieg, um Ausbildung, Arbeitszeitfragen, Karriereplanung, Selbständigkeit, Vereinbarkeit von Beruf und Familienarbeit, um die Verbesserung der Arbeitssituation und um Wertschätzung in der Arbeitswelt. FRAU & BERUF unterstützt die Rat suchenden Frauen dabei, Perspektiven und individuelle Lösungen zu entwickeln.

Die vorliegende Broschüre gibt Ihnen einen Einblick in den Beratungsalltag. Wir bedanken uns sehr herzlich bei unseren Gesprächspartnerinnen für ihre Bereitschaft zum Interview und für ihre Offenheit im Gespräch.

Die ausführlichen Interviews finden Sie auf:  
[www.frau-und-beruf-sh.de/interviews](http://www.frau-und-beruf-sh.de/interviews)

### Keine halbe Sache – Ausbildung in Teilzeit

#### 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“

#### Was ist/war Ihr Ziel?

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. 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 Fähigkeiten haben Ihnen auf Ihrem Weg in die Teilzeitausbildung geholfen?

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



#### Wer oder was hat Ihnen 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.

#### Was denken Sie über Ihre berufliche Zukunft?

Ich fiebere dem Moment entgegen, mein Examen in der Hand zu halten und mehr Geld zu verdienen!

#### 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 zu früh Kinder bekommen. Das Leben ist hart.

#### Was muss sich aus Ihrer Sicht in der Arbeitswelt verändern?

Arbeitgeber müssen mehr Flexibilität zeigen. Ich wünsche mir einen wertschätzenden Umgang.

**Teresa, ein Kind, 6 Jahre, alleinerziehend, macht zur Zeit eine Ausbildung in der Gesundheits- und Krankenpflege in Teilzeit.**

## Veränderung wagen

### Jonglieren – Vereinbarkeit Familie und Beruf

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

Ich habe überlegt, was ich wirklich will und was ich 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.

#### 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. Er hat mich darin bestärkt, mir Zeit zu lassen, um eine neue berufliche Perspektive zu entwickeln.

#### 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“



### 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 etwas für mich 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.

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

### Karrieresprünge – Verantwortung übernehmen

Was war Ihr Grund zu FRAU & BERUF zu gehen? 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, und es war für mich klar, dass ich das, was ich an Zeit und Geld investiert habe, auch für meine Karriere nutzen möchte.

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.

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 wieder aufgenommen.

#### 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% \*



men und insgesamt sehr aktiv Beziehungen genutzt. Es war sehr beruhigend, dass ich keinen Zeitdruck hatte. Ich hatte ja einen sicheren Arbeitsplatz.

#### Was muss sich Ihrer Sicht nach 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.

#### Vereinbarkeit von Familie und Beruf bedeutet für mich ...

... dass niemand auf der Strecke bleibt und jede/er sich verwirklichen kann. 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.

**Dominique R., ein Kind, 9 Jahre, Restaurantmeisterin, 19 Jahre Berufserfahrung, Veranstaltungsmanagerin beim DEHOGA Hamburg e.V..**

### 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.

Was ist/war Ihr Ziel?

Mein Ziel ist, nicht dauerhaft auf die Ausübung meines Berufes zu verzichten, sondern durch ein eigenes existenzsicherndes Einkommen finanziell unabhängig zu sein und damit auch eigene Rentenansprüchen zu erwerben.

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.“

#### 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,- €\*



**Was muss sich Ihrer Meinung nach in der Arbeitswelt verändern?**

Wir brauchen neben anderen Veränderungen auch betriebliche Kindergärten, denn wenn man Kinder bekommt, darf das nicht zu finanziellen Verlusten oder Einbußen beim Familieneinkommen führen.

**Was wünschen Sie sich für Ihre berufliche Zukunft?**

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

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

### Perspektiven für Migrantinnen

#### Fakten: Beschäftigung, Qualifikation und Migration

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

#### Wo gab es Probleme oder Hindernisse?

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, dadurch stellte sich mir die Frage, ob ich auch in meinen ursprünglichen Beruf zurückkehren kann oder könnte.

#### Was muss sich Ihrer Ansicht nach in der Arbeitswelt ändern?

Ich hätte mir eine Rückmeldung gewünscht, warum ich auf meine Bewerbung eine Absage bekommen habe. Das kann das Unternehmen ruhig schreiben. Es wäre für mich eine wertschätzende Rückmeldung gewesen, denn aus Fehlern lernt man ja.

#### Welche Fähigkeiten haben Ihnen auf Ihrem Weg geholfen?

Es hat mir sehr geholfen, dass ich beharrlich blieb und mich nicht entmutigen ließ.



### Wer oder was hat Ihnen geholfen?

Ganz toll fand ich die Unterstützung durch FRAU & BERUF, denn 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 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 zurecht kommen kann.

Ich finde es richtig, dass Unternehmen ihre Beschäftigten unterstützen und z. B. sagen:

“Okay, Sie haben drei Kinder, dann können Sie auch gerne eine Zeit lang auf 25 Stunden runter gehen.“

### Was wünschen Sie sich für Ihre berufliche Zukunft?

Ich möchte da, wo ich jetzt arbeite, erfolgreich weiter arbeiten. Der Einstieg ist gut gewesen und es war sehr hilfreich, dass ich nette Kolleginnen habe.

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

### Weitblick – Familienfreundliche Arbeitszeiten

#### 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 familienfreundlichere Arbeitszeiten
- **Arbeitszeitwünsche:**  
Frauen 28 Stunden  
Männer 35 Stunden

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

Ich war beruflich an einem Punkt, wo ich etwas an meiner Situation ändern wollte, aber nicht wusste, wie.

Welche Schritte unternahmen Sie nach der Beratung bei FRAU & BERUF?

Ich bin dann 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 wo anders zu gehen.

Wer oder was hat Ihnen geholfen?

Viele kleine Dinge haben mir geholfen, meinen Weg zu finden. Zum Beispiel Gespräche mit meiner Schwester und meinen Freun-



dinnen. FRAU & BERUF hat mir auch geholfen. Schon beim ersten Beratungsgespräch hat sich bei mir ein Hebel umgelegt. Die Übung, die wir gemacht haben, hat mir geholfen, klarer zu 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 weiter wachsen 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 seine Aufgaben nicht nur zu bewältigen, sondern beides so zu gestalten, dass man Lust und Freude sowohl an der Kinderbegleitung als auch an der Ausübung seines Berufes hat.

Seher S., 41 Jahre, verheiratet, zwei Kinder, Dipl.-Wirtschaftsingenieurin (FH) Studienschwerpunkt Umwelttechnik, arbeitete nach dem Studium als Qualitätsingenieurin bis zur Elternzeit in Vollzeit, dann in Teilzeit im Bereich Fertigungssteuerung und Qualitätssicherung. Sucht eine neue Arbeit mit neuen fachlichen Herausforderungen und familienfreundlichen Arbeitszeiten.

### Strategien – Elternzeit

Was ist/war ihr Ziel?

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

Wo sind Probleme aufgetaucht, welche Hindernisse gab es auf dem Weg des Wiedereinstiegs?

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 Beratungsgespräch bei FRAU & BERUF unternommen?

Nachdem ich super beraten wurde, habe ich erneut das Gespräch mit meinem Arbeitgeber gesucht und die besprochenen Ideen,

#### Fakten: Erwerbstätigkeit

- 41% der Mütter sind im 2. Lebensjahr des Kindes wieder erwerbstätig
- 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





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.

#### Wer oder was hat Ihnen geholfen?

In diesem speziellen Fall hat mir die Familie geholfen, aber auch die Beratung von FRAU & BERUF hat mich sehr gestärkt. Dadurch 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.

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

### Vom Minijob zum eigenen Unternehmen

#### 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

#### Was ist/war Ihr Ziel?

Ich wollte von einem 450,- Euro Job in ein sozialversicherungspflichtiges Arbeitsverhältnis wechseln.

#### Was hätten Sie rückblickend anders gemacht?

Ich hätte mir einfach viel eher Hilfe holen sollen.

#### Was muss sich Ihrer Ansicht nach in der Arbeitswelt verändern?

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

#### Wer oder was hat Ihnen geholfen?

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



### Welche Fähigkeiten haben Ihnen auf Ihrem Weg geholfen?

Ich liebe meinen Beruf und arbeite mit Liebe, das merken meine Kundinnen. Ich trage die Sonne im Herzen.

### Was ist Ihr Rat an die nachfolgende 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.**

## Profile erstellen – Impulse geben

Im Zentrum der Beratung steht die Rat suchende Frau mit ihren Ressourcen, Interessen und ihrer Berufsbiografie. „Die Beratung geht über die reine Informationsvermittlung hinaus und trägt auf der individuellen Ebene dazu bei, die beschäftigungs- und bildungsbiografische Gestaltungskompetenz zu erhöhen.“\*

Die Beraterinnen agieren professionell mit einem klar formulierten Beratungsetting. Die Rat suchenden Frauen werden in ihren beruflichen Übergängen bei der Entscheidungsfindung und bei der Planung konkreter Handlungsschritte begleitet. Es ist eine freiwillige, zeitlich umrissene und eine ergebnisoffene Interaktion.

Die Themen in der Beratung gehen über den Einzelfall hinaus, sie sind typisch für die Erwerbssituation von Frauen. Deshalb kooperieren die Beratungsstellen mit den Akteur\*innen des Arbeitsmarktes, damit die unterschiedlichen Lebenswirklichkeiten von Frauen und Männern beachtet, herkömmliche Rollensreibungen und Denkmuster reflektiert werden und eine an Lebensphasen orientierte Personal- und Arbeitsmarktpolitik weiterentwickelt wird.

Ziel ist, das Fachkräftepotential der Frauen sichtbar zu machen und Impulse zur Sicherung und gerechten Verteilung von Arbeit, Anerkennung und Einkommen für Frauen und Männer zu geben.

## Rückmeldungen

### Ohne die Beratung von FRAU & BERUF ...

- ... fehlte die **Analyse**. Ich hätte mich nicht so auf **meine innere Stärke** verlassen.
- ... wäre ich nicht so **gestärkt in das Gespräch** mit dem Arbeitgeber gegangen, um meine berufliche Zukunft zu sichern.
- ... hätte ich wahrscheinlich länger gebraucht, um zu einer Entscheidung zu kommen. **Die Beratung hat mir Speed gegeben.**
- ... wäre ich nicht **selbstständig und selbstbewusst!!!**
- ... wäre ich vielleicht gar nicht zum Vorstellungsgespräch eingeladen worden. Das Gespräch hat mir **meine Unsicherheit genommen** und **mich darin bestärkt, Veränderung zu wagen.**
- ... hätte ich mich nicht **getraut, meine Wünsche/Gedanken umzusetzen.**
- ... wäre ich noch arbeitsuchend - Vielleicht hätte ich irgendeine Arbeit gefunden, jetzt bin ich jedoch **in meinem erlernten Beruf!**
- ... **wäre ich nicht da, wo ich heute bin.**

## Qualität und Wirkungen

Die Beratungsstellen FRAU & BERUF werden regelmäßig im Rahmen des Landesprogramms evaluiert und in Bezug auf die Zielerreichung und die Qualität der Arbeit positiv bewertet. Jährlich nehmen gut 2.100 Frauen eine intensive Erstberatung bei FRAU & BERUF in Anspruch. Folge- und Kurzberatungen sowie Gruppenberatungen, Workshops und Veranstaltungen ergänzen das Angebotsspektrum. Die meisten Frauen kommen über eine persönliche Empfehlung zu FRAU & BERUF, die Beratungsnachfrage ist konstant hoch.

Die Beratungsstellen erreichen mit ihrem Angebot insbesondere Berufsrückkehrerinnen (47%), in Teilzeit beschäftigte Frauen (20%), von Arbeitslosigkeit bedrohte Frauen (20%), Frauen im Minijob (6%) und Frauen, die eine Ausbildung in Teilzeit anstreben (7%). Die 30 - 50 Jährigen bilden die größte Gruppe (64%). 87% der Frauen haben einen qualifizierten Berufsabschluss.\* Die Hauptanliegen sind berufliche Orientierung 61%, beruflicher Wiedereinstieg 45%, berufliche Veränderung 45% sowie Bewerbungsstrategien 22% und Weiterbildung 20%.\*\*

Die Beratung gibt Impulse und aktiviert die Ratsuchenden, die Frauen machen sich auf den Weg. 51% sind aktiv auf Arbeitssuche, 28% in Arbeit, 6% sind in Weiterbildung.\*

Die Beraterinnen werden von den Rat suchenden Frauen als fachlich kompetent und zugewandt wahrgenommen. 82% der befragten Frauen gaben an, dass sie mit der Beratung (sehr) zufrieden sind, 81%\*\*würden die Beratungsstellen weiterempfehlen.

## Beratungsbüros in Regionen und Kreisen von FRAU & BERUF in Schleswig-Holstein

### REGION DITHMARSCHEN/STEINBURG

**Meldorf** 25704, Marschstraße 30a  
Tel. (0 48 32) 99 61 75  
beratung@frauundberuf-egeb.de  
**Itzehoe** 25524, Viktoriastraße 17  
Tel. (0 48 21) 40 30 28-54  
beratung@frauundberuf-egeb.de

### REGION LÜBECK

**Lübeck** 23564, Elisabeth-Haseloff- Straße 3  
Tel. (04 51) 38 44 48 729  
frauundberuf-luebeck@faw.de

### REGION NEUMÜNSTER

**Kiel** 24113, Danewerkstraße 21 (Cafetti)  
Tel. (04 31) 22 0 92 70  
fub@diakonie-altholstein.de  
**Neumünster** 24534, Christianstraße 8-10  
Tel. (0 43 21) 25 05 407  
fub@diakonie-altholstein.de  
**Rendsburg** 24768, Uhrenblock  
Kaiserstraße 26  
Tel. (0 43 31) 94 39 1 05  
christiane.kaiser@diakonie-altholstein.de

### REGION NORD

**Flensburg** 24937, Große Straße 21-23  
Tel. (04 61) 2 96 26  
frau-beruf-fl@posteo.de  
**Husum** 25813, Asmussenstraße 19  
Tel. (0 48 41) 70 60  
frau-beruf-nf@posteo.de



### KREIS SEGEBERG

**Bad Segeberg** 23795, Kurhausstraße 1  
Tel. (0 45 51) 94 40 02  
frau-und-beruf@wks-se.de

### KREIS PINNEBERG

**Tornesch** 25436, Lise-Meitner-Allee 18  
Tel. (0 41 20) 70 77- 65  
frau-beruf-pi@wep.de

### KREIS STORMARN

**Bad Oldesloe** 23843, Berliner Ring 8-10  
Tel. (0 45 31) 888 48- 91/97  
info@fub-stormarn.de

**Koordinierungsstelle FRAU & BERUF**, Investitionsbank SH, Fleethörn 29-31, Kiel 24103, Tel. (0431) 99 05 27 66

# auch in Zukunft *gut* beraten

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, Europäischen Sozialfonds (ESF),  
und das Land Schleswig-Holstein

[www.frau-und-beruf-sh.de](http://www.frau-und-beruf-sh.de)