

Training Wiedereinstieg

Das Training Wiedereinstieg ist ein modular aufgebauter Kurs in Teilzeit mit einer anschließenden Praxisphase im Unternehmen und richtet sich an Wiedereinsteigerinnen nach der Familienphase. Die vier monatige Kursphase umfasst sowohl Präsenzveranstaltungen als auch Selbstlernzeiten und gliedert sich in folgende Themenbereiche:

✓ **Persönlichkeitsentwicklung** (12 Stunden)

Zum Start in einen neuen Lebensabschnitt machen Sie sich Gedanken über die eigene Persönlichkeit. Die neue Rolle soll verinnerlicht, von allen Seiten beleuchtet und angenommen werden. Es werden u.a. die persönlichen Prioritäten erarbeitet und die Wahrnehmung vom Fremd- und Selbstbild geschult. Mit dem Kennenlernen förderlicher und hinderlicher Glaubenssätze soll das Selbstwertgefühl gestärkt werden.

✓ **Berufsorientierung und Karriereplanung** (20 Stunden)

Dieses Seminar bietet eine praxisorientierte Unterstützung um sich über Ihr eigenes Potenzial und Ihre beruflichen Möglichkeiten klar zu werden. Berufliche Ziele werden definiert und mit den eigenen Fähigkeiten abgeglichen, um konkrete Handlungsstrategien zu entwickeln.

✓ **Selbstmarketing** (12 Stunden)

Mit Hilfe einer ausführlichen Selbstanalyse zur Bewusstwerdung der eigenen Stärken und Schwächen werden die Wege und Möglichkeiten für „Werbung in eigener Sache“ kennengelernt und erarbeitet. Im Mittelpunkt stehen die Erstellung eines individuellen Selbstmarketingplans und die Arbeit am selbstsicheren eigenen Auftreten.

✓ **Bewerbungstraining** (20 Stunden)

Im Mittelpunkt des Bewerbungstrainings steht neben der Stärkung des beruflichen Selbstvertrauens, die Erarbeitung und Übung überzeugender Strategien im Umgang mit Arbeitgeber/innen. Im Rollenspiel üben Sie Vorstellungsgespräche und entwickeln authentische Verhaltensstrategien sowie einen stimmigen und überzeugenden Argumentationsstil.

✓ **Kommunikationstraining** (20 Stunden)

Durch die Bewusstwerdung und Gestaltung des eigenen Auftretens als Schlüssel für zielgerichtetes berufliches Handeln arbeiten die Teilnehmerinnen an ihrem persönlichen Auftreten und der eigenen Wirkung. Der Beziehungsfaktor Kommunikation soll verstanden und eingesetzt sowie Merkmale effektiver Gesprächsführung erarbeitet und umgesetzt werden.

✓ **Baustein: Basiswissen BWL (EBCL)** (80 Stunden: Präsenz und Selbstlernen zu Hause)

Durch das BWL-Modul erlangen Sie Basiswissen zu folgenden Themenbereichen und schließen mit der Prüfung zum Europäischen Wirtschaftsführerschein ab:

- Bilanzierung
- Kostenrechnung
- Wirtschaftsrecht
- Unternehmensziele und Kennzahlen

✓ **EDV - MS Word** (20 Stunden)

In diesem Modul lernen Sie anhand vieler praktischer Übungen den sicheren Umgang mit dem Textverarbeitungsprogramm MS Word. Dieser Kurs baut auf vorhandenen Kenntnissen auf und vermittelt eine Auffrischung sowie tiefgehendes Wissen für die berufliche Nutzung des Programms. Im Kurs wird mit Microsoft Office Word 2007 gearbeitet.

Comeback ist eines von 20 bundesweit geförderten Modellprojekten aus dem Aktionsprogramm „Perspektive Wiedereinstieg“ des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend sowie der Bundesagentur für Arbeit. Das Projekt wird aus dem Europäischen Sozialfonds sowie der Agentur für Arbeit kofinanziert.

✓ **EDV - Bewerben per E-Mail (8 Stunden)**

Immer öfter erwarten Unternehmen, dass Bewerber/innen ihre Unterlagen per E-Mail zuschicken. Lernen Sie welche Kenntnisse und Vorarbeiten dafür nötig sind.

✓ **EDV - Recherchieren im Internet (8 Stunden)**

Die Nutzung des Internet wird als wichtige Informationsquelle erklärt. Möglichkeiten der Recherche und ein sicherer Umgang mit dem Medium werden vermittelt, wie beispielsweise Speichern und Drucken von Internetseiten, herunterladen von Dateien und die Nutzung von sozialen Netzwerken und Stellenbörsen.

✓ **EDV - MS Outlook (8 Stunden)**

Das Programm Outlook hilft Ihnen, Ihre Büro-Arbeit effizient zu organisieren. Sie lernen den Umgang mit E-Mails, Kalender, Adressbuch und Aufgabenlisten.

✓ **EDV - MS PowerPoint (20 Stunden)**

Mit PowerPoint können Sie Informationen aufbereiten um sie vor einem Publikum zu präsentieren, z.B. bei einem Vortrag oder an einem Messestand. Sie Lernen, eine Präsentation aufzubauen, die einzelnen Folien übersichtlich und ansprechend zu gestalten und auf individuelle Bedarfe auszurichten.

✓ **EDV - MS Excel: Sicherer Umgang mit Tabellen, Formeln und Funktionen (20 Stunden)**

Mit dem Tabellenkalkulationsprogramm Excel können Sie Daten in Tabellen organisieren, Berechnungen durchführen und Ergebnisse anschaulich darstellen.

✓ **Projektmanagement (20 Stunden Grundlagen und 16 Stunden Vertiefung)**

Lernen Sie die einzelnen Abschnitte eines Projektes kennen, von der Idee zur detaillierten Planung, über die Durchführung und Umsetzung bis zum Abschluss. Die Schritte werden durch Beispiele veranschaulicht. Definieren Sie ein Projektziel unter Einbezug des Umfeldes und Erkennung der Risiken. Entwickeln Sie eine Projektstruktur, planen Sie Termine, Ressourcen und Kosten.

✓ **Praxisprojekt (52 Stunden)**

Während des Praxisprojektes entwickeln Sie eine gemeinsame Profilmappe, welche zur Akquise des Praktikumsplatzes oder einer Anstellung eingesetzt werden kann. Hierbei werden die theoretischen Inhalte des Modules „Projektmanagement“ praktisch umgesetzt.

Die Präsenzveranstaltungen finden von 9:00 bis 12:30 Uhr, mit bis zu 20 Teilnehmerinnen im

- Centrum Bildung und Beruf, Große Reichenstraße 14, 20457 Hamburg sowie der
- KWB Management GmbH, Haus der Wirtschaft, Kapstadtring 10, 22297 Hamburg statt.

Während der gesamten Zeit steht Ihnen eine Case Managerin zusätzlich unterstützend zur Seite. Außerdem können Sie bis zu vier Coaching-Termine bei unserem Kooperationspartner Väter e. V. wahrnehmen. Weitere Informationen zu Comeback finden Sie im Internet unter www.comeback-hamburg.de oder telefonisch unter 040 63785577.

KWB e. V. / Comeback

Kapstadtring 10 / Haus der Wirtschaft
22297 Hamburg
Tel. 040 637855 77
www.comeback-hamburg.de

Comeback ist eines von 20 bundesweit geförderten Modellprojekten aus dem Aktionsprogramm „Perspektive Wiedereinstieg“ des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend sowie der Bundesagentur für Arbeit. Das Projekt wird aus dem Europäischen Sozialfonds sowie der Agentur für Arbeit kofinanziert.