

Checkliste für den Wiedereinstieg ins Berufsleben.

Diese 10 Punkte sollten Mamas im Blick haben, wenn sie (wieder) in den Arbeitsmarkt einsteigen!

1. Organisiere dir eine Kinderbetreuung bzw. einen KITA-Platz.
2. Sprich mit deinen Freunden und deiner Familie über's Babysitten, falls irgendwas mal nicht nach Plan läuft.
3. Informiere dich über die rechtlichen Gegebenheiten. Kleiner Tipp: In Mamaforen findest du viele Informationen darüber.
4. Nutze die Chance und orientiere dich. Welcher Job passt – von den inhaltlichen und den zeitlichen Gegebenheiten – zu dir und deiner kleinen Familie (Voll- oder Teilzeit)?
5. Fehlt dir fachlich noch etwas? Eigne dir ggf. noch fehlende Qualifizierungen an. Informationen zu deinem kostenfreien Bildungsgutschein von der Bundesagentur für Arbeit findest du unter www.tuv.com/jobfit
6. Vernachlässige deine Bewerbungsunterlagen nicht und bringe sie auf den neusten Stand.
7. Führe dir deine gewonnenen Stärken und (ausgemerzten) Schwächen vor Augen und lasse sie in deinen Bewerbungsunterlagen oder in Vorstellungsgesprächen für dich sprechen.
8. Planung ist das halbe Leben: Optimiere dein Zeitmanagement mit einem detaillierten Wochenplan.
9. Krabbelgruppe und Co – Tausche dich mit anderen Mamas aus und profitiere von euren gesammelten Erfahrungen.
10. Unterschätze die Mama-Kind-Bindung nicht. Beziehe dein Kind mit ein und erkläre ihm/ihr, dass du wieder arbeiten gehst.