



Laufbahngestaltung von Frau zu Frau

Kurzbeschreibung der Institution *fraw*

fraw – frau arbeit weiterbildung ist die **einzige öffentliche Beratungsstelle** auf dem Platz Bern, die **gezielt und ausschliesslich für erwachsene Frauen** praxisorientierte Beratung und den Erfahrungsaustausch im Bereich der **beruflichen Entwicklung** anbietet. Dabei begleitet *fraw* Frauen in den unterschiedlichen Neuorientierungs- und Umbruchphasen einer beruflichen Karriere mit einem kurzzeitigen Beratungs- und einem individuell angepassten Kursangebot. Die 30-jährige Erfahrung der Pionierin *fraw* dokumentiert eindrücklich das Bedürfnis nach diesem niederschweligen, ausschliesslich auf die Situationen von Frauen ausgerichteten Beratungs- und Bildungsangebot.

fraw unterstützt Frauen bei der Analyse ihrer individuellen beruflichen Situation in Umbruch- und Neuorientierungsphasen:

- ▶ Beim Wiedereinstieg nach familiär- oder arbeitsmarktbedingtem Erwerbsunterbruch
- ▶ Bei der optimalen Verbindung von Familien- und Berufsarbeit
- ▶ Bei beruflicher Neuorientierung aufgrund privater Veränderungen
- ▶ Bei der Laufbahngestaltung
- ▶ Bei Aus- und Weiterbildungsfragen
- ▶ Bei der Suche nach einer optimierten Work-Life-Balance

fraw bietet Frauen in spezifischen Situationen:

- ▶ Eine Standortbestimmung (in der Regel eine bis zwei Stunden) zur Konzipierung der weiteren Schritte.
- ▶ Eine Einzelbegleitung (in der Regel über fünf Beratungsstunden) als Beratungspaket zur Unterstützung der beruflichen Neuorientierung.
- ▶ Eigene Kurse und Prozessbegleitungen sowie Kurse in Zusammenarbeit mit ähnlich gelagerten KursanbieterInnen. Das frauenspezifische Kursangebot ist in einem periodisch erscheinenden Kursverzeichnis zusammengefasst.
- ▶ Referate, Filme, Podiumsgespräche zu relevanten Themen.

fraw bietet öffentlichen und privaten Organisationen:

- ▶ Gastreferate und Workshops
- ▶ Betrieblich zugeschnittene Beratungspakete
- ▶ Individuelle Laufbahnplanungen im Betrieb
- ▶ Laufbahnberatung in der beruflichen Grundbildung mit Gruppen-Zukunftswerkstatt und individuellem Laufbahncoaching



Laufbahngestaltung von Frau zu Frau

fraw ist ein Verein und arbeitet als Nonprofit-Organisation. Die Beratungen werden im Rahmen der Finanzhilfe nach dem Gleichstellungsgesetz von Bund (Eidgenössisches Büro für die Gleichstellung von Frau und Mann, EBG), vom Kanton Bern, von Vereinsmitgliedern sowie von Spenderinnen und Spendern unterstützt. Deshalb kann *fraw* Frauen in der Region Bern dieses zielgerichtete Beratungs- und Bildungsangebot zu günstigen Konditionen anbieten. Der Verein beschäftigt heute drei Beraterinnen im Teilzeitverhältnis, eine Kauffrau im Teilzeitverhältnis für die administrativen Belange und bietet einen Ausbildungsplatz für eine Lernende Kauffrau (diesen in Zusammenarbeit mit der Stadt Bern).

Bern, 10. März 2010



Laufbahngestaltung von Frau zu Frau

Die Beratungsstelle fraw

Pia Monika Schneider, Beraterin und Fachstellenleiterin

„Frauen, die zu uns kommen, wollen ihr Leben selber in die Hand nehmen, Weiterbildungsmöglichkeiten abklären, den Wiedereinstieg vorbereiten, die berufliche Laufbahn planen oder Berufs- und Familienarbeit neu organisieren“.

Die Fachstelle fraw berät, unterstützt und begleitet Frauen in Themen rund um die Berufs- und Laufbahngestaltung sowie Vereinbarkeit von Familie und Beruf.

Ziel des Vereins fraw und der Beratungsstelle ist es, Frauen über ihre Chancen im Beruf aufzuklären, ihnen innovative Wege aufzuzeigen und sie darin zu bestärken, selbstbewusst eine Tätigkeit zu finden, die sie befriedigt und auf ihre persönliche Lebenssituation zugeschnitten ist.

Die Beratungen sind ganzheitlich und beziehen die allgemeine Lebenssituation, das familiäre, persönliche und berufliche Umfeld mit ein. Die Fachstelle spricht Frauen mit verschiedensten Erfahrungshintergründen an, die sich in diesem Umfeld neu orientieren oder ihre Situation klären wollen.

Dienstleistungsangebot

Das Grundangebot der fraw besteht aus der **Standortbestimmung**. Dieses Beratungsgespräch dauert eine Stunde und kostet Fr. 40. Die Klientin gewinnt Klarheit über ihre Situation. Gemeinsam mit der Beraterin erarbeitet sie die nächsten selbstverantwortlichen Schritte - unter dem Motto: Da will ich hin!

In einer **Neuorientierung** entwickelt die Klientin in fünf Sitzungen zusammen mit ihrer Beraterin konkrete berufliche Perspektiven. Dieser Prozess führt über individuelle Abklärungen zu konkreten Zielvorstellungen und eröffnet der Klientin neue Möglichkeiten. Die Kosten für eine Neuorientierung betragen Fr. 300.-.

Eine Neuorientierung kann auch in Form einer Intervision oder kollegialen Fallberatung, der sogenannten **Laufbahngruppe**, in Anspruch genommen werden. An drei Halbtagen gewinnen die Klientinnen im Austausch mit anderen Frauen neue Erkenntnisse und Ideen für ihre nächsten beruflichen Schritte.

Das Angebot spricht ein sehr breites Zielpublikum - Frauen in allen Lebensphasen zwischen Berufseinstieg, beruflicher Neuorientierung und Berufsausstieg an.



Laufbahngestaltung von Frau zu Frau

Die Beratungen bei fraw haben - im Sinne der personenzentrierten Beratung und einer systemischen, lösungs- und ressourcenorientierten Betrachtungsweise – folgende grundsätzlichen Ziele:

- Informationen im Umfeld Beruf, Familie, Wiedereinstieg, Erwerbslosigkeit, Weiterbildung, Neuorientierung vermitteln
- die Fragestellung klar erkennen und gemeinsam auf Spurensuche gehen
- die (berufliche) Entwicklung und die Autonomie der Klientinnen fördern
- das Bewusstsein eigener Ressourcen und autonomer Gestaltungsmöglichkeit verstärken
- das Wohlbefinden und das Selbstkonzept der Klientinnen in Spannungsfeld Gesellschaft, Beruf, Familie stärken
- einen Realitätsbezug zwischen persönlichen Vorstellungen und Gegebenheiten des Arbeitsmarktes oder veränderten beruflichen Anforderungen schaffen
- die Handlungsfähigkeit der Klientinnen dynamisieren
- die Klientinnen zum ersten Schritt Richtung Handlung ermutigen

Bern, 10. März 2010