

## Ihr persönlicher Vorteil:

- Ihr Selbstbewusstsein wird durch die ansprechende Präsentation Ihrer Unterlagen gefördert. Im **Portfolio** sind Ihre wichtigsten Daten gesammelt und für Sie jederzeit verfügbar, die schulischen und beruflichen Stationen sind um Nachweise über die außerberuflichen Tätigkeiten erweitert. Dadurch können Sie Ihre informellen Kompetenzen (= Kompetenzen ohne schriftliche Bestätigung) glaubwürdig und selbstsicher vermitteln.
- Die Reflexion Ihrer bisher wichtigsten Entscheidungen hilft dabei, Ihre eigene Entwicklung besser zu verstehen und Weichenstellungen vorzubereiten, die Ihren persönlichen Berufs- und Lebenszielen entsprechen. Das Ausbalancieren von beruflichen, familiären und persönlichen Interessen und Wünschen wird dadurch leichter.
- Die Wichtigkeit der sozialen und persönlichen Fähigkeiten für den Beruf wird deutlich. Die in den Modulen erworbenen Erkenntnisse können unmittelbar danach an einem Arbeitsplatz Ihrer Wahl erprobt und eingesetzt werden.

## Ihr Vorteil auf dem Arbeitsmarkt:

- Sie bekommen die Möglichkeit, Ihre Interessen und Fähigkeiten in der Branche und vielleicht sogar in der Firma Ihrer Wahl auszuprobieren. Dadurch werden Sie als Bewerberin interessant: Sie erhöhen die Chance auf eine fixe Arbeitsstelle.
- Schriftliches wirkt glaubwürdiger. Durch das nachträgliche Einholen von eventuell fehlenden Bestätigungen, Arbeitszeugnissen und Empfehlungen erhält die Bewerbung mehr Gewicht.
- Sichere Selbsteinschätzung erhöht die Chance auf eine tragfähige Berufsentscheidung.
- Gute Selbsteinschätzung, ein stabiles Selbstwertgefühl und die Fähigkeit, über das eigene Verhalten nachzudenken, sind Voraussetzung für Kommunikations- und Konfliktfähigkeit. Gelungene Teamarbeit baut auf diesen Fähigkeiten auf.

## Wie Sie uns erreichen:

▶▶ **zb Zentrale:** 3500 Krems  
Ringstraße 70  
T: 02732 / 76 463  
F: 02732 / 76 463-4

▶▶ **zb St. Pölten:** 3100 St. Pölten  
Schreinerergasse 10  
T: 02742 / 317 914  
F: 02742 / 317 914-4

E: office@zb-beratung.at

Amstetten  
Baden  
Berndorf  
Bruck/Leitha  
Gänserndorf  
Gmünd  
Hollabrunn  
Horn  
Korneuburg  
Krems  
Lilienfeld  
Lilienfeld  
Melk  
Mistelbach  
Mödling  
Neunkirchen  
Scheibbs  
Schwechat  
St. Pölten  
Tulln  
Waidhofen/Thaya  
Waidhofen/Ybbs  
Wiener Neustadt  
Zwettl

[www.zb-beratung.at](http://www.zb-beratung.at)



Impressum: Verein zb – Zentrum für Beratung, Training & Entwicklung, Krems. Grafik: Gisela Scheubmayr/www.subgrafik.at. Titelfoto: getty images/Keith Brofsky. Druck: REMAprint, Wien.



für Wieder-  
einsteigerinnen

# Das 4X4 zum Job

Mit dem **Kompetenz-Portfolio**  
zum Beruf Ihrer Wahl

**zb:**

[www.zb-beratung.at](http://www.zb-beratung.at)

# Das 4X4 zum Job

Vertiefung der persönlichen und sozialen Kompetenzen

Stärkung des Selbstbewusstseins

Sicherheit im Auftreten

Klarheit in der Selbstpräsentation

Glaubwürdigkeit durch schriftliche Unterlagen

Mit dem Kompetenz-Portfolio zum Beruf Ihrer Wahl

Portfolio

Abschlussgespräch  
Ergebnisse sichern – Ideen verwirklichen

## Selbstwert stärken:

Kompetenzen

- erkennen
- benennen
- neu ordnen
- orientieren
- präsentieren
- erproben

### Modul 4

4 Stunden (ein Vormittag)

EC

### Modul 3

4 Stunden (ein Vormittag)

EC

### Modul 2

4 Stunden (ein Vormittag)

EC

### Modul 1

4 Stunden (ein Vormittag)

EC

Erstgespräch  
persönliche Ausgangssituation,  
Zukunftswünsche, ...

Termin

Arbeitserprobung

1 oder 2 Monate

Arbeitsaufnahme

Qualifizierung

bei Bedarf Einzelcoaching

6 bis 10 Frauen