

VON FRAUEN
FÜR FRAUEN

Beruflicher Neustart für Frauen 40+

Mit neuer Klarheit über deinen weiteren beruflichen Weg und einer
Bewerbungsstrategie, die auf Netzwerke statt nur auf
Stellenanzeigen setzt, zum passenden Job.



AZAV-zertifiziertes Online-Einzelcoaching
Kostenübernahme durch einen Aktivierungs- und
Vermittlungsgutschein (AVGS) möglich



A
Z
A
V

Zertifiziertes
QM-System nach AZAV
Zertifikatsnummer
0000-0000-AZAV-T

STARKE
FRAUEN™

INHALT

<u>Du willst beruflich weiter. Nur wohin?</u>	<u>Seite 3</u>
<u>Zwei typische Ausgangspunkte</u>	<u>Seite 4</u>
<u>Was du im Coaching erreichst</u>	<u>Seite 5</u>
<u>Ergebnisse</u>	<u>Seite 6</u>
<u>Warum Klarheit vor Bewerbung kommt.</u>	<u>Seite 9</u>
<u>Warum klassische Bewerbungen oft nicht reichen</u>	<u>Seite 10</u>
<u>In 4 klaren Schritten zum passenden Job</u>	<u>Seite 11</u>
<u>Warum STARKE FRAUEN?</u>	<u>Seite 12</u>
<u>Ablauf und Rahmenbedingungen</u>	<u>Seite 13</u>
<u>Förderung über die Agentur für Arbeit</u>	<u>Seite 14</u>
<u>Häufige Fragen</u>	<u>Seite 15</u>
<u>Dein nächster Schritt</u>	<u>Seite 16</u>



DU WILLST BERUFLICH WEITER. NUR WOHNIN?

Du wurdest gekündigt oder bist freigestellt?

Vielleicht wurde dein Job durch Digitalisierung, Umstrukturierung oder KI verändert.

Vielleicht stellst du fest: Mein derzeitiger Beruf passt nicht mehr zu meinem Leben.

Vielleicht hast du schon viele Bewerbungen geschrieben und bekommst trotzdem nur Absagen.

Dann stehst du vermutlich vor zwei zentralen Fragen:

- 👉 **Wo will ich beruflich wirklich hin?**
- 👉 **Wie komme ich mit passenden Arbeitgebern ins Gespräch?**

Beides hängt enger zusammen, als viele denken. Denn eine Bewerbung funktioniert nur, wenn klar ist, wohin die Reise gehen soll.

Ein Navi kannst du auch erst starten, wenn du eine Zieladresse eingibst. Genauso ist es mit deinem beruflichen Neustart.

- **Ohne Ziel keine Route.**
- **Ohne Route keine Strategie.**
- **Ohne Strategie bleiben Bewerbungen Zufall.**

Dieses Coaching hilft dir, zuerst deine berufliche Zieladresse zu finden – und danach den passenden Weg dorthin zu gehen. Abseits der ausgetretenen Bewerbungs-Pfade.

ZWEI TYPISCHE AUSGANGSPUNKTE

Ausgangspunkt 1: Du hast keine klare Richtung

- Was kann ich wirklich gut?
- Was passt heute noch zu mir?
- Welche Jobs kommen mit meiner Erfahrung in Frage?
- Was will ich auf keinen Fall mehr?
- Wo kann ich meine Stärken und Fähigkeiten heute bestmöglich einbringen?

Solange diese Fragen offen sind, bleibt jede Bewerbung unscharf.

Ausgangspunkt 2: Du hast schon hunderte von Bewerbungen geschrieben – und nichts passiert.

- Du hast deinen Lebenslauf optimiert. Vielleicht hat KI dir dabei geholfen.
- Du hast Anschreiben formuliert, Stellenanzeigen gesucht. Unzählige Bewerbungen verschickt. Trotzdem kommen kaum Einladungen.

Das liegt nicht daran, dass du zu wenig kannst.

Es liegt daran, dass sich die Spielregeln im Arbeitsmarkt verändert haben.

Viele Bewerberinnen machen den gleichen Fehler: Sie schauen fast ausschließlich auf Stellenanzeigen und warten darauf, ausgewählt zu werden. Genau das funktioniert heute nicht mehr.

Dieses Coaching verbindet deshalb beide Schritte:

Erst Klarheit über deinen beruflichen Weg.

Dann eine Strategie, mit der du passende Arbeitgeber gezielt erreichst.

WAS DU IM COACHING ERREICHST

Am Ende des Coachings hast du nicht nur ein Top-LinkedIn-Profil und bessere Bewerbungsunterlagen. Du hast einen klaren beruflichen Fahrplan.

Du weißt:

- wohin du beruflich willst
- welche Jobs realistisch zu dir passen
- welche Stärken und Kompetenzen du einbringst
- welche Arbeitgeber interessant für dich sind
- wie du dich klar positionierst
- wie dein LinkedIn-Profil deinen Wert sichtbar macht
- wie deine Bewerbungsunterlagen deinen Nutzen zeigen
- wie du passende Kontakte aktivierst
- wie du souverän in Gespräche gehst

Von:

„Ich weiß nicht, wohin.“

Zu:

„Ich kenne meine Richtung.“

Von:

„Meine Bewerbungen laufen ins Leere.“

Zu:

„Ich weiß, wen ich anspreche und wie ich gezielt in Gespräche komme.“



ERGEBNISSE

ERFOLGSGESCHICHTE #1



Bettina Gottwald

Vorher: Bettina war "HR Director" bei einem Konzern in Frankfurt. Sie wurde betriebsbedingt gekündigt. Nach rund 50 erfolglosen Bewerbungen kam sie zu uns.

„Ohne die Arbeit an meinem LinkedIn-Auftritt und das Netzwerken hätte ich keinen Job gefunden. Das war für mich der Gamechanger.“ – **Bettina Gottwald**

Nachher: Seit April 2025 ist Bettina Senior HR Managerin in einem Unternehmen in Frankfurt – mit gesteigertem Gehalt.

ERGEBNISSE

ERFOLGSGESCHICHTE #2



Julia Grempler

Vorher:

Julia kam nach drei Jahren Familienzeit in den USA zurück nach Deutschland. Ihr fehlte eine klare berufliche Perspektive.

„Als Frau in die Sichtbarkeit zu gehen und zu sagen, was man wert ist – das habe ich erst durch dich gelernt.“ – **Julia Grempler**

Nachher:

Innerhalb von sechs Monaten war Julia im neuen Job und ist bis heute happy.

STARKE
FRAUEN™

ERGEBNISSE

ERFOLGSGESCHICHTE #3



Alona Pshinnyk

Vorher: Alona kam aus der Ukraine nach Deutschland. In Kiew war sie Strategische Einkäuferin bei einem mittelständischen Unternehmen. In Deutschland startete sie beruflich bei null.

„Dank einer effektiven und klaren Strategie habe ich nach einem Jahr erfolgloser Suche endlich genau den Job gefunden, den ich wollte. Die professionelle Unterstützung war für mich der entscheidende Wendepunkt.“ – Alona Pshinnyk

Nachher: Heute arbeitet Alona als Einkäuferin bei einem mittelständischen Betrieb in der Bodensee-Region.

WARUM KLARHEIT VOR BEWERBUNG KOMMT

Ohne Zieladresse ist jede Bewerbung ein Schuss ins Blaue.

Viele Frauen starten ihren beruflichen Neustart mit Bewerbungen. Das ist verständlich: Der Druck ist da. Der alte Job ist weg oder passt nicht mehr. Also wird gesucht, geschrieben, abgeschickt.

Nur: Wenn du nicht klar weißt, was du suchst, bewirbst du dich oft auf Jobs, die nur halb passen. Dann klingt dein Profil austauschbar. Deine Erfahrung wirkt beliebig. Dein Lebenslauf erzählt Vergangenheit, statt die Zukunft zu zeigen.

Genau deshalb beginnt dieses Coaching nicht mit der Bewerbung. Es beginnt mit dir:

- **Was kannst du?**
- **Was willst du?**
- **Was brauchst du?**
- **Was passt zu deinem Leben?**
- **Welchen Mehrwert bringst du einem Arbeitgeber?**



Erst wenn diese Fragen klar sind, entsteht eine Bewerbung, die wirkt.

WARUM KLASSISCHE BEWERBUNGEN OFT NICHT REICHEN

Der Arbeitsmarkt funktioniert für Bewerberinnen 40+ nicht mehr über Stellenanzeigen.

Viele passende Chancen entstehen nicht dort, wo alle suchen. Sie entstehen über Kontakte, Empfehlungen, Sichtbarkeit und Gespräche.

Nur 10 % der offenen Stellen werden über Stellenanzeigen besetzt.

 *StepStone-Studie Arbeitsmarkt 2024*

Gerade für erfahrene Frauen 40+ ist das wichtig. Denn deine Stärke liegt nicht nur im Lebenslauf. Sie liegt in Erfahrung, Haltung, Problemlösungskompetenz und Persönlichkeit. Das lässt sich in einer Standardbewerbung oft nur schwer zeigen.

Darum arbeitest du im Coaching nicht nur an Unterlagen, sondern an deiner gesamten Strategie:

Klare berufliche Richtung

Starke Positionierung

LinkedIn-Sichtbarkeit

Passende Zielunternehmen

Gezielte Kontaktaufnahme

Aktivierung des verdeckten Arbeitsmarktes

Vorbereitung auf Gespräche



Alter Weg: Stellenanzeige finden → Bewerbung schreiben → Warten

Neuer Weg: Mehrwert klären → Profil schärfen → Arbeitgeber finden → Netzwerk aktivieren → Gespräche

IN 4 KLAREN SCHRITTEN ZUM PASSENDEN JOB

Vorab: Standortbestimmung und Ausblick 20 UE

Du findest deine berufliche Zieladresse. Du analysierst deine aktuelle Situation, deine Erfahrungen, Wünsche und Rahmenbedingungen. Mit Potenzialanalysen, IKIGAI-Arbeit und Vision Board entwickelst du realistische berufliche Zieloptionen.

Modul 1: Von der Bittstellerin zur Problemlöserin 15 UE

Du erkennst deine blockierenden Glaubenssätze, wirst dir deiner Werte und Stärken bewusst.

Du stärkst dein Selbstbild und lernst, deinen beruflichen Neustart klar und überzeugend zu kommunizieren.

Modul 2: Sichtbar werden für passende Arbeitgeber 20 UE

Du entwickelst dein Kompetenzprofil, deine Alleinstellungsmerkmale und deine Positionierung. Dein LinkedIn-Profil wird so ausgerichtet, dass Arbeitgeber verstehen, wofür du stehst und welchen Mehrwert du mitbringst.

Modul 3: Mit einer funktionierenden Netzwerkstrategie zum passenden Job 30 UE

Raus aus der Bewerbung-Warteschleife. Du identifizierst passende Zielunternehmen, aktivierst dein Netzwerk, arbeitest an deiner Sichtbarkeit und kommst Schritt für Schritt mit möglichen Arbeitgebern ins Gespräch.

Die gesamte Maßnahme umfasst 85 UE. Einzelne Module sind separat belegbar.

WARUM STARKE FRAUEN?

Dein beruflicher Neustart ist mehr als eine neue Bewerbung.

Seit 2020 begleitet **STARKE FRAUEN** weibliche Bewerberinnen 40+, die beruflich neu starten wollen – mit Klarheit, Selbstvertrauen und einer Strategie, die zum heutigen Arbeitsmarkt passt.

STARKE FRAUEN ist ein Netzwerk von Expertinnen rund um den beruflichen Neustart ab 40+. Alles gestandene Frauen. Alle mit viel Lebenserfahrung und bester Marktkenntnis.

Die Gründerin Barbara Rottwinkel-Kröber

Barbara Rottwinkel-Kröber weiß, wie es sich anfühlt, wenn der alte berufliche Weg nicht mehr trägt. Nach vielen erfolgreichen Jahren im Verlagsgeschäft kam die Insolvenz. Plötzlich war nichts mehr sicher: kein alter Weg, keine klare Perspektive, kein Plan B. **Aus dieser Krise entstand ein neuer beruflicher Weg.**

Heute begleitet Barbara mit ihrem Team Frauen 40+, die an einem ähnlichen Punkt stehen.

Wenn Frauen 40+ beruflich feststecken, fehlt selten Kompetenz. Häufig fehlt Klarheit, eine gute Übersetzung der eigenen Erfahrung und ein Weg zu passenden Arbeitgebern.

Genau daran arbeiten wir.



ABLAUF UND RAHMENBEDINGUNGEN

Format:

Online Einzelcoaching via Zoom

Gesamtumfang:

85 UE, durch den modularen Aufbau sind auch Einzelmodule buchbar.

Durchführung:

Du arbeitest im 1:1-Coaching mit einem ergänzenden Online-Bereich. Dort findest du Lernmaterialien, Arbeitsblätter, Checklisten und digitale Arbeitshilfen.

Inhalte im Überblick

- Standortbestimmung & Potenzialanalysen
- Werte- und Stärkenarbeit
- Berufliche Zielklärung & Profilentwicklung
- Positionierung & LinkedIn-Optimierung
- Bewerbungsunterlagen-Check
- Netzwerkstrategie &
- Gesprächsvorbereitung
- Konkrete Umsetzungsschritte



Agentur für Arbeit

Das Coaching ist **AZAV-zertifiziert** und kann bei Vorliegen der Voraussetzungen über einen **Aktivierungs- und Vermittlungsgutschein** gefördert werden

Das bedeutet für dich:

Die Kosten können vollständig übernommen werden.

Du beantragst den Gutschein bei der Agentur für Arbeit.

Sehr gern unterstützen wir dich dabei, Schritt für Schritt durch den Prozess der Genehmigung des Gutscheins zu kommen.

Geeignet besonders wenn du ...

von Arbeitslosigkeit bedroht bist
arbeitsuchend bist
gekündigt oder freigestellt wurdest

Maßnahme Nr.:
123/8334/26



STARKE
FRAUEN™

HÄUFIGE FRAGEN

Für wen ist das Coaching geeignet?

Dieses Coaching ist richtig für dich, wenn du als Frau 40+ beruflich neu starten möchtest, gekündigt oder freigestellt bist, viele Bewerbungen geschrieben hast oder noch nicht weißt, welcher Job wirklich zu dir passt

Ich weiß noch gar nicht, welcher Job zu mir passt. Bin ich hier richtig?

Ja. Genau dafür ist der erste Teil des Coachings da. Du findest heraus, welche Stärken, Werte, Kompetenzen und Rahmenbedingungen für deinen nächsten beruflichen Schritt wichtig sind. Daraus entwickeln wir realistische berufliche Zieloptionen.

Ich habe schon so viele Bewerbungen geschrieben. Hilft mir das Coaching trotzdem?

Ja. Wenn Bewerbungen nicht zu Gesprächen führen, liegt das oft nicht an deiner Qualifikation. Häufig fehlt eine klare Positionierung oder eine Strategie jenseits klassischer Stellenanzeigen.

Bekomme ich konkrete Jobideen?

Ja. Du entwickelst realistische berufliche Zieloptionen und passende Arbeitgeberideen auf Basis deiner Potenzialanalysen, Stärken, Werte, Erfahrung und Arbeitsmarktmöglichkeiten. Du bekommst drei konkrete Jobvorschläge mit jeweils vier konkreten Arbeitgebern in deiner Region.

Geht es nur um Bewerbungsunterlagen?

Nein. Bewerbungsunterlagen sind ein Teil. Vorher klären wir deine Richtung, dein Profil und deine Positionierung. Erst dadurch werden Lebenslauf, LinkedIn und Kontakttexte stark.

Was habe ich am Ende in der Hand?

Du hast Klarheit über deinen weiteren beruflichen Weg, konkrete Job- und Arbeitgeberideen, eine klare Positionierung, optimierte Bewerbungsunterlagen, ein geschärftes LinkedIn-Profil und eine Strategie für den verdeckten Arbeitsmarkt. Außerdem erhältst du ein Teilnahmezertifikat.

DEIN NÄCHSTER SCHRITT

DU BRAUCHST KEINEN NEUEN BEWERBUNGS- MARATHON. DU BRAUCHST EINE KLARE ROUTE.

Im kostenfreien Erstgespräch schauen wir gemeinsam:

- wo du gerade stehst
- ob zuerst Klarheit, Bewerbung oder beides dein Thema ist
- welches berufliche Ziel realistisch ist
- ob eine Förderung über die Agentur für Arbeit möglich ist
- welche nächsten Schritte für dich sinnvoll sind

Jetzt kostenfreies Erstgespräch
vereinbaren

BRK Konzepte UG (haftungsbeschränkt)

STARKE FRAUEN
Postfach 730 326
22123 Hamburg

Kontakt

Tel. 040 – 284 682 86 0
info@starke-frauen.info
www.starke-frauen.info