



Checkliste

Wiedereinstieg in den Beruf

1. Bedingungen klären und Ziele festlegen

- ✓ Welche Bedingungen hat Ihr Wiedereinstieg?
 - **Persönliche Bedingungen:** Wie ist Ihre Ausgangslage?
(Elternzeit, Krankheit, Arbeitslosigkeit, Neuorientierung etc.)
 - **Rechtliche Rahmenbedingungen?**
(Bundeselterngeld- und Elternzeitgesetz, Betriebliche Eingliederungsmanagement etc.)
- ✓ Was möchten Sie erreichen und bis wann?
 - Ziele setzen mit der [SMART-Formel](#)
(z. B. Rückkehr aus der Elternzeit nach einem Jahr;
in den nächsten drei Monaten aus der Arbeitslosigkeit herausfinden)

2. Persönliches Profil erarbeiten

- ✓ Was zeichnet Sie aus?
 - Stärken
 - Talente und Hobbys
 - Besondere Fähigkeiten und Expertenwissen
 - Erfahrungen

(berufliche und private Erfahrungen: Was haben Sie z. B. aus oder während Ihrer beruflichen Auszeit gelernt? Welche besonderen Erfahrungen haben Sie gesammelt, die Ihnen nun beruflich nützlich sein können?)

Checkliste

Wiedereinstieg in den Beruf



3. Wunschjob definieren

- ✓ Welcher Job passt zu Ihnen?
- ✓ Welche [Berufe haben Zukunft](#)?

4. Kompetenzen erweitern

- ✓ Welche Fähigkeiten benötige ich für meinen Wunschjob?
- ✓ Welche [Fähigkeiten für die digitale Arbeitswelt der Zukunft](#) sollte ich mir aneignen?
- ✓ Passende Weiterbildung finden

5. Bewerben und Arbeit finden

- ✓ [Online-Stellensuche](#) richtig angehen
- ✓ [Jobsuche über das Arbeitsamt](#) nutzen
- ✓ [Anruf vor der Bewerbung](#) gezielt einsetzen
- ✓ Suchen Sie Ihre Edelsteine: So sieht [die optimale Bewerbung](#) aus
- ✓ Aus [Lücken im Lebenslauf](#) Trümpfe machen
- ✓ Mit [Weiterbildungen im Lebenslauf](#) selbst den kritischsten Personaler überzeugen
- ✓ Im [Bewerbungsgespräch](#) überzeugen und auch das [Online-Vorstellungsgespräch](#) meistern

Viel Erfolg bei Ihrem beruflichen Wiedereinstieg!