

8.4 *BuS*-Selbsterkundungshefte für Typ B (Hefte B1 – B 3)

Startseite Typ B – wichtige Information, daher bitte genau lesen!

Sie sind weiter als der Typ A. Sie wissen schon mehr über sich selbst und über Berufe bzw. Berufsfelder. Nach dem Motto „sicher ist sicher“ möchten Sie diese Überlegungen jedoch überprüfen.

Es geht also darum, zu prüfen: **Passen die Berufe / Berufsfelder, die in Ihrer engeren Wahl stehen, zu Ihnen und Ihren Wünschen?**

BuS-Heft

B 1

Um das Material für den Typ B erfolgreich durcharbeiten zu können, müssen Sie folgende **Voraussetzungen** erfüllen:

- Sie haben sich über einige Berufe bzw. Berufsfelder bereits gründlich informiert und sind in der Lage, den Beruf / das Berufsfeld im Hinblick auf die unten stehenden Merkmale zu beschreiben.
- Sie haben sich mit sich selbst so gründlich beschäftigt, dass Sie auch sich selbst im Hinblick auf die unten stehenden Merkmale beschreiben können. (Am besten füllen Sie, um das zu überprüfen, das Zusammenfassungsblatt des Heftes A1 aus!)

Bedeutsame **Merkmale** sind:

Ihre Interessen (für Berufsfelder, für Tätigkeitsarten, im Hinblick auf Arbeitsbedingungen und auf Ausbildungsbedingungen)

Ihre Werte und **Lebensziele**

Ihre Fähigkeiten und **Schwächen**

Ihre Persönlichkeitsmerkmale

Ihr Umfeld (Familie, Freundeskreis usw.) und sein Einfluss auf Ihre Berufsentscheidung

Das können Sie erwarten:

- In drei Heften (B1, B2 und B3) werden Sie schrittweise prüfen, ob Ihr persönliches Profil zu den Profilen der (maximal drei) Berufe bzw. Berufsfelder passt, die Sie in die engere Wahl gezogen haben.
- Nach Bearbeitung der drei Hefte wissen Sie wesentlich mehr, ob bzw. wie sehr Sie und Ihr Profil zu diesen Berufen und deren Anforderungsprofilen passen. Unter Umständen können Sie jetzt schon eine fundierte Entscheidung treffen – herzlichen Glückwunsch! Oder Sie können sich zwischen zwei Alternativen nicht entscheiden – dann geht's weiter mit dem Heft C, in dem diese Entscheidungsproblematik Thema ist.
- Wenn Ihre Zuordnung zu Typ B im Ganzen oder in Teilen nicht gestimmt hat (aus welchem Grunde auch immer), werden Sie die beschriebenen Ziele nicht oder nur teilweise erreichen können. Ggf. müssen Sie dann einen Schritt zurückgehen (Hinweise dazu im Material).

Zum Abschluss weisen wir nochmals darauf hin:

- *Sie allein sind verantwortlich dafür, ob die Arbeit mit diesem Material erfolgreich ist. Wir können Ihnen nur dieses Material geben und Wege weisen.*
- *Sie allein sind verantwortlich dafür, dass Sie sich das richtige Material besorgt bzw. sich dem richtigen Typ (A, B, C, D) zugeordnet haben.*
- *Sie dürfen nur das erwarten, was oben als Ziel der Bearbeitung dieser Hefte formuliert wurde.*

Überblick über die Hefte und Themen von Kapitel B

<i>Selbstreflexion: Passe ich zu dem oder den Beruf(en)?</i>		
B 1.1	Habe ich für den oder die Berufe die nötigen Fähigkeiten ?	Heft B 1
B 1.2	Könnten gewisse Schwächen , die ich habe, für den oder die Berufe zu einem größeren Problem werden?	
B 1.3	Entsprechen die Arbeitsbedingungen des oder der Berufe meinen Wünschen und meinem Lebensplan (z.B. in Bezug auf Arbeitsplatzsicherheit, Freizeit, Kontakte mit Menschen usw.)?	
B 1.4	Kann ich bei dem Beruf meine Werte und Lebensziele verwirklichen?	
B 1.5	Passt der Beruf zu meinen Persönlichkeitseigenschaften ?	
<i>Fragen zum Thema Ausbildung</i>		
B 2.1	Welche Wege (Studium, Ausbildung) führen zu dem oder den Berufen bzw. welche Zugangsqualifikationen (z.B. Notendurchschnitt) muss ich bringen, um für die Ausbildung zugelassen zu werden?	Heft B 2
B 2.2	Entsprechen die Merkmale der Ausbildung dem, was ich will (z.B. in Bezug auf Dauer, Praxisnähe usw.)?	
B 2.3	Kann ich mir die Ausbildung überhaupt leisten bzw. wie finanziere ich eine Ausbildung / ein Studium?	
<i>Anleitung für den Entscheidungsprozess</i>		
B 3.1	Wie beschaffe ich mir die noch fehlenden Informationen für meine Entscheidung?	Heft B 3
B 3.2	Wie verwerte ich gewonnene Ergebnisse, um zu einer Entscheidung zu kommen?	
B 3.3	Umgang mit typischen Problemen beim Entscheidungsprozess	
B 3.2.1	Weiß ich genug über den oder die Berufe, um eine Entscheidung treffen zu können?	
B 3.2.2	Ist der Beruf wirklich das, was <i>ich</i> machen will, oder habe ich mich zu sehr von bestimmten Personen oder Informationen beeinflussen lassen?	
B 3.2.3	Welcher Ausbildungsweg ist für <i>mich</i> der beste?	
B 3.2.4	Ich mag alle Möglichkeiten so gerne – welche ist bloß die beste für mich?	

→ Weiter auf S. 3!

Je nachdem, ob Sie mit den Heften des Selbsterkundungsprogramms für den Typ A bereits gearbeitet haben oder mit diesen Heften für den Typ B in die Arbeit neu einsteigen, unterscheiden sich die folgenden Hinweise.

Wenn Sie bereits mit den Heften für den Typ A gearbeitet haben:

Falls Sie zu dieser Gruppe gehören, tun Sie sich leichter, weil Sie auf viele der Ergebnisse zurückgreifen können. Außerdem kennen Sie bereits die Methoden der Selbstreflexion. Wie im A-Teil sollen Sie übrigens auch hier die Ergebnisse der Arbeit in Kurzform auf dem Zusammenfassungsblatt B (am Ende dieses Heftes) eintragen.

→ Arbeiten Sie gleich auf S. 5 weiter!

Wenn Sie Ihre Auseinandersetzung mit der Berufswahl jetzt mit den Heften für den Typ B beginnen:

Zeitmanagement:

- Zugegeben – dieses und die folgenden beiden Hefte sind recht umfangreich und ihre Bearbeitung kostet Zeit. Aber die Berufswahlentscheidung ist zweifellos eine der wichtigsten Entscheidungen, die Sie in Ihrem Leben zu treffen haben. Dafür müssen Sie sich einfach genügend Zeit nehmen, vor allem wenn Sie bei Ihren Überlegungen bislang noch nicht weit gekommen ist.
- Um die Arbeit sinnvoll zu gestalten, sollten Sie in den vorgeschlagenen kleinen Schritten vorgehen. Planen Sie die Bearbeitung der Abschnitte wie bei einem Stundenplan fest in Ihren Terminkalender ein, und beschäftigen Sie sich höchstens eine halbe Stunde pro Tag damit. Das hilft Ihnen dabei, einen kühlen Kopf und die Orientierung zu bewahren.
- Sollten Sie sich fragen, woher Sie die Zeit nehmen sollen, lesen Sie bitte S. 4. Was dort steht, gibt Ihnen vielleicht eine Antwort.

Überblick bewahren:

- Am Ende sehen Sie sicher sehr vieles klarer. In den folgenden Abschnitten werden Sie nämlich nicht nur angeleitet, sich selber kennen zu lernen, sondern auch die gewonnenen Informationen zusammenzufassen, um den Überblick zu bewahren.
- Die einzelnen Ergebnisse Ihrer Überlegungen sollen Sie dann in das Zusammenfassungsblatt B eintragen (am Ende dieses Heftes). Die Zusammenfassung dient Ihnen später einerseits als Checkliste, was Sie noch weiter tun müssen, um Informationen u.Ä. zu bekommen, andererseits als Veranschaulichung der Ergebnisse Ihrer gezielten Arbeit, um zu einer Entscheidung zu kommen. So auf den Punkt gebracht wird Ihnen vieles klarer.

Überraschende Einsichten: Gelegentlich kann es vorkommen, dass Sie erkennen: Sie müssten sich mit einem Bereich (z.B. Stärken- oder Schwächenanalyse, gewünschte Arbeitsbedingungen) gründlicher auseinander setzen. Sie erhalten dann Hinweise, in welchen Heften zum Typ A Sie eine entsprechende Anleitung erhalten. Sollten Sie immer wieder auf die Kapitel des Typs A verwiesen werden, ist das ein Hinweis darauf, dass Sie vielleicht doch noch nicht zum Typ B gehören und besser das Programm für den Typ A im Ganzen bearbeiten sollten. Wenden Sie sich dann an Ihren Beratungslehrer.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß (und Durchhaltevermögen) bei Ihrer Selbsterkundung!

→ Weiter auf S. 4!

Gebrauchsanweisung

Wo soll ich nur die Zeit hernehmen, um mich mit meiner Berufswahl intensiv zu beschäftigen?

Zunächst einmal: Wie viel Zeit haben Sie sich genommen,

- als Sie das letzte Mal ein teures technisches Gerät auswählten und kauften (z.B. eine Musikanlage oder einen Computer),
- als Sie sich auf Ihre Führerscheinprüfung vorbereiteten (Gesamtzeit inkl. Fahrstunden, Theoriestunden und häusliche Vorbereitung),
- als Sie sich auf die Schulaufgaben in Ihren Abiturfächern vorbereiteten,
- als Sie die letzte Party organisiert, vorbereitet und durchgeführt haben?

Ahnen Sie etwas?

Die Berufswahl, da werden Sie sicher zustimmen, ist zweifellos bedeutsamer als der Kauf eines noch so teuren technischen Gerätes, die Führerscheinprüfung, die Schulaufgabenvorbereitung oder eine große Party. Für all das haben Sie sich viel Zeit genommen. Und das war richtig so.

Für die Berufswahl müssen Sie sich mindestens ebenso viel Zeit nehmen – wahrscheinlich mehr, wenn Sie noch unsicher sind.

Es ist natürlich Ihre Entscheidung, wie wichtig Sie die Berufs- und Studienwahl nehmen und wie viel Zeit Sie sich dafür schenken ... Aber allemal ist eine Entscheidung nötig: Wollen Sie sich wirklich die Zeit nehmen? Erst dann hat es Sinn, dass Sie sich mit diesem Heft beschäftigen.

Damit die Auseinandersetzung mit Ihrer Berufswahl in Ihrem Alltag nicht von all den Kleinigkeiten verdrängt wird, die eben auftauchen, sollten Sie Ihren Terminkalender zur Hand nehmen und dort ganz gezielt Termine mit dem Titel „Beruf und Studium (BuS)“ eintragen. Am besten verteilen Sie das Ganze wie in einem Stundenplan über einen längeren Zeitraum.

Das mit dem Terminkalender mag Ihnen auf den ersten Blick gekünstelt vorkommen. Aber seien Sie einmal ehrlich: Besteht nicht die Gefahr, dass ohne solche festen Terminplanungen ein spontaner Kinobesuch, eine ungeplante Party oder einfach die Unlust daherkommt und Ihre besten Absichten verhindert?

Eine Berufswahlentscheidung ist die Entscheidung über das, was Sie in einem langen Lebensabschnitt beschäftigen wird. Das muss Ihnen schon etwas wert sein.

Aber wie gesagt: Zunächst einmal müssen Sie sich dafür entscheiden, sich die Zeit zu nehmen.

→ Weiter auf S. 5!

Passe ich zu dem Beruf, für den ich mich interes- siere?

In diesem Heft geht es darum zu prüfen, ob Sie zu dem Beruf passen, nicht umgekehrt.

Das klingt provozierend, trifft aber die Realität: Der Beruf ändert sich nicht, wenn Sie ihn ergreifen – Sie müssen sich schlichtweg den Bedingungen dieses Berufes anpassen bzw. klären, ob Sie die erforderlichen Ausgangsbedingungen mitbringen.

Am bedeutsamsten sind dabei zunächst Ihre Fähigkeiten (bzw. Schwächen).

→ Weiter auf S. 5!



**HEFT
B1**

B 1.1 Habe ich die Fähigkeiten für den Beruf, den ich in Erwägung ziehe?

Um das genauer zu erkunden, gehen Sie bitte folgendermaßen vor:

1. Schritt:

Sie finden auf der nächsten Seite eine Tabelle.

- **Als Erstes tragen Sie links die Berufe / Berufsfelder ein, die Sie ins Auge fassen.**
- **Dann notieren Sie bei jedem Beruf die bis zu zehn wichtigsten Fähigkeiten, die man dort braucht.**

Sollten Sie jetzt merken, dass Sie sich vielleicht doch noch nicht gründlich genug mit den Berufsbildern befasst haben, um diese Fähigkeiten aufzulisten, müssen Sie hier leider Ihre Arbeit an dem Heft unterbrechen und sich erst über die Berufe genauer informieren (z.B. im BIZ). Sonst können Sie diesen Arbeitsschritt (und sicher auch die danach folgenden) nicht erfolgreich bewältigen.

Um es noch einmal deutlich zu sagen: Wer zum Typ B zählt, hat sich über einige Berufe, die er in die engere Wahl zieht, bereits recht gründlich informiert. Sie müssen auch über folgende Fragen Informationen zusammengetragen haben:

- Arbeitsbedingungen
- vereinbare bzw. nicht vereinbare Werte und Lebensziele / Lebenspläne
- passende und nicht passende Persönlichkeitseigenschaften
- Ausbildungswege (und ihre Bedingungen) sowie Zugangsqualifikationen

Sollten Sie merken, dass Sie diesbezüglich zu wenig informiert sind, tun Sie Folgendes:

- Lesen Sie in den Heften B 1 und B 2 die Seiten 10, 14, 17, 22. Dort erfahren Sie, welche Informationen Sie brauchen.
- Unterbrechen Sie dann die Arbeit an diesen Heften und informieren Sie sich gründlich über die Berufe (z.B. im BIZ oder im Rahmen berufskundlicher Informationsveranstaltungen beim Arbeitsamt oder an Ihrer Schule). Gehen Sie zum Berufsberater nur dann, wenn Sie zuvor die anderen Informationsquellen angezapft haben, aber bestimmte Fragen übrig bleiben.
- Notieren Sie die Ergebnisse bzw. nehmen Sie sich das Informationsmaterial, soweit möglich, mit.
- Setzen Sie erst jetzt die Arbeit mit den Heften B1 und B2 fort.

2. Schritt:

Jetzt kreuzen Sie rechts an,

- **ob Sie die jeweilige Fähigkeit haben,**
- **ob Sie sie nicht haben,**
- **oder ob Sie nicht sicher sind, ob Sie diese Fähigkeit besitzen.**

→ Weiter auf S. 7!

	Fähigkeiten	Diese Fähigkeit habe ich.	Diese Fähigkeit habe ich nicht.	Ich weiß nicht, ob ich diese Fähigkeit habe.
Beruf(sfeld) 1:				
Beruf(sfeld) 2:				
Beruf(sfeld) 3:				

→ Weiter auf S. 8!

Mit Hilfe der Tabelle (S. 7), die Sie eben bearbeitet haben, sind Sie in der Lage, Ihre Studien- und Berufswahlentscheidung auf eine sicherere Basis zu stellen. Die folgenden Auswertungshinweise sind auf den ersten Blick ein wenig kompliziert, aber spätestens beim zweiten Lesen ist alles klar.

Übertragen Sie zunächst die Fähigkeiten, die Sie für jeden Beruf / jedes Berufsfeld eingetragen haben, auf das Zusammenfassungsblatt B (Abschnitt B 1.1, Zeile B 1.1.1).

Für Ihre weitere Entscheidungsfindung ist aber die Beschäftigung mit den Fähigkeiten nötig,

- die Sie nicht haben, obwohl Sie sie in dem Beruf brauchen (= **Gruppe 1**, siehe unten),
- bzw. von denen Sie nicht wissen, ob Sie sie in hinreichendem Maße besitzen (= **Gruppe 2**, siehe unten).
- Eine dritte Gruppe umfasst diejenigen von Ihnen, die jetzt feststellen, dass sie sich über ihre Fähigkeiten eigentlich überhaupt nicht im Klaren sind. (= **Gruppe 3**, siehe unten)

Gruppe 1: Fähigkeiten, die Sie nicht haben, obwohl Sie sie in dem Beruf brauchen

Hier gibt es nun wiederum drei Möglichkeiten:

Möglichkeit 1: Manche Fähigkeiten (z.B. Ordentlichkeit, Pünktlichkeit) kann man selbst aufbauen, indem man gezielt trainiert und an sich selbst arbeitet, und zwar relativ schnell, wenn man hochmotiviert ist – z.B. weil man einen gewissen Beruf unbedingt ergreifen will. Notieren Sie diese Fähigkeiten auf dem Zusammenfassungsblatt B in der Zeile B 1.1.2.

Möglichkeit 2: Manche Fähigkeiten muss man mitbringen, kann sie in Ihrem Alter praktisch nicht mehr erwerben. Wer als Bauingenieur oder Bautechniker auf hohen Gerüsten herumklettern muss, aber absolut nicht schwindelfrei ist, sollte wirklich überlegen, ob er nicht eine andere Ingenieur-Sparte ins Auge fasst. Notieren Sie diese fehlenden Fähigkeiten auf dem Zusammenfassungsblatt B, Abschnitt B 1.1, Zeile B 1.2.1 („Schwächen“). Falls Sie sich jedoch nicht im Klaren sind, ob die fehlende Fähigkeit nachträglich (auch wenn es harte Arbeit bedeuten würde) zu erwerben ist, notieren Sie das bitte auf dem Zusammenfassungsblatt B, Abschnitt B 1.1, Zeile B 1.1.3.

Möglichkeit 3: Manche Fähigkeiten können auch jetzt noch erworben werden, es setzt aber intensivere Arbeit an sich selbst voraus. Wer z.B. relativ schüchtern ist, aber einen Beruf ins Auge fasst, in dem man viel und direkt mit anderen Menschen zu tun hat, muss überlegen, ob er ein Selbstsicherheitstraining bei einem Psychologen machen will. Sollten Sie also unbedingt einen Beruf ergreifen wollen, in dem Ihnen eine wesentliche Fähigkeit fehlt, die nicht so leicht zu erwerben ist, dann notieren Sie diese fehlenden Fähigkeiten auf dem Zusammenfassungsblatt B, Abschnitt B 1.1, Zeile B 1.1.3.

Gruppe 2: Besitze ich die geforderten Fähigkeiten in ausreichendem Maße?

Tragen Sie auf dem Zusammenfassungsblatt B (Abschnitt B 1.1) die Fähigkeiten, bei denen Sie sich nicht sicher sind, ob Sie im ausreichenden Maße besitzen, in Zeile B 1.1.4 ein.

Gruppe 3: Ich weiß zu wenig von meinen Fähigkeiten.

Kreuzen Sie auf dem Zusammenfassungsblatt B das Kästchen im Feld „Ich bin mir insgesamt über meine Fähigkeiten unsicher“ an und verschieben Sie die weitere Beschäftigung mit dieser Frage auf später. Zu Beginn von Heft B3 kommen wir darauf zurück.

→ Weiter auf S. 9!

B 1.2 Könnten Schwächen, die ich habe, in dem Beruf, den ich ins Auge fasse, zum größeren Problem werden?

In diesem Kapitel wird der Aspekt „Fähigkeitsanforderungen eines Berufs“ nochmals von einer anderen Seite als im vorherigen Abschnitt beleuchtet.

Bei Menschen, die sich diese Frage stellen, muss man zwei Gruppen unterscheiden:

- Die einen denken bereits an bestimmte Schwächen. (= im Folgenden **Gruppe 1**)
- Die anderen stellen sich viel grundsätzlicher die Frage nach ihren eigenen Schwächen und werden bei ihrer Berufswahlentscheidung gehemmt, weil sie befürchten, sie könnten Schwächen haben, die sie sich noch gar nicht richtig bewusst gemacht haben und die später im Beruf zu Problemen führen könnten. (= im Folgenden **Gruppe 2**)

Sie gehören zu Gruppe 1

Notieren Sie die Schwächen in den entsprechenden Feldern des Zusammenfassungsblatts B (Zeile B 1.2.1).

Sie werden sich damit später systematisch beschäftigen.

Sie gehören zu Gruppe 2

Kreuzen Sie auf dem Zusammenfassungsblatt B (Zeile B 1.2.2) das Kästchen im Feld „Ich bin mir insgesamt über meine Stärken und Schwächen unsicher“ an und verschieben Sie die weitere Beschäftigung mit dieser Frage auf später. Zu Beginn von Heft B3 kommen wir darauf zurück.

→ Weiter auf S. 10!

B 1.3 Entsprechen die Arbeitsbedingungen des Berufs meinen Wünschen und Vorstellungen?

Die Arbeitsbedingungen eines Berufs sind in vielfältiger Weise beschreibbar. Im Folgenden finden Sie eine Liste mit den wichtigsten Gesichtspunkten. Die meisten Gesichtspunkte lassen sich dabei nicht in ein einfaches Entweder-Oder-Schema bringen, sondern umfassen eine Bandbreite möglicher Ausprägungen. Lesen Sie diese Liste zunächst gründlich durch:

zeitliche Rahmenbedingungen	
Arbeitszeit – Dauer	klar begrenzt - offen und variabel
Arbeitszeit – Regelmäßigkeit	festgelegt – wechselnd
Vollzeit / Teilzeit	nur Vollzeit möglich – auch Teilzeit möglich
örtliche / räumliche Rahmenbedingungen	
Heimatkähe	heimatnah – heimatfern
räumliche Stabilität	wechselnde Einsatzorte - stabil an einem Ort
draußen/drinnen	viel draußen (z.B. im Freien, im Wald) - viel drinnen (z.B. im Büro, im Labor)
Reisen / Auslandsaufenthalte	Möglichkeit bzw. Notwendigkeit vieler Reisen bzw. Auslandsaufenthalte - normalerweise keine Reisen bzw. Auslandsaufenthalte im Rahmen des Berufs
Kontakt mit anderen Menschen im Rahmen der Berufstätigkeit	
Team / allein	viel Arbeit im Team - viel Arbeit alleine
Kontakt mit Kunden, Patienten, Klienten ...	häufiger und unmittelbarer Kontakt mit Kunden, Patienten, Klienten ... - seltener und nur mittelbarer (z.B. über Briefe) Kontakt mit Kunden, Patienten, Klienten ...
weitere Merkmale der Berufstätigkeit	
Arbeitsplatzsicherheit	absolut sicherer Arbeitsplatz – keine Arbeitsplatzsicherheit
Selbständigkeit / Entscheidungsfreiheit	große Selbständigkeit und Entscheidungsfreiheit - klar vorgegebene Arbeitsabläufe, eher keine selbständigen Entscheidungen möglich
Abwechslungsreichtum	abwechslungsreich - viele Routinetätigkeiten

Wie im Kapitel „Fähigkeiten“ geht es nun darum, die wesentlichen Arbeitsbedingungen eines jeden Berufs mit Ihren persönlichen Vorstellungen abzugleichen.

→ Weiter auf S. 11!

Um das genauer zu erkunden, gehen Sie bitte folgendermaßen vor:

1. Schritt:

Sie finden auf der nächsten Seite wieder eine Tabelle.

- **Als Erstes tragen Sie links die Berufe / Berufsfelder ein, die Sie ins Auge fassen.**
- **Dann notieren Sie bei jedem Beruf in Stichpunktform, wie die jeweilige Arbeitsbedingung (z.B. „Selbständigkeit“) hier ausgeprägt ist.**

Sollten Sie jetzt merken, dass Sie sich vielleicht doch noch nicht gründlich genug mit den Berufsbildern befasst haben, um Angaben zu den Arbeitsbedingungen zu machen, müssen Sie hier leider Ihre Arbeit an dem Heft unterbrechen und sich erst mit Hilfe der Tabelle auf S. 12 über die Berufe genauer informieren (z.B. im BIZ). Sonst können Sie diesen Arbeitsschritt (und sicher auch die danach folgenden) nicht erfolgreich bewältigen.

2. Schritt:

Jetzt kreuzen Sie rechts an,

- **ob Sie die jeweilige Arbeitsbedingung akzeptieren,**
- **ob Sie sie nicht akzeptieren,**
- **oder ob Sie noch nicht sicher sind, ob Sie diese Bedingung akzeptieren können.**

→ Weiter auf S. 12!

		Ausprägung einer Arbeitsbedingung	Diese Arbeitsbedingung akzeptiere ich.	Diese Arbeitsbedingung akzeptiere ich nicht.	Ich weiß noch nicht, ob ich diese Arbeitsbedingung akzeptieren kann.
Beruf(sfeld) 1:	Arbeitszeit – Dauer				
	Arbeitszeit – Regelmäßigkeit				
	Vollzeit / Teilzeit				
	Heimatnähe				
	räumliche Stabilität				
	draußen/drinnen				
	Reisen / Auslandsaufenthalte				
	Team / alleine				
	Kontakt mit Kunden etc.				
	Arbeitsplatzsicherheit				
	Selbständigkeit / Entscheidungsfreiheit				
Abwechslungsreichtum					
Beruf(sfeld) 2:	Arbeitszeit – Dauer				
	Arbeitszeit – Regelmäßigkeit				
	Vollzeit / Teilzeit				
	Heimatnähe				
	räumliche Stabilität				
	draußen/drinnen				
	Reisen / Auslandsaufenthalte				
	Team / alleine				
	Kontakt mit Kunden etc.				
	Arbeitsplatzsicherheit				
	Selbständigkeit / Entscheidungsfreiheit				
Abwechslungsreichtum					
Beruf(sfeld) 3:	Arbeitszeit – Dauer				
	Arbeitszeit – Regelmäßigkeit				
	Vollzeit / Teilzeit				
	Heimatnähe				
	räumliche Stabilität				
	draußen/drinnen				
	Reisen / Auslandsaufenthalte				
	Team / alleine				
	Kontakt mit Kunden etc.				
	Arbeitsplatzsicherheit				
	Selbständigkeit / Entscheidungsfreiheit				
Abwechslungsreichtum					

→ Weiter auf S. 13!

Diese Auseinandersetzung mit den Berufsanforderungen könnte zu folgenden Ergebnissen geführt haben:

Gruppe 1: Sie stellen fest, dass Sie sich mit den Arbeitsbedingungen in allen Teilen oder einem Teil der Berufe noch zu wenig auseinander gesetzt haben.

Gruppe 2: Sie stellen fest, dass Sie zwar genügend über die Arbeitsbedingungen eines Berufs wissen, sich aber noch zu wenig mit dem auseinander gesetzt haben, was Sie persönlich akzeptieren wollen.

Gruppe 3: Sie stellen fest, dass sich die Auswahl zwischen den drei Berufen / Berufsfeldern schon eingeschränkt hat. Denn wenn Sie irgendwo angekreuzt haben „Diese Arbeitsbedingung akzeptiere ich nicht“, können Sie den Beruf nicht ergreifen. Dieser Hinweis könnte Sie wiederum dazu bringen, Ihre Entscheidung zu überdenken. Tun Sie das bitte jetzt!

Wieder sollen Sie im nächsten Schritt die Ergebnisse Ihrer Reflexion im Zusammenfassungsblatt B (Abschnitt B 1.3) festhalten.

Sie gehören zu Gruppe 1:

Unterbrechen Sie Ihre Arbeit mit diesem Heft und informieren Sie sich über die Arbeitsbedingungen in den verschiedenen Berufen / Berufsfeldern (z.B. im BIZ).

Sie gehören zu Gruppe 2:

Machen Sie ein Kreuz in der Zeile B 1.3.3 auf dem Zusammenfassungsblatt B.

Sie gehören zu Gruppe 3:

- Notieren Sie die Arbeitsbedingungen, die Sie nach wie vor nicht akzeptieren können, in der Zeile B 1.3.1 auf dem Zusammenfassungsblatt B.
- Notieren Sie die Arbeitsbedingungen, von denen Sie noch nicht wissen, ob Sie damit leben können, in der Zeile B 1.3.2 auf dem Zusammenfassungsblatt B.

→ Weiter auf S. 14!

B 1.4 Kann ich in einem bestimmten Beruf meine Werte und Lebensziele verwirklichen?

„Werte und Lebensziele“ sind Gesichtspunkte wie: Freiheit, Selbstverwirklichung, Vereinbarkeit Beruf / Familie, Geld, Macht usw. Solche Werte sind für die Berufswahl sehr wichtig. Wer z.B. Macht verabscheut, aber einen Beruf wählt, der zwangsläufig mit Macht verbunden ist (z.B. der des Lehrers!), wird sich in diesem Beruf immer wieder selbst im Wege stehen und letztlich mit seinem Beruf weder glücklich sein noch Erfolg ihn ihm haben.

Daher müssen Sie

- zum einen wissen, was Ihre persönlichen Werte und Lebensziele sind,
- zum anderen so viel über die Berufe wissen, dass Sie in der Lage sind, die Vereinbarkeit Ihrer Lebensziele und Werte mit den Charakteristika des Berufs zu überprüfen.

Gehen Sie nun folgendermaßen vor:

1. Schritt:

Sie finden auf der nächsten Seite wieder eine Tabelle.

- **Als Erstes tragen Sie in die rechten beiden Spaltengruppen die Berufe / Berufsfelder ein, die Sie ins Auge fassen.**
- **Dann notieren Sie in der linken Spalte die bis zu zehn Werte, die für Sie am wichtigsten sind.**

Vielleicht fällt es Ihnen im ersten Moment schwer, Ihre zehn wichtigsten Werte zu finden. Als Hilfe nennen wir Ihnen im Folgenden typische Werte und Lebensziele. Entscheiden Sie sich für bis zu maximal zehn und übertragen Sie diese in die Tabelle. Fehlt ein wichtiger Gesichtspunkt, der Ihnen einfällt, hat dieser natürlich Vorrang bei der Erstellung Ihrer persönlichen Werteliste.

Beispiele für Werte:

Freiheit, Entscheidungsbefugnis, Kreativität, Wissensdurst/Erkenntnisgewinn, möglichst wenig Stress, Zeit für viele Freizeitaktivitäten, Vereinbarkeit von Familie/Kindern und Beruf, Sicherheit, Selbstverwirklichung, die Welt kennen lernen, viel erleben, Spaß, Erfolg, Prestige/Anerkennung, Aufstiegschancen/Karriere, Macht, möglichst hohes Einkommen ...

Sollte es Ihnen immer noch schwer fallen, hier eine Entscheidung zu treffen, gehören Sie, genau betrachtet, mindestens in diesem Bereich zum Typ A der Berufswahlentscheidung. Machen Sie dann auf dem Zusammenfassungsblatt B in der Zeile B 1.4.3 ein Kreuz und gehen Sie zum nächsten Kapitel über.

2. Schritt:

Jetzt kreuzen Sie rechts an,

- **in welchem Beruf(sfeld) Sie den links stehenden Wert verwirklichen können bzw.**
- **nicht verwirklichen können.**

Sollten Sie dabei merken, dass Sie sich vielleicht doch noch nicht gründlich genug mit den Berufsbildern befasst haben, um diese Entscheidungen treffen zu können, müssen Sie hier leider Ihre Arbeit an dem Heft unterbrechen und sich erst über die Berufe genauer informieren (z.B. im BIZ). Sonst können Sie diesen Arbeitsschritt (und sicher auch die danach folgenden) nicht erfolgreich bewältigen.

→ Weiter auf S. 15!

Werte z.B. Macht Geld Ansehen	Diesen Wert kann ich verwirklichen im Beruf(sfeld) ... z.B. Architektur Ingenieur BWL			Diesen Wert kann ich nicht verwirklichen im Beruf(sfeld) ... z.B. Architektur Ingenieur BWL		
	1	2	3	1	2	3

Übertragen Sie nun diese Ergebnisse in den Abschnitt B 1.4 des Zusammenfassungsblatts B, und zwar folgendermaßen:

- Notieren Sie in der Zeile B 1.4.1 die Werte und Lebensziele, die mit einem Beruf vereinbar sind.
- Notieren Sie in der Zeile B 1.4.2 die Werte und Lebensziele, die mit einem Beruf nicht vereinbar sind. Hier erhalten Sie wichtige Hinweise für Ihre Berufswahl – denn ein Beruf / Berufsfeld, bei dem Sie Ihre Lebensziele und Werte nicht verwirklichen können, fällt eigentlich schon weg. Überlegen Sie ggf. nochmals gründlich Ihre Wertung, die Sie in der Tabelle vorgenommen haben. Sollte sich daran nichts ändern, registrieren Sie das Ergebnis einfach und machen Sie mit dem Programm weiter.

→ Weiter auf S. 16!

B 1.5 Passt der Beruf zu meinen Persönlichkeitseigenschaften?

Hier geht es um Eigenschaften wie Pflichtbewusstsein, Gutmütigkeit, Spontaneität, Neigung zur Hektik usw. Nicht jeder kann von seiner Persönlichkeit her jeden Beruf ergreifen. Beispiel Anwalt: Wer sehr schüchtern ist, wenig Entscheidungsfreude besitzt bzw. nicht gerne die Partei für eine Seite ergreift oder Probleme und Konflikte vor allem mit dem Gefühl angeht, sollte lieber nicht Anwalt werden. Denn Anwälte müssen nun einmal offen auf andere zugehen, ganz zu ihrem Klienten stehen und die Probleme eher verstandesmäßig betrachten.

Um feststellen zu können, ob Ihre Persönlichkeitseigenschaften zu einem Beruf passen, den Sie ins Auge fassen, sollten Sie sich zunächst selbst charakterisieren. Als Hilfe finden Sie auf der nächsten Seite einen Selbsteinschätzungsbogen. Kreuzen Sie jeweils die Antwortkategorie an, die am besten auf Sie zutrifft. Seien Sie dabei ehrlich, d.h. versuchen Sie nicht, sich so zu beschreiben, wie Sie gerne wären, sondern geben Sie an, wie Sie sind.

→ Weiter auf S. 17

	Die linke Aussage trifft ganz zu.	Die linke Aussage trifft eher zu.	Die Wahrheit liegt in der Mitte.	Die rechte Aussage trifft eher zu.	Die rechte Aussage trifft ganz zu.	
Ich werde leicht jähzornig und wütend.						Mich macht nichts so leicht wütend.
Ich bin leicht aus der Ruhe zu bringen.						Ich bewahre praktisch immer die Ruhe.
Ich bin leicht für etwas zu begeistern.						Ich bin nur sehr schwer für etwas zu begeistern.
Ich bin ruhig und bedacht.						Ich bin eher hektisch und immer auf Trab.
Ich bin eher ein Gefühlsmensch.						Ich bin eher ein Kopfmensch.
Ich gerate schnell in einen Konkurrenzkampf mit jemandem.						Ich lasse mich nicht in Konkurrenzkämpfe hineinziehen.
Ich rede gern und viel.						Ich bin ein schweigsamer Mensch.
Ich bin im Kontakt mit anderen sehr selbstsicher.						Ich bin im Kontakt mit anderen sehr schüchtern.
Ich bin lieber in Gruppen.						Ich bin lieber alleine.
Ich konzentriere mich auf ein oder zwei Beziehungen zu anderen.						Ich habe es am liebsten, möglichst viele Beziehungen zu anderen zu haben.
Ich bin gutmütig und vertrauensselig.						Ich bin vorsichtig und misstrauisch.
Ich bin sehr zuverlässig.						Ich bin sehr unzuverlässig.
Ich bemühe mich, jede Norm und Regel einzuhalten.						Ich gehe sehr locker mit Normen und Regeln um.
Ich bin sehr pflichtbewusst.						Ich gehe mit Pflichten sehr locker um.
Ich versuche mit Autoritäten gut auszukommen.						Ich gehe mit Autoritäten gerne in Konfrontation.
Ich bin gewissenhaft – pedantisch.						Ich bin locker und nehme nichts sehr genau.
Ich bin aktiv-engagiert.						Ich bin passiv-zurückgezogen.
Ich bin entscheidungsfreudig.						Ich tue mich mit Entscheidungen sehr schwer.
Ich bin sehr aggressiv.						Ich bin sehr defensiv.
Ich bin vielseitig interessiert.						Ich konzentriere mich mit meinem Interesse auf einen oder sehr wenige Punkte.
Ich bin spontan.						Ich gehe immer geplant vor.
Ich bin kreativ-einfallreich.						Ich tue mich sehr schwer, Ideen zu entwickeln.

→ Weiter auf S. 18!

Sollte es Ihnen schwer fallen, sich zu charakterisieren, gehören Sie mindestens in diesem Bereich zum Typ A der Berufswahlentscheidung. Setzen Sie dann auf dem Zusammenfassungsblatt B in der Zeile 1.5.3 ein Kreuz und gehen Sie zum nächsten Kapitel über.

Wenn Sie diese Schwierigkeiten nicht hatten, gehen Sie folgendermaßen vor:

1. Schritt:

Reduzieren Sie die gewonnenen Ergebnisse auf das Wesentliche, indem Sie zunächst Ihre wichtigsten (d.h. die am meisten ausgeprägten) acht Persönlichkeitseigenschaften in der Tabelle auf der nächsten Seite notieren (z.B. „absoluter Gefühlsmensch“, „sehr lockerer Umgang mit Pflichten“, „eher schweigsam“, „eher spontan“ usw.).

2. Schritt:

Notieren Sie in den dreimal drei Spalten rechts jeweils kurz den Beruf / das Berufsfeld.

3. Schritt:

Entscheiden Sie dann bei jeder Persönlichkeitseigenschaft,

- ob sie für den Beruf / das Berufsfeld notwendig bzw. passend ist oder
- ob sie zu dem Beruf(sfeld) nicht passt oder
- ob die Eigenschaft in diesem Beruf bedeutungslos (d.h. weder positiv noch störend) ist.

Sollten Sie jetzt merken, dass Sie vielleicht doch noch zu wenig von den Berufsbildern wissen, um diese Entscheidungen treffen zu können, müssen Sie hier leider Ihre Arbeit an dem Heft unterbrechen und sich erst über die Berufe genauer informieren (z.B. im BIZ). Sonst können Sie diesen Arbeitsschritt (und sicher auch die danach folgenden) nicht erfolgreich bewältigen.

→ Weiter auf S. 19!

	Eigenschaft ist passend bzw. notwendig für Beruf(sfeld) ...			Eigenschaft passt nicht zum Beruf(sfeld) ...			Eigenschaft ist in dem Beruf(sfeld) ... bedeutungslos (weder positiv noch störend)		
	1	2	3	1	2	3	1	2	3
Persönlichkeitseigenschaften									

Wichtig sind die Eigenschaften, die zu einem Beruf(sfeld) passen bzw. nicht passen. Notieren Sie diese Eigenschaften in der jeweils passenden Zeile des Abschnitts 1.5 im Zusammenfassungsblatt B.

Vielleicht denken Sie jetzt auch: „Na ja, unter Umständen kann ich mich doch auch noch ändern, oder ich arbeite gezielt daran, z.B. nicht mehr so jähzornig zu sein.“ Grundsätzlich ist das, was Sie denken, richtig, aber: Persönlichkeitseigenschaften sind etwas, was sich nicht von heute auf morgen ändern lässt, und oft braucht es dazu auch eine regelrechte Therapie. Daher ist es fraglich, ob Sie die Berufsentscheidung, die Sie ja relativ bald treffen müssen, auf die Hoffnung auf eine Veränderung Ihrer Persönlichkeit bauen sollten. Sicherer ist es, das als Grundlage zu nehmen, was jetzt ist – in späteren Jahren können Sie ja durchaus nach einer Änderung Ihrer Persönlichkeit noch innerhalb eines ergriffenen Berufs(feldes) Positionen suchen, die dann besser zu Ihrer „neuen“ Persönlichkeit passen.

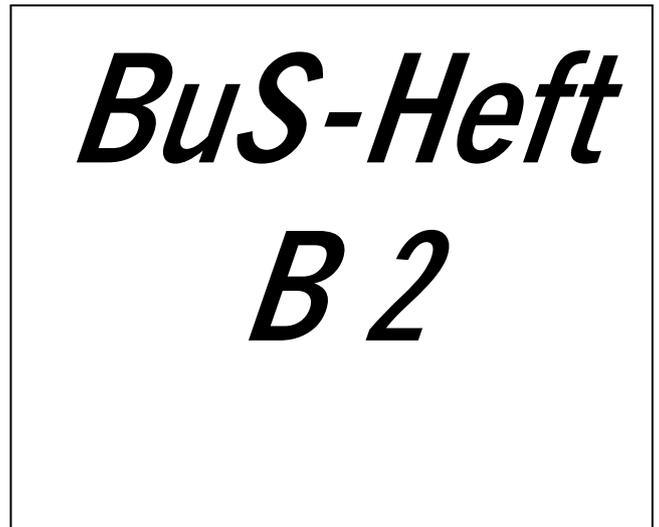
→ Weiter auf S. 20!

Fragen zum Thema Ausbildung

In diesem Heft geht es darum zu prüfen, ob die Ausbildungsbedingungen dem entsprechen, was Sie wollen bzw. was Sie leisten können.

Hier ein kurzer Überblick über den Inhalt:

B 2.1	Welche Wege (Studium, Ausbildung) führen zu dem oder den Berufen bzw. welche Zugangsqualifikationen (z.B. Notendurchschnitt) muss ich bringen, um für die Ausbildung zugelassen zu werden?
B 2.2	Entsprechen die Merkmale der Ausbildung dem, was ich will (z.B. in Bezug auf Dauer, Praxisnähe usw.)?
B 2.3	Kann ich mir die Ausbildung überhaupt leisten bzw. wie finanziere ich eine Ausbildung / ein Studium?



B 2.1

**Welche Ausbildungswege führen zu einem Beruf?
Welche speziellen Zugangsqualifikationen muss ich erbringen?**

Hier kann man zwei Schülergruppen unterscheiden:

- **Gruppe 1:** Sie haben sich bereits intensiv mit diesen Fragen beschäftigt und wissen Bescheid.
- **Gruppe 2:** Sie haben sich nicht damit beschäftigt und wissen nicht Bescheid.

Falls Sie zu Gruppe 1 gehören:

Notieren Sie die wichtigsten Punkte stichpunktartig auf dem Zusammenfassungsblatt am Ende dieses Heftes B 2 in Zeile B 2.1, z.B. so: Sportlehrer → „Hochschulstudium, Aufnahmeprüfung“ oder Betriebswirt → „AW 1: Universitätsstudium (NC derzeit bei ...) / AW 2: Fachhochschulstudium (NC derzeit bei ...)“. „AW“ bedeutet „Ausbildungsweg“.

Falls Sie zu Gruppe 2 gehören:

(Auch) in diesem Bereich sind Sie noch kein Vertreter des Berufsentscheidungstyps B. Sie müssen sich erst informieren. Unterbrechen Sie die Arbeit an diesem Heft und holen Sie das Versäumte nach. Informationen erhalten Sie im BIZ, teilweise auch bei der Beratungslehrkraft.

→ Weiter auf S. 21!

B 2.2 Entsprechen die Merkmale der Ausbildung dem, was ich will?

Die Ausbildungen für Berufe unterscheiden sich natürlich sehr. Die eine dauert länger, die andere kürzer. Die eine ist in Heimatnähe möglich, die andere erzwingt (oder ermöglicht – je nach Sichtweise!) den Umzug in eine weit entfernte Stadt oder gar in ein anderes Land. Und so weiter ...

In diesem Bereich gibt es selbstverständlich keine objektiv „guten“ und „schlechten“ Einstellungen, sondern nur persönliche Vorlieben und Neigungen.

Auf der nächsten Seite finden Sie eine Tabelle mit verschiedenen Merkmalen einer Ausbildung. Überlegen Sie bei jedem, wie Sie zu ihm stehen, und kreuzen Sie dann die passende Antwortkategorie an (z.B. „eher das links stehende Merkmal“). – Am Ende sind zwei Leerzeilen freigelassen; hier können Sie Merkmale eintragen, die Ihrer Ansicht nach in der Tabelle fehlen.

Antworten Sie nur so, wie es Ihrer persönlichen Meinung entspricht. Lassen Sie sich nicht davon beeinflussen, was andere denken!

→ Weiter auf S. 22!

	eindeutig das links stehende Merkmal	eher das links stehende Merkmal	Mischung aus beiden Merkmalen	eher das rechts stehende Merkmal	eindeutig das rechts stehende Merkmal		Punkt, der mir egal ist
Wie hätten Sie die Ausbildung / das Studium gern?							
möglichst kurz						möglichst lang	
heimatnah						heimatfern	
Möglichkeit / Notwendigkeit zum Auslandsaufenthalt während der Ausbildung						möglichst kein Auslandsaufenthalt während der Ausbildung	
möglichst klar strukturiert und schulähnlich						möglichst offen und wenig Ähnlichkeit mit schulischer Ausbildung	
möglichst praxisbezogen						möglichst wissenschaftlich-theoretisch	
Ausbildung mit möglichst engem Bezug zur späteren Tätigkeit						breit angelegte Ausbildung, die mich möglichst wenig festlegt, was die spätere Tätigkeit betrifft	
Ausbildung darf zeitlich sehr belastend sein						Ausbildung soll möglichst viel Freizeit bieten	
Ausbildung im Rahmen einer Lehre oder einer Berufsfachschule						universitäre Ausbildungsform	
Ausbildung, bei der man bereits Geld verdient						Ausbildung, bei der man kein Geld verdient	

Jetzt haben Sie Ihr Ausbildungs-Merkmal-Profil. Vergleichen Sie damit nun systematisch die Berufe bzw. Berufsfelder, die Sie in Betracht ziehen.

Dabei gibt es zwei Möglichkeiten:

- **Gruppe 1:** Sie wissen bereits so viel über die Ausbildungsbedingungen der in Frage kommenden Berufe, dass Sie das Profil und den Beruf vergleichen können.
- **Gruppe 2:** Sie wissen noch zu wenig über die Ausbildungsbedingungen eines in Frage kommenden Berufs.

Sie gehören zu Gruppe 1 → weiter auf S. 23!

Sie gehören zu Gruppe 2 → weiter auf S. 25!

Gruppe 1:

Sie wissen bereits so viel über die Ausbildungsbedingungen der in Frage kommenden Berufe bzw. Berufsfelder, dass Sie Ihre Wünsche mit den Beruf(sfeldern) vergleichen können. Welcher Beruf bzw. welches Berufsfeld passt zu Ihren Wünschen? Welcher nicht? Notieren Sie das hier:

Berufs(felder)	passt zu meinen Wünschen im Hinblick auf folgende Ausbildungsmerkmale	passt nicht zu meinen Wünschen im Hinblick auf folgende Ausbildungsmerkmale
AW = Ausbildungsweg		
Berufsfeld 1:		
AW 1:		
AW 2:		
AW 3:		
AW 4:		
Berufsfeld 2:		
AW 1:		
AW 2:		
AW 3:		
AW 4:		
Berufsfeld 3:		
AW 1:		
AW 2:		
AW 3:		
AW 4:		

Wenn Ausbildungsweg und Ihre Wunschvorstellungen zusammenpassen – schön!
 → Weiter auf S. 25 oder 26!

Wenn Ausbildungsweg und Wunschvorstellungen nicht zusammenpassen, müssen Sie abwägen:

- Können Sie die Ausbildungsbedingungen bewusst in Kauf nehmen, um einen Beruf, der Ihnen eigentlich sehr gut gefällt, trotzdem erlernen zu können? Wenn ja: → Weiter auf S. 25 oder 26!
- Wenn Sie unsicher sind oder die Ausbildungsbedingungen so abschreckend sind, dass Sie lieber einen anderen Beruf wählen wollen: → Dann weiter auf S. 23!

Andere Möglichkeiten gibt es leider nicht.

Wenn Sie sich nicht sofort entscheiden können, dann lassen Sie sich Zeit. Beschäftigen Sie sich zehn Tage lang täglich maximal zehn Minuten mit den Fragen auf S. 22 und versuchen Sie das Ergebnis Ihrer jeweiligen Überlegung auf der folgenden Skala einzuordnen, indem Sie ein Kreuz machen. Nach zehn Tagen zeigt Ihnen der Schwerpunkt der Kreuzchen, wo die Reise hingeht. Sollten die Kreuze sich wiederum zum größten Teil in der Mitte befinden, ist es sinnvoll, die Frage mit dem Berufsberater zu diskutieren. (Notiz auf dem Zusammenfassungsblatt B machen, damit Sie diese wichtige Frage nicht vergessen!)

Ich nehme die Ausbildungsbedingungen bewusst in Kauf, um meinen Wunschberuf erlernen zu können.	Die Ausbildungsbedingungen sind so abschreckend, dass ich mir lieber einen anderen Beruf suche.
---	---

Übertragen Sie abschließend das Ergebnis Ihrer gesamten Überlegungen zum Abschnitt B 2.2 in die entsprechenden Felder des Zusammenfassungsblatts B (Zeilen B 2.2.1 – B 2.2.3)!

→ Weiter auf S. 25 oder 26!

Gruppe 2:

Sie wissen noch zu wenig über die Ausbildungsbedingungen in einem oder allen der für Sie in Frage kommenden Berufe bzw. Berufsfelder.

Um weiterzukommen, müssen Sie sich jetzt nicht mit sich selbst beschäftigen, sondern mit den Ausbildungsbedingungen Ihres in Erwägung gezogenen Berufes.

Benutzen Sie die Tabelle auf S. 22 für Ihre Fragen (z.B. so: Ingenieur → „Wie zeitintensiv ist die Ausbildung?“) und besorgen Sie sich die Antworten im BIZ oder bei einem Berufsberater.

→ Dann erst weiter auf S. 26!

B 2.3 Kann ich mir die Ausbildung finanziell leisten?

Entscheidend bei dieser Frage ist zunächst, zu welcher der folgenden Gruppen Sie gehören:

- **Gruppe 1:** Sie gehören zu den Glücklichen, bei denen die Kosten für die Ausbildung bzw. das Studium keine Rolle spielen.
- **Gruppe 2:** Die Kosten sind eine entscheidende Größe für Ihre Berufsentscheidung.

Sie gehören zu Gruppe 1:

Sie können dieses Kapitel übergehen und sich gleich mit dem nächsten beschäftigen.
→ Weiter mit Heft B3!

Sie gehören zu Gruppe 2:

Sie müssen die finanziellen Aspekte in einer Art Haushaltsplan zusammenstellen.
→ Weiter auf S. 26!

Um zu klären, ob Sie sich eine bestimmte Ausbildung finanziell leisten können, müssen Sie die möglichen **Einnahmen mit den nötigen Ausgaben vergleichen**.

Einnahme-Seite

Gehen Sie bei der Klärung der Einnahme-Seite folgendermaßen vor:

- Überlegen Sie zusammen mit Ihren Eltern, wie viel Geld diese monatlich zur Verfügung stellen.
- Sind Sie Bafög-berechtigt? Wie viel Geld können Sie maximal bekommen? Informationen dazu erhalten Sie über das Arbeitsamt bzw. über das Studentenwerk der nächstgelegenen Universität. Die Telefonnummern dieser Einrichtungen sagt Ihnen die Beratungslehrkraft.
- Sind Ihre Noten so gut, dass für Sie ein Stipendium in Frage kommt? Hier kann Ihnen der Beratungslehrer entweder selbst Auskunft geben oder er teilt Ihnen die Telefonnummer der entsprechenden Stipendienabteilung einer Universität mit.
- Wie viel Zeit pro Monat können Sie in einer speziellen Ausbildung erübrigen, um zu jobben? Voraussetzung: Sie informieren sich bei der Berufsberatung oder der Studienberatung über den durchschnittlichen wöchentlichen Zeitaufwand für eine Ausbildung?
- Welche Jobs können Sie annehmen, und wie viel verdient man in diesen Jobs üblicherweise (schätzen Sie die Beträge sicherheitshalber eher mal niedriger als zu hoch)?
- Wenn Sie eine Lehre oder eine Ausbildung mit Gehalt absolvieren wollen, können Sie natürlich gewisse zusätzliche Einnahmen verbuchen. Umgekehrt fallen dann jedoch Einnahmequellen wie Bafög oder ein Stipendium weg. Deshalb ist die Tabelle unten so aufgebaut, dass Sie für jeden Beruf / Berufsfeld die Einnahmen je nach Ausbildungsweg festhalten sollen.

Weil es hier um eine Frage geht, die für die weitere Entscheidung besonders wichtig ist, raten wir Ihnen, abweichend vom sonstigen Verfahren in diesen Heften, die Informationen sofort einzuziehen und das Ergebnis unten zu notieren.

AUSGABEN	Beruf(sfeld) 1:				Beruf(sfeld) 2:				Beruf(sfeld) 3			
	AW 1:	AW 2:	AW 3:	AW 4:	AW 1:	AW 2:	AW 3:	AW 4:	AW 1:	AW 2:	AW 3:	AW 4:
Zuwendungen der Eltern												
Bafög												
Stipendium												
Job												
evtl. Gehalt während einer Ausbildung												
Sonstiges												
SUMME												

→ Weiter auf S. 28!

Ausgaben-Seite

Die Klärung der Ausgaben-Seite ist in mehrfacher Hinsicht schwierig:

- Zum einen haben Sie ja unter Umständen bei einem Beruf(sfeld) verschiedene Ausbildungsmöglichkeiten (im Extremfall: Lehre, Fachakademie, Fachhochschule oder Universität).
- Zum anderen variieren die Kosten je nach Ort, an dem die Ausbildungsmöglichkeit(en) gegeben sind.

Wenn die Finanzierbarkeit der Ausbildung für Sie ein wichtiger Aspekt ist, müssen Sie die möglichen Ausgaben genauer kennen. Deshalb ist der folgende Schritt auch recht kompliziert.

Um die möglichen Ausgaben mindestens einigermaßen einschätzen zu können, müssen Sie sich umfassend informieren. Sollten Sie das noch nicht getan haben, holen Sie es bitte jetzt nach (beim BIZ, Berufs- oder Studienberater, Studentenwerke von Hochschulen). Nehmen Sie dazu die Tabelle auf S. 28 mit und notieren Sie die Ergebnisse Ihrer Recherchen.

Sollten Sie sich bereits informiert haben, können Sie die Tabelle gleich ausfüllen. Tragen Sie die Ergebnisse in folgender Tabelle ein.

AUSGABEN	Beruf(sfeld) 1 =				Beruf(sfeld) 2 =				Beruf(sfeld) 3 =			
	AW 1 =	AW 2 =	AW 3 =	AW 4 =	AW 1 =	AW 2 =	AW 3 =	AW 4 =	AW 1 =	AW 2 =	AW 3 =	AW 4 =
Wohnen (Miete und Nebenkosten)												
Essen, alltägliche Lebensunterhaltskosten												
Fahrtkosten (im Ausbildungs-ort bzw. zwischen diesem und dem Heimatort)												
Kosten für Freizeit / Hobby												
ggf. Ausbildungskosten (Gebühren etc.)												
Bücher / Materialien												
Sonstiges												
SUMME												

→ Weiter auf S. 28!

Fassen Sie nun die Ergebnisse der Einnahme- und Ausgabenberechnung in folgender Tabelle zusammen:

AUSGABEN	Beruf(sfeld) 1 =				Beruf(sfeld) 2 =				Beruf(sfeld) 3 =			
	AW 1 =	AW 2 =	AW 3 =	AW 4 =	AW 1 =	AW 2 =	AW 3 =	AW 4 =	AW 1 =	AW 2 =	AW 3 =	AW 4 =
AW = Aus- bildungsweg- e (ggf. nach Orten diffe- renzieren!												
EINNAHMEN												
AUSGABEN												
ERGEBNIS												

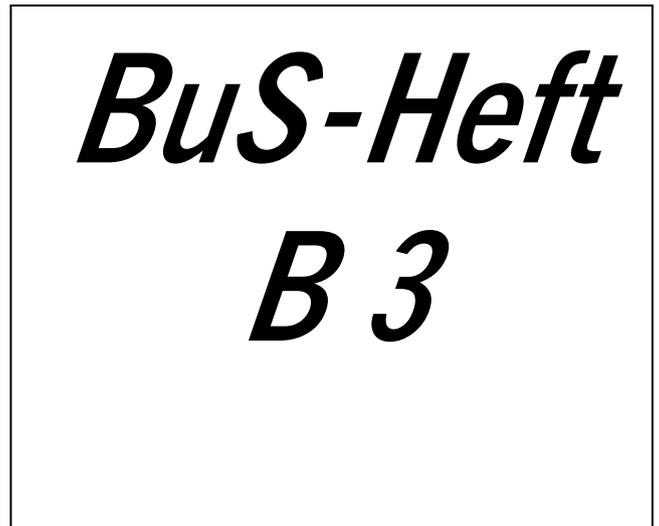
Damit erkennen Sie, ob Sie eine Ausbildung überhaupt finanzieren können bzw. wo es nicht geht oder wo es sehr knapp wird. Tragen Sie diese Ergebnisse im Abschnitt B 2.3 des Zusammenfassungsblattes B ein.

→ Weiter mit Heft B 3!

Anleitung für den Entscheidungsprozess

In den Heften B1 und B2 haben Sie Erkenntnisse und Fragen zusammengestellt, die für Ihre Berufswahlentscheidung bedeutsam sind.

Nun geht es darum, ggf. noch ausstehende Informationen zu besorgen und dann eine Entscheidung zu treffen. Für beides finden Sie eine Anleitung in diesem Heft. Grundlage sind dabei die Zusammenfassungsblätter der Hefte B1 und B 2.



Zur Information hier ein kurzer Überblick über die Inhalte dieses Heftes:

B 3.1	Wie beschaffe ich mir die noch fehlenden Informationen für meine Entscheidung?
B 3.2	Wie verwerte ich gewonnene Ergebnisse, um zu einer Entscheidung zu kommen?
B 3.3	Umgang mit typischen Problemen beim Entscheidungsprozess
B 3.2.1	Weiß ich genug über den oder die Berufe, um eine Entscheidung treffen zu können?
B 3.2.2	Ist der Beruf wirklich das, was <i>ich</i> machen will, oder habe ich mich zu sehr von bestimmten Personen oder Informationen beeinflussen lassen?
B 3.2.3	Welcher Ausbildungsweg ist für <i>mich</i> der beste?
B 3.2.4	Ich mag alle Möglichkeiten so gerne – welche ist bloß die beste für mich?

B 3.1 Wie beschaffe ich mir die noch ausstehenden Informationen für meine Entscheidung?

Voraussetzung für eine Entscheidung ist natürlich, dass Sie die offen stehenden Fragen klären, die Sie auf Ihrem Zusammenfassungsblatt zu Heft B 1 notiert haben.

Die offenen Fragen lassen sich in zwei Gruppen gliedern:

Gruppe 1: Fragen, die sich auf Ihre Selbstreflexion, auf Ihre Erwartungen beziehen (grau unterlegte Felder): Wenn Sie hier ein Kreuz gesetzt haben, müssen Sie erst mehr über sich selbst erfahren. Wie schon öfters angedeutet, sind Sie in diesen Bereichen eher ein A-Typ, kein B-Typ. Wie Sie weitermachen können, erfahren Sie auf S. 32.

Gruppe 2: Hier geht es um verschiedene spezielle Fragen. Wie Sie weitermachen können, erfahren Sie auf S. 34.

Wenn Sie alle offenen Fragen geklärt haben, werden Sie in den entsprechenden Kapiteln der B-Hefte zu Antworten kommen. Notieren sie diese Antworten im Zusammenfassungsblatt zu Heft B 1 und wenden Sie sich dann dem Kapitel B 3.2 zu, in dem Sie angeleitet werden, Ihre Entscheidung zu treffen.

→ Gruppe 1: weiter auf S. 32!

→ Gruppe 2: weiter auf S. 34!

Gruppe 1:

Vorgehen zur Klärung der grau unterlegten Felder auf Ihrem Zusammenfassungsblatt zu Heft B 1

Hier geht es darum, dass Sie sich selbst besser kennen lernen. Gehen Sie folgendermaßen vor:

Feld	Vorgehen
B 1.1.5: Ich bin mir insgesamt über meine <u>Fähigkeiten</u> unsicher.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Besorgen Sie sich die Hefte A 1, A 3 und A 4 dieses Selbsterkundungsprogramms bei Ihrem Beratungslehrer und bearbeiten Sie die entsprechenden Unterabschnitte. ▪ Sollten Sie sich danach noch immer sehr unsicher über Ihre Fähigkeiten und Schwächen sein, besteht die Möglichkeit, dass Sie beim psychologischen Dienst des nächsten Arbeitsamts oder evtl. beim zuständigen Schulpsychologen entsprechende Tests absolvieren. ▪ Benutzen Sie die Ergebnisse, um die Aufgaben in den Abschnitten B 1.1 (Fähigkeiten) und B 1.2 (Schwächen) bearbeiten zu können und notieren Sie dann die Ergebnisse im Zusammenfassungsblatt zu Heft B1 so, wie es in den Abschnitten beschrieben wird.
B 1.2.2: Ich bin mir insgesamt über meine <u>Schwächen</u> unsicher.	
B 1.3.3: Ich bin mir insgesamt nicht im Klaren, welche <u>Arbeitsbedingungen</u> ich will oder nicht will.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Besorgen Sie sich die Hefte A 1 und A 2 dieses Selbsterkundungsprogramms bei Ihrem Beratungslehrer und bearbeiten Sie die entsprechenden Unterabschnitte. ▪ Benutzen Sie die Ergebnisse, um die Aufgaben in den Abschnitten B 1.3 (Arbeitsbedingungen) bearbeiten zu können und notieren Sie dann die Ergebnisse im Zusammenfassungsblatt zu Heft B1 so, wie es in dem Abschnitt beschrieben wird.
B 1.4.3: Ich bin mir insgesamt nicht im Klaren, welche <u>Werte</u> und <u>Lebensziele</u> ich habe, die für die Berufswahl bedeutsam sind.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Besorgen Sie sich die Hefte A 1 und A 3 dieses Selbsterkundungsprogramms bei Ihrem Beratungslehrer und bearbeiten Sie die entsprechenden Unterabschnitte. ▪ Benutzen Sie die Ergebnisse, um die Aufgaben in den Abschnitten B 1.3 (Werte und Lebensziele) bearbeiten zu können und notieren Sie dann die Ergebnisse im Zusammenfassungsblatt zu Heft B1 so, wie es in dem Abschnitt beschrieben wird.
B 1.5.3: Ich bin mir insgesamt über meine für die Berufswahl bedeutsamen <u>Persönlichkeitseigenschaften</u> noch im Unklaren.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Besorgen Sie sich die Hefte A 1 und A 3 dieses Selbsterkundungsprogramms bei Ihrem Beratungslehrer und bearbeiten Sie die entsprechenden Unterabschnitte. ▪ Sollten Sie sich danach noch immer sehr unsicher sein, besteht die Möglichkeit, dass sie beim psychologischen Dienst des nächsten Arbeitsamts oder evtl. beim zuständigen Schulpsychologen entsprechende Tests absolvieren. ▪ Benutzen Sie die Ergebnisse, um die Aufgaben in den Abschnitten B 1.3 (Persönlichkeitseigenschaften) bearbeiten zu können und notieren Sie dann die Ergebnisse im Zusammenfassungsblatt zu Heft B1 so, wie es in dem Abschnitt beschrieben wird.

Gruppe 2: Hinweise zu verschiedenen speziellen offenen Fragen

<p>B 1.1.3</p>	<p>Fähigkeiten, die ich nicht habe, obwohl sie in dem Beruf von Bedeutung sind – ich glaube aber, dass ich sie mir mit Expertenhilfe aneignen könnte (Unterstreichen Sie die Fähigkeiten, bei denen Sie nicht wissen, wohin Sie sich wenden sollen, um sie zu erwerben!):</p>	<p>Klären Sie vor einer Berufsentscheidung, ob diese Schwächen mit Expertenhilfe zu bewältigen sind.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Dazu müssen Sie zunächst wissen, wer hier als Experte helfen kann. Dies erfahren Sie z.B. bei der Berufsberatung. Rufen Sie dort an, um mehr über solche Experten zu erfahren. ▪ Versuchen Sie im Anschluss, mit einem solchen Experten Kontakt aufzunehmen, um mehr über die Erfolgchancen zu erfahren. <p>Das Ganze ist sicher aufwändig – aber schließlich geht es darum zu verhindern, dass Sie einen Beruf ergreifen, in denen Ihnen eine wesentliche Fähigkeit fehlt. Benutzen Sie schließlich die Ergebnisse, um die Aufgaben in den Abschnitten B 1.1 (Fähigkeiten) und B 1.2 (Schwächen) bearbeiten zu können und notieren Sie dann die Ergebnisse im Zusammenfassungsblatt zu Heft B1 so, wie es in den Abschnitten beschrieben wird.</p>
<p>B 1.1.4</p>	<p>Fähigkeiten, bei denen ich mir nicht sicher bin, ob ich sie in einem für den Beruf ausreichenden Maße besitze:</p>	<p>Um diese Frage zu klären, gibt es folgende Möglichkeiten:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Besorgen Sie sich die Hefte A 1, A 3 und A 4 dieses Selbsterkundungsprogramms bei Ihrem Beratungslehrer und bearbeiten Sie die entsprechenden Unterabschnitte. Dort sind auch Abschnitte enthalten, in denen Sie z.B. über die Befragung anderer, die Sie kennen, bzw. über die Auswertung von Zeugnissen Informationen über Ihre Fähigkeiten und Schwächen enthalten. ▪ Sollten Sie sich danach noch immer sehr unsicher über Ihre Fähigkeiten und Schwächen sein, besteht die Möglichkeit, dass sie beim psychologischen Dienst des nächsten Arbeitsamts oder evtl. beim zuständigen Schulpsychologen entsprechende Tests absolvieren. <p>Benutzen Sie die Ergebnisse, um die Aufgaben in den Abschnitten B 1.1 (Fähigkeiten) und B 1.2 (Schwächen) bearbeiten zu können und notieren Sie dann die Ergebnisse im Zusammenfassungsblatt zu Heft B1 so, wie es in den Abschnitten beschrieben wird.</p>
<p>B 1.3.2</p>	<p>Bei diesen Arbeitsbedingungen bin ich mir noch nicht sicher, ob ich sie akzeptieren kann:</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Besorgen Sie sich die Hefte A 1 und A 2 dieses Selbsterkundungsprogramms bei Ihrem Beratungslehrer und bearbeiten Sie die entsprechenden Unterabschnitte. ▪ Sollte das nicht ausreichen, ist die Grenze dieses Selbsterkundungsprogramms erreicht. Sie sollten Ihre Entscheidungsprobleme im Gespräch mit einem Berufsberater oder einem Schulpsychologen klären. ▪ Benutzen Sie die Ergebnisse, um die Aufgaben in den Abschnitten B 1.3 (Arbeitsbedingungen) bearbeiten zu können und notieren Sie dann die Ergebnisse im Zusammenfassungsblatt zu Heft B1 so, wie es in dem Abschnitt beschrieben wird.

→ Weiter auf S. 34!

B 3.2 Wie verwerte ich gewonnenen Ergebnisse, um zu einer Entscheidung zu kommen?

Die offenen Fragen haben Sie geklärt, nun können Sie den Versuch starten, eine Entscheidung zu treffen.

Vielleicht ist Ihnen durch die ganze Arbeit bereits klar, was Sie machen wollen. Falls Sie das aber überprüfen wollen oder falls Sie eben noch keine Klarheit besitzen, gehen Sie folgendermaßen vor:

1. Schritt:

- Klären Sie für jeden Aspekt (Fähigkeiten, Arbeitsbedingungen, Werte / Lebensziele usw.) einzeln, zu welchem Beruf bzw. Berufsfeld Sie am besten passen. Benutzen Sie dabei Ergebnisse, die Sie auf dem Zusammenfassungsblatt zu Heft B1 notiert haben.
- Beispiel: Zum Berufsfeld x passen Sie hinsichtlich Ihrer Fähigkeiten am besten, zum Berufsfeld y am zweitbesten, zum Berufsfeld z am drittbesten.
- Tragen Sie in die Entscheidungsmatrix auf der nächsten Seite (S. 35) die Ergebnisse dieser Beurteilung ein, indem Sie in den Feldern jeweils die Ziffern 1 (passt am besten), 2 (passt am zweitbesten) und 3 (passt am drittbesten) notieren. Sollte es einmal vorkommen, dass zwei oder gar drei Berufsfelder gleich zu werten sind, tragen Sie die Ziffer 1 entsprechend mehrfach ein. Das sollte aber der Ausnahmefall sein, denn sonst kommen Sie natürlich zu keiner Entscheidung.
- Sollten Sie übrigens feststellen, dass ein Beruf/Berufsfeld hinsichtlich eines Aspekts völlig ausscheidet, setzen Sie dort ein dickes Minuszeichen (-)!

2. Schritt:

- Heben Sie die Felder, die eine Eins haben, farblich hervor. So machen Sie anschaulich, wo die meisten Einsen stehen.

3. Schritt:

- Prüfen Sie, ob etwas gegen den Beruf bzw. das Berufsfeld spricht, das die meisten 1er auf sich vereinigt.
- Wenn nein, haben Sie ein Endergebnis gefunden und wissen, welchen Beruf / welches Berufsfeld Sie wählen können. Herzlichen Glückwunsch – die umfangreiche Arbeit, die Sie in die Berufswahlvorbereitung gesteckt haben, hat sich jetzt gelohnt!
- Sollte jedoch etwas massiv gegen den Beruf / das Berufsfeld sprechen, das die meisten Einsen auf sich vereinigt hat, gibt es wiederum zwei Möglichkeiten:
 - Sie prüfen, ob Sie zu einem der beiden anderen Berufe / Berufsfelder aufs Ganze betrachtet besser passen und wählen ggf. diesen Beruf / dieses Berufsfeld.
 - Sie besprechen Ihr Entscheidungsproblem gezielt mit einem Berufsberater.

Nun kann es allerdings sein, dass Sie bei Ihrem Entscheidungsprozess noch auf einige typische Probleme stoßen:

- Zweifel, ob Sie genug über den oder die Berufe wissen, um eine Entscheidung treffen zu können
- Zweifel, ob der Beruf wirklich das ist, was *Sie selbst* machen wollen, oder ob Sie sich zu sehr von bestimmten Personen oder Informationen haben beeinflussen lassen
- Unklarheit, welcher Ausbildungsweg für *Sie* am besten ist
- allgemeine Entscheidungsunsicherheit, weil Sie eigentlich alle Möglichkeiten gerne mögen und nicht wissen, welche die beste für Sie ist

Hilfen für diese Entscheidungsprobleme erhalten Sie ab S. 36.

Entscheidungsmatrix

Zu welchem Beruf(sfeld) passen Sie wie gut hinsichtlich des Aspekts ...	Berufs(feld)möglichkeit 1:	Berufs(feld)möglichkeit 2:	Berufs(feld)möglichkeit 3:
Fähigkeiten			
Arbeitsbedingungen			
Werte und Lebensziele			
Persönlichkeitseigenschaften			
Merkmale der Ausbildung			

- 1 = Beruf(sfeld) passt am besten in Bezug auf einen Aspekt.
- 2 = Beruf(sfeld) passt am zweitbesten in Bezug auf einen Aspekt.
- 3 = Beruf(sfeld) passt am drittbesten in Bezug auf einen Aspekt.
- = Beruf(sfeld) scheidet in Bezug auf einen Aspekt völlig aus.

B 3.3 Typische Probleme beim Entscheidungsprozess

Ihnen fällt die Entscheidung noch schwer, obwohl Sie umfassend Informationen gesammelt und ausgewertet haben? Welches der im Folgenden genannten Entscheidungsprobleme trifft Ihre Situation am ehesten?

- Zweifel, ob Sie genug über den oder die Berufe wissen, um eine Entscheidung treffen zu können: → Weiter auf S. 37!
- Zweifel, ob der Beruf wirklich das ist, was *Sie selbst* machen wollen, oder ob Sie sich zu sehr von bestimmten Personen oder Informationen haben beeinflussen lassen: → Weiter auf S. 39!
- Unklarheit, welcher Ausbildungsweg für *Sie* am besten ist: → Weiter auf S. 40!
- allgemeine Entscheidungsunsicherheit, weil Sie eigentlich alle Möglichkeiten gerne mögen und nicht wissen, welche die beste für Sie ist: → Weiter auf S. 42!

Es kann übrigens sein, dass Sie erst jetzt darauf stoßen, dass Sie sich mit gewissen Aspekten der Berufswahl bislang doch zu wenig auseinander gesetzt haben. Wenn das der Fall ist, müssen Sie einen Schritt zurück tun. Hinweise dazu in den folgenden Abschnitten!

B 3.3.1 Weiß ich genug über den Beruf, um eine Entscheidung treffen zu können?

Diese Frage stellen sich gewöhnlich zwei Gruppen von Menschen:

- **Gruppe 1:** Die einen haben sich, wenn sie's genau überlegen, tatsächlich noch kaum mit dem in Erwägung gezogenen Beruf genauer beschäftigt und wissen eigentlich darüber nur, was man eben so darüber von Freunden oder in den Massenmedien hört. Genau genommen haben Sie auch die bisherigen Anleitungen, wie Sie sich über einen Beruf informieren können, nicht umgesetzt.
- **Gruppe 2:** Die anderen haben sich bereits umfassender mit dem Beruf beschäftigt (z.B. durch Lektüre berufskundlicher Schriften oder Besuch entsprechender Vorträge), hegen aber noch Zweifel, ob diese Informationsbasis umfassend genug ist.

Sie gehören zu Gruppe 1:

Sie besitzen nur oberflächliche Informationen über den oder die Berufe, den/die Sie in Erwägung ziehen.

Um weiterzukommen, müssen Sie sich endlich gründlich mit dem Profil Ihres in Erwägung gezogenen Berufes beschäftigen. Wir haben Sie darauf immer wieder verwiesen (z.B. schon auf S. 6). Solange Sie sich hier nicht intensiv mit den Berufsbildern auseinandersetzen, werden Sie zu keiner sicheren Entscheidung kommen können.

Unterbrechen Sie also die Arbeit an diesem Heft und folgen Sie den Hinweisen auf S. 6.

Sie gehören zu Gruppe 2:

Sie haben sich zwar schon etwas intensiver mit dem Beruf beschäftigt, hegen aber noch Zweifel, ob diese Informationsbasis umfassend genug ist.

Auf der nächsten Seite (→ S. 38) finden Sie eine Tabelle, mit deren Hilfe Sie weiterkommen.

Tragen Sie zu jeder Ihrer Berufs(feld)alternativen dort stichpunktartig ein,

- hinsichtlich welcher Aspekte Sie sich gut informiert fühlen (mittlere Spalte) und
- hinsichtlich welcher Aspekte Sie noch Informationen brauchen (rechte Spalte).

Unterhalb der Tabelle finden Sie eine Liste von stichpunktartig formulierten Aspekten als Suchhilfe. Dort steht auch, wie Sie weitermachen können.

→ Weiter auf S. 38!

	Hinsichtlich folgender Gesichtspunkte bin ich mir sicher:	Hinsichtlich folgender Gesichtspunkte bin ich mir unsicher:
Berufs(feld)möglichkeit 1:		
Berufs(feld)möglichkeit 2:		
Berufs(feld)möglichkeit 2:		

Gesichtspunkte:

- Ausbildungsbedingungen (Voraussetzungen, Formen, Orte)
- Art der Tätigkeiten
- Einkommen
- Aufstiegsmöglichkeiten
- nötige Fähigkeiten (geistig, körperlich, manuell, sozial, künstlerisch ...)
- Anforderungen an meine Persönlichkeit
- Vereinbarkeit mit meinen Werten und Lebenszielen
- spezielle Rahmenbedingungen (Einzel- vs. Teamarbeit, zeitliche Regelmäßigkeit vs. Unregelmäßigkeit, ortsgebunden vs. zahlreiche Ortswechsel usw.)
-

Wie weiter?

Haben Sie die auf S. 6 empfohlenen Informationsquellen ausgeschöpft und gründlich durchgearbeitet?

- Wenn nein, dann müssen Sie diese Arbeit jetzt nachholen.
- Wenn ja, dann empfehlen wir folgende Wege:
 - (1) Besuch beim Berufsberater und / oder bei einer Studienberatung (die Adressen erfahren Sie bei der Beratungslehrkraft) – Jetzt hat ein Besuch Sinn, weil Sie konkrete Fragen stellen können. Berufs- und Studienberater können nicht helfen, wenn jemand völlig uninformiert und desorientiert kommt.
 - (2) Kontaktaufnahme mit einer oder mehreren Firmen oder Einrichtungen, in denen der Beruf, um den es geht, vorkommt; wahrscheinlich können Sie hier fehlende Informationen erhalten.
 - (3) Ferienpraktikum bei einer solchen Firma oder Einrichtung

Vielleicht sind Sie aber auch jemand, der generell und immer Zweifel hat, ob er über genügend Informationen verfügt. Dann ist es sinnvoll, dieses Problem mit einem Psychologen (z.B. dem zuständigen Schulpsychologen) zu besprechen, denn dann reicht letztlich noch so viel Information nicht, um Ihr Problem zu lösen.

B 3.3.2 Ist der Beruf wirklich das, was ich will, oder habe ich mich zu sehr von anderen Personen oder Informationen beeinflussen lassen?

Wenn Sie sich mit dieser Frage beschäftigen, dann haben Sie in der Tat ein komplexes Problem am Hals. Denn um eine Antwort darauf zu finden, müssen Sie klären:

- Wer hat Ihnen über welchen Beruf was erzählt?
- Stimmen diese Informationen?
- Passt der Beruf zu Ihrem Fähigkeitsprofil, Ihren Werten und Lebenszielen, Ihren Persönlichkeitseigenschaften und den Rahmenbedingungen, die ein Beruf für Sie bieten sollte?

Sie müssen also ihr persönliches Profil und das Berufsprofil miteinander abgleichen – und dazu auch noch einen Weg finden, mit denen umzugehen, die Sie beeinflusst haben. Das ist wirklich nicht leicht.

Wir empfehlen Ihnen in einem ersten Schritt, für sich folgende Fragen zu klären:

- Wer hat Sie sehr stark beeinflusst? Wie wichtig ist Ihnen diese Person (falls es sich um eine Person und nicht um ein Massenmedium handelt)?
- Was würde(n) diese Person(en) sagen, wenn Sie sich für einen anderen Beruf / ein anderes Berufsfeld entscheiden als für den Beruf bzw. das Berufsfeld, was sie Ihnen vorgeschlagen hat/haben? Wie würde(n) sie danach mit Ihnen umgehen? Wie würde es Ihnen mit dieser Reaktion gehen?

Vielleicht gelingt es Ihnen allein dadurch, dass Sie sich diesen Einfluss bewusst machen, sich davon zu lösen.

Es kann aber auch sein, dass Ihnen das sehr schwer fällt. Denn erfahrungsgemäß kann ja nur der einen anderen beeinflussen, der bei dem anderen großen Respekt und große Autorität genießt.

Im letzteren Falle empfehlen wir Ihnen, das ganze Problem mit einem kompetenten Berater (Beratungslehrkraft, Schulpsychologe, Berufsberater) zu besprechen.

Als Mittel zur Selbsthilfe bei Ihrem Versuch, sich von einem fremden Einfluss zu lösen, ist es sinnvoll, die Voraussetzungen für Ihre persönliche Berufswahlentscheidung umfassend zu betrachten. Das heißt: Setzen Sie sich gründlich mit Ihrem Fähigkeitsprofil, Ihren Werten und Lebenszielen usw. auseinander, um zu entdecken, was Sie persönlich wollen und anstreben. Hierzu können Sie die entsprechenden Kapitel im A-Teil dieses Selbsterkundungsprogramms bearbeiten. Wenn Sie das schon getan haben, nehmen Sie sich trotzdem diese Kapitel im A-Teil vor.

B 3.3.3 Welcher Ausbildungsweg ist für mich der beste?

Die Antwort beruht auf vier Dingen:

- Zum einen müssen Sie wissen, welche *Ausbildungswege* es gibt und welche besonderen *Qualifikationen* evtl. noch Voraussetzung sind. Das haben Sie bereits geklärt. (Wenn nicht, hat die Weiterarbeit an dieser Stelle keinen Sinn und müssen Sie sich die Informationen erst einmal beschaffen.)
- Zum anderen müssen Sie sich über ihre *persönlichen Werte und Lebensziele* klar sein. Denn die sind der Maßstab für Ihre Entscheidung zwischen den Ausbildungswegen, die Sie von Ihrer Qualifikation (Schulabschluss, Notendurchschnitt, Sonderqualifikationen) her wählen können. Haben Sie das bereits genügend geklärt? (Wenn nicht, hat die Weiterarbeit an dieser Stelle keinen Sinn und müssen Sie sich die Informationen erst einmal beschaffen.)
- Zum Dritten müssen Sie natürlich klären, welche *Rahmenbedingungen der Ausbildung* Ihren Vorstellungen entsprechen (z.B. in Bezug auf Dauer, Praxisnähe usw.). Vielleicht stellen Sie fest, dass Sie sich mit diesem Bereich bislang zu wenig beschäftigt haben. Blättern Sie in Ihren Unterlagen in das entsprechende Kapitel B 2.2.1 zurück und überlegen Sie noch einmal. (Wenn Sie das Ganze nicht genügend geklärt haben, hat die Weiterarbeit an dieser Stelle keinen Sinn und müssen Sie sich die Informationen erst einmal beschaffen.)
- Der vierte Aspekt ist der der *Finanzierbarkeit*. Haben Sie das bereits genügend geklärt? (Wenn nicht, hat die Weiterarbeit an dieser Stelle keinen Sinn und müssen Sie sich die Informationen erst einmal beschaffen.)

Tragen Sie die Ergebnisse Ihrer Arbeit dann in die Tabelle auf der nächsten Seite (→ S. 41) ein:

- Ganz links notieren Sie die Berufe bzw. Berufsfelder, zwischen denen Sie schwanken.
- In der zweiten Spalte notieren Sie die verschiedenen Ausbildungswege, die zu Ihrem Beruf bzw. Berufsfeld führen.
- In die dritte Spalte (Finanzierbarkeit des Ausbildungsweges) übertragen Sie die Ergebnisse der Zeile B 2.3 Ihres Zusammenfassungsblattes zu Heft B2. Zur optischen Vereinfachung setzen Sie ein + für „finanzierbar“, ein +- für „knapp finanzierbar“ und ein – für „nicht finanzierbar“.
- In das Feld „Werte / Ziele“ notieren Sie die drei bis maximal fünf wichtigsten Werte und Lebensziele, in das Feld „Merkmale“ entsprechend die fünf wichtigsten Bedingungen, die Sie an eine Ausbildung stellen.
- Jetzt überlegen Sie, welcher Ihrer Werte / Lebensziele bzw. Ihrer gewünschten Ausbildungsbedingungen mit welchem Ausbildungsweg gut oder nicht so gut zusammenpasst. Je nachdem setzen Sie ein Plus- oder Minuszeichen in die Kästchen. Verwenden Sie zur Erhöhung der Anschaulichkeit einen farbigen Stift, um den Überblick zu erleichtern.

So finden Sie leicht(er) eine Antwort auf die Frage, welcher Ausbildungsweg für Sie am besten ist.

Sollten Sie trotzdem noch nicht weiterkommen, ist es sinnvoll, dass Sie mit einem kompetenten Berater (Beratungslehrer, Schulpsychologe, Berufsberater) über das Ganze sprechen. Nehmen Sie aber zu dem Gespräch die ausgefüllte Tabelle mit!

→ Weiter auf S. 41!

Meine Werte und Lebensziele:

- 1)
- 2)
- 3)
- 4)
- 5)



Berufs(feld)alternativen	Ausbildungswege	Finanzierbarkeit	passt zu meinen Lebenszielen und Werten	passt zu meinen Vorstellungen über die Merkmale Ausbildung
1	AW 1:			
	AW 2:			
	AW 3:			
	AW 4:			
2	AW 1:			
	AW 2:			
	AW 3:			
	AW 4:			
3	AW 1:			
	AW 2:			
	AW 3:			
	AW 4:			



Die für mich wichtigsten Merkmale meiner Ausbildung:

- 1)
- 2)
- 3)
- 4)
- 5)

B 3.3.4 Ich mag alle Alternativen so gerne – welche ist für mich bloß die beste?

Auch das ist eine sehr schwierige Frage, und wenn Sie sich damit herumquälen müssen, ist das mit viel inneren Konflikten verbunden.

Sie haben zwei Möglichkeiten, um aus diesem Dilemma herauszukommen:

Möglichkeit 1:

Sie suchen nach einem konkreten Beruf, in dem Sie wenigstens zwei von mehreren Berufsalternativen verbinden können. Beispiel: Wer sich für Psychologie und für Wirtschaft gleichermaßen interessiert, könnte entweder Psychologie mit dem Schwerpunktfach Arbeits-, Betriebs- und Organisationspsychologie studieren – oder Betriebswirtschaft mit dem Schwerpunkt Personalwesen oder Werbung / Marketing.

Um hier weiterzukommen, sollten Sie sich im Arbeitsamt (bezogen auf das obige Beispiel: z.B. bei einschlägigen Veranstaltungen zu BWL oder Psychologie) oder bei der Studienberatung informieren. Da Sie ja eine konkrete Frage stellen können, ist auch die Chance groß, eine konkrete Antwort zu erhalten.

Notieren Sie sich Ihre Fragen und nehmen Sie die Zusammenfassungsblätter mit!

Möglichkeit 2:

Die Berufe bzw. Berufsfelder sind tatsächlich unvereinbar, und Sie müssen, so sehr das schmerzt, eine Entscheidung treffen.

Zunächst sollten Sie natürlich klären, ob es nicht doch eine Verbindungsmöglichkeit gibt, die Sie vielleicht einfach nicht kennen. (Siehe Möglichkeit 1!) In unserer hochkomplexen Berufslandschaft existieren viel mehr Kombinationsmöglichkeiten, als man gemeinhin glaubt!

Sollte eine solche Verbindung nicht existieren, gibt es andere Möglichkeiten, Ihr Entscheidungsdilemma zu überwinden:

- Besprechen Sie die Ergebnisse Ihrer bisherigen Arbeit mit einem anderen (z.B. Beratungslehrer, Berufsberater, Vertrauensperson).
- Ein anderer (u.U. ergänzender) Weg besteht darin, sich statt mit sich selbst zunächst intensiver als bisher mit den in Erwägung gezogenen Berufen bzw. Berufsfeldern auseinander zu setzen. Es könnte ja sein, dass Sie durch diese Beschäftigung Ihr Bild über einen Beruf revidieren, so dass dieser attraktiver bzw. unattraktiver wird. Auch dann sind Sie einen gehörigen Schritt weiter. Möglichkeiten, Berufe noch genauer kennen zu lernen, sind Praktika, Ferienjobs, aktive Teilnahme an Berufsinformationsveranstaltungen oder das gezielte Gespräch mit Berufsvertretern (nicht nur im Rahmen von Info-Abenden, sondern auch, indem man z.B. gezielt eine Firma oder Einrichtung anruft und um einen Termin mit einem Vertreter des Berufs oder in der Personalabteilung bittet). Natürlich sind Daten aus einem einzelnen Gespräch immer subjektiv geprägt, aber wenn Sie mehrere Info-Quellen anzapfen, bekommen Sie ein gutes Bild.

→ Weiter auf S. 43!

- Wenn Sie den Eindruck haben, Ihre Informationen über den Beruf seien umfassend genug und Sie wissen auch genug über sich selbst (ihre Fähigkeiten, Schwächen, Werte usw.), können Sie ein Gedankenexperiment machen: Gehen Sie einige Tage lang mit dem Bewusstsein durch den Alltag, Sie würden Beruf A wählen; achten Sie dabei auf Ihre Gefühle und Gedanken und notieren Sie sie in einem Tagebuch. Konzentrieren Sie sich dann einige Tage lang auf den anderen Beruf und tun Sie wieder so, als würden Sie sicher diesen ergreifen. Auch jetzt achten Sie auf Ihre Gefühle und Gedanken und machen sich Notizen. Am Ende des Experiments vergleichen Sie Ihre Eindrücke und prüfen, ob Sie jetzt eine Entscheidung treffen können.

Wenn Sie diese Methoden ausprobiert haben und sich immer noch nicht entscheiden können, empfehlen wir Ihnen, das Ganze unbedingt mit einem Psychologen durchzusprechen (z.B. dem zuständigen Schulpsychologen oder einem Arbeitsamtpsychologen), um zu klären, was Sie in Ihrer Entscheidung dermaßen blockiert.

Typ B – Zusammenfassungsblatt Heft B 1

Kapitel		Berufs(feld)- möglichkeit 1:	Berufs(feld)- möglichkeit 2:	Berufs(feld)- möglichkeit 3:
B 1.1	Fähigkeiten			
B 1.1.1	Fähigkeiten, die ich habe und die in diesem Beruf wichtig sind:			
B 1.1.2	Fähigkeiten, die ich nicht habe, obwohl sie in dem Beruf von Bedeutung sind, die ich mir aber sicher antrainieren kann:			
B 1.1.3	Fähigkeiten, die ich nicht habe, obwohl sie in dem Beruf von Bedeutung sind – ich glaube aber, dass ich sie mir mit Expertenhilfe aneignen könnte (Unterstreichen Sie die Fähigkeiten, bei denen Sie nicht wissen, wohin Sie sich wenden sollen, um sie zu erwerben!):			
B 1.1.4	Fähigkeiten, bei denen ich mir nicht sicher bin, ob ich sie in einem für den Beruf ausreichenden Maße besitze:			
B 1.1.5	Ich bin mir insgesamt über meine Fähigkeiten unsicher.	○		
B 1.2	Schwächen			
B 1.2.1	Schwächen, die in dem Beruf zum größeren Problem werden können:			
B 1.2.2	Ich bin mir insgesamt über meine Stärken und Schwächen unsicher.	○		

Kapitel		Berufs(feld)- möglichkeit 1:	Berufs(feld)- möglichkeit 2:	Berufs(feld)- möglichkeit 3:
B 1.3	Arbeitsbedingungen			
B 1.3.1	Diese Arbeitsbedingun- gen kann ich im jeweili- gen Beruf nicht akzeptie- ren:			
B 1.3.2	Bei diesen Arbeitsbedin- gungen bin ich mir noch nicht sicher, ob ich sie akzeptieren kann:			
B 1.3.3	Ich bin mir insgesamt nicht im Klaren, welche Arbeitsbedingungen ich will oder nicht will.	O		
B 1.4	Werte und Lebensziele			
B 1.4.1	Diese Werte und Le- bensziele sind mit dem jeweiligen Beruf(sfeld) vereinbar:			
B 1.4.2	Diese Werte und Le- bensziele sind mit dem jeweiligen Beruf(sfeld) nicht vereinbar:			
B 1.4.3	Ich bin mir insgesamt nicht im Klaren, welche Werte und Lebensziele ich habe, die für die Be- rufswahl bedeutsam sind.	O		
B 1.5	Persönlichkeitseigenschaften			
B 1.5.1	Die rechts notierten Per- sönlichkeitseigenschaf- ten passen zu dem Be- ruf(sfeld) bzw. sind nötig.			
B 1.5.2	Die rechts notierten Per- sönlichkeitseigenschaf- ten passen nicht zu dem Beruf(sfeld).			
B 1.5.3	Ich bin mir insgesamt über meine für die Be- rufswahl bedeutsamen Persönlichkeitseigen- schaften noch im Unkla- ren.	O		

Typ B – Zusammenfassungsblatt Heft B 2

Kapitel		Berufs(feld)- möglichkeit 1:	Berufs(feld)- möglichkeit 2:	Berufs(feld)- möglichkeit 3:
B 2.1	Ausbildungswege und Zugangsqualifikationen			
	Für den Beruf gibt es folgende Ausbildungswege und Zugangsqualifikationen:	AW 1:	AW 1:	AW 1:
		AW 2:	AW 2:	AW 2:
		AW 3:	AW 3:	AW 3:
		AW 4:	AW 4:	AW 4:
B 2.2	Merkmale der Ausbildung			
B 2.2.1	Merkmale, die zu meinen Wünschen passen:	bei AW 1:	bei AW 1:	bei AW 1:
		bei AW 2:	bei AW 2:	bei AW 2:
		bei AW 3:	bei AW 3:	bei AW 3:
		bei AW 4:	bei AW 4:	bei AW 4:
B 2.2.2	Merkmale, die zwar nicht zu meinen Wünschen passen, die ich aber in Kauf nehme:	bei AW 1:	bei AW 1:	bei AW 1:
		bei AW 2:	bei AW 2:	bei AW 2:
		bei AW 3:	bei AW 3:	bei AW 3:
		bei AW 4:	bei AW 4:	bei AW 4:

B 2.2.3	Bedingungen, die ich nicht in Kauf nehmen kann:	bei AW 1:	bei AW 1:	bei AW 1:
		bei AW 2:	bei AW 2:	bei AW 2:
		bei AW 3:	bei AW 3:	bei AW 3:
		bei AW 4:	bei AW 4:	bei AW 4:
B 2.3	Kosten der Ausbildung			
	Finanzierbarkeit der Ausbildung (AW = Ausbildungsweg; diesen in Kurzform eintragen, z.B. Uni, FH, L.(=Lehre). Kreuzen Sie jeweils die zutreffende Kategorie an!)	AW 1 = <input type="checkbox"/> finanzierbar <input type="checkbox"/> knapp finanzierbar <input type="checkbox"/> nicht finanzierbar	AW 1 = <input type="checkbox"/> finanzierbar <input type="checkbox"/> knapp finanzierbar <input type="checkbox"/> nicht finanzierbar	AW 1 = <input type="checkbox"/> finanzierbar <input type="checkbox"/> knapp finanzierbar <input type="checkbox"/> nicht finanzierbar
		AW 2 = <input type="checkbox"/> finanzierbar <input type="checkbox"/> knapp finanzierbar <input type="checkbox"/> nicht finanzierbar	AW 2 = <input type="checkbox"/> finanzierbar <input type="checkbox"/> knapp finanzierbar <input type="checkbox"/> nicht finanzierbar	AW 2 = <input type="checkbox"/> finanzierbar <input type="checkbox"/> knapp finanzierbar <input type="checkbox"/> nicht finanzierbar
		AW 3 = <input type="checkbox"/> finanzierbar <input type="checkbox"/> knapp finanzierbar <input type="checkbox"/> nicht finanzierbar	AW 3 = <input type="checkbox"/> finanzierbar <input type="checkbox"/> knapp finanzierbar <input type="checkbox"/> nicht finanzierbar	AW 3 = <input type="checkbox"/> finanzierbar <input type="checkbox"/> knapp finanzierbar <input type="checkbox"/> nicht finanzierbar
		AW 4 = <input type="checkbox"/> finanzierbar <input type="checkbox"/> knapp finanzierbar <input type="checkbox"/> nicht finanzierbar	AW 4 = <input type="checkbox"/> finanzierbar <input type="checkbox"/> knapp finanzierbar <input type="checkbox"/> nicht finanzierbar	AW 4 = <input type="checkbox"/> finanzierbar <input type="checkbox"/> knapp finanzierbar <input type="checkbox"/> nicht finanzierbar

8.5 *BuS*-Selbsterkundungshefte für Typ C

Startseite Typ C – wichtige Information, daher bitte genau lesen!

Sie haben sich über Berufe gründlich informiert und kennen auch sich selbst und Ihr Profil sehr gut. Allerdings können Sie sich zwischen zwei Berufen bzw. Berufsfeldern einfach nicht entscheiden.

In diesem Heft erhalten Sie deshalb eine Anleitung, wie Sie zu einer Entscheidung zwischen den zwei Alternativen finden können.

HEFT C

Um das Material für den Typ C erfolgreich durcharbeiten zu können, müssen Sie folgende **Voraussetzungen** erfüllen:

- Sie haben sich über einige Berufe bzw. Berufsfelder bereits sehr gründlich informiert und sind in der Lage, den Beruf / das Berufsfeld im Hinblick auf die unten stehenden Merkmale genau zu beschreiben.
- Sie haben sich mit sich selbst so gründlich beschäftigt, dass Sie auch sich selbst im Hinblick auf die unten stehenden Merkmale genau beschreiben können.

Bedeutsame **Merkmale** sind:

Interessen (für Berufsfelder, für Tätigkeitsarten, im Hinblick auf Arbeitsbedingungen und auf Ausbildungsbedingungen)

Werte und Lebensziele

Fähigkeiten und Schwächen

Persönlichkeitsmerkmale

Umfeld (Familie, Freundeskreis usw.) und sein Einfluss auf Ihre Berufsentscheidung

Das können Sie erwarten:

- Im Rahmen dieses Heftes klären Sie zunächst schrittweise, in Bezug auf welche der oben genannten Aspekte Sie in einem Entscheidungsdilemma stehen.
- Dann schlagen wir Ihnen verschiedene Methoden vor, die Sie anwenden können, um dieses Entscheidungsdilemma zu lösen.
- Nach Bearbeitung der drei Hefte sind Sie im Idealfall in der Lage, die Entscheidung zu treffen. Vielleicht merken Sie aber auch, dass Sie sich doch zu wenig mit einem Beruf oder sich selbst auseinander gesetzt haben – dann müssen Sie das Material von Typ A oder B bearbeiten (im Ganzen oder in Teilen). Das heißt: Wenn Ihre Zuordnung zu Typ C im Ganzen oder in Teilen nicht gestimmt hat (aus welchem Grunde auch immer), werden Sie die beschriebenen Ziele nicht oder nur teilweise erreichen können. Ggf. müssen Sie dann einen Schritt zurückgehen (Hinweise dazu im Material).

Zum Abschluss weisen wir nochmals darauf hin:

- *Sie allein sind verantwortlich dafür, ob die Arbeit mit diesem Material erfolgreich ist. Wir können Ihnen nur dieses Material geben und Wege weisen.*
- *Sie allein sind verantwortlich dafür, dass Sie sich das richtige Material besorgt bzw. sich dem richtigen Typ (A, B, C, D) zugeordnet haben.*
- *Sie dürfen nur das erwarten, was oben als Ziel der Bearbeitung dieser Hefte formuliert wurde.*

Je nachdem, ob Sie mit den Heften des Selbsterkundungsprogramms für den Typ A und / oder B bereits gearbeitet haben oder mit diesem Heft für den Typ C in die Arbeit neu einsteigen, unterscheiden sich die folgenden Hinweise.

Gebrauchs- anweisung

Wenn Sie bereits mit den Heften für den Typ A oder B gearbeitet haben:

Falls Sie zu dieser Gruppe gehören, tun Sie sich leichter, weil Sie auf viele der Ergebnisse zurückgreifen können. Außerdem kennen Sie bereits die Methoden der Selbstreflexion. Wie im A-Teil sollen Sie übrigens auch hier die Ergebnisse der Arbeit in Kurzform auf dem beigelegten Zusammenfassungsblatt C eintragen.

→ Arbeiten Sie gleich auf S. 4 weiter!

Wenn Sie Ihre Auseinandersetzung mit der Berufswahl jetzt mit den Heften für den Typ C beginnen:

Zeitmanagement:

- Zugegeben – dieses Heft ist umfangreich und seine Bearbeitung kostet Zeit. Aber die Berufswahlentscheidung ist zweifellos eine der wichtigsten Entscheidungen, die Sie in Ihrem Leben zu treffen haben. Dafür müssen Sie sich einfach genügend Zeit nehmen, vor allem wenn Sie bei Ihren Überlegungen bislang noch nicht weit gekommen ist.
- Um die Arbeit sinnvoll zu gestalten, sollten Sie in den vorgeschlagenen kleinen Schritten vorgehen. Planen Sie die Bearbeitung der Abschnitte wie bei einem Stundenplan fest in Ihren Terminkalender ein, und beschäftigen Sie sich höchstens eine halbe Stunde pro Tag damit. Das hilft Ihnen dabei, einen kühlen Kopf und die Orientierung zu bewahren.
- Sollten Sie gerade Zweifel haben, wo Sie die Zeit hernehmen sollen, lesen Sie bitte S. 3. Was dort steht, gibt Ihnen vielleicht eine Antwort.

Überblick bewahren:

- Am Ende sehen Sie sicher sehr vieles klarer. In den folgenden Abschnitten werden Sie nämlich nicht nur angeleitet, sich selber kennen zu lernen, sondern auch die gewonnenen Informationen zusammenzufassen, um den Überblick zu bewahren.
- Die einzelnen Ergebnisse Ihrer Überlegungen sollen Sie dann in das Zusammenfassungsblatt C eintragen, das diesem Heft beiliegt. Die Zusammenfassung dient Ihnen später einerseits als Checkliste, was Sie noch weiter tun müssen, um Informationen u.Ä. zu bekommen, andererseits als Veranschaulichung der Ergebnisse Ihrer gezielten Arbeit, um zu einer Entscheidung zu kommen. So auf den Punkt gebracht wird Ihnen vieles klarer.

Überraschende Einsichten: Gelegentlich kann es vorkommen, dass Sie erkennen: Sie müssten sich mit einem Bereich (z.B. Stärken- oder Schwächenanalyse, gewünschte Arbeitsbedingungen) gründlicher auseinander setzen. Sie erhalten dann Hinweise, in welchen Heften zum Typ A Sie eine entsprechende Anleitung erhalten. Sollten Sie immer wieder auf die Kapitel des Typs A verwiesen werden, ist das ein Hinweis darauf, dass Sie vielleicht doch noch nicht zum Typ C gehören und besser das Programm für den Typ A im Ganzen bearbeiten sollten.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß (und Durchhaltevermögen) bei Ihrer Selbsterkundung!

Wo soll ich nur die Zeit hernehmen, um mich mit meiner Berufswahl intensiv zu beschäftigen?

Zunächst einmal: Wie viel Zeit haben Sie sich genommen,

- als Sie das letzte Mal ein teures technisches Gerät auswählten und kauften (z.B. eine Musikanlage oder einen Computer),
- als Sie sich auf Ihre Führerscheinprüfung vorbereiteten (Gesamtzeit inkl. Fahrstunden, Theoriestunden und häusliche Vorbereitung),
- als Sie sich auf die Schulaufgaben in Ihren Abiturfächern vorbereiteten,
- als Sie die letzte Party organisiert, vorbereitet und durchgeführt haben?

Ahnen Sie etwas?

Die Berufswahl, da werden Sie sicher zustimmen, ist zweifellos bedeutsamer als der Kauf eines noch so teuren technischen Gerätes, die Führerscheinprüfung, die Schulaufgabenvorbereitung oder eine große Party. Für all das haben Sie sich viel Zeit genommen. Und das war richtig so.

Für die Berufswahl müssen Sie sich mindestens ebenso viel Zeit nehmen – wahrscheinlich mehr, wenn Sie noch unsicher sind.

Es ist natürlich Ihre Entscheidung, wie wichtig Sie die Berufs- und Studienwahl nehmen und wie viel Zeit Sie sich dafür schenken ... Aber allemal ist eine Entscheidung nötig: Wollen Sie sich die Zeit nehmen? Erst dann hat es Sinn, dass Sie sich mit diesem Heft beschäftigen.

Damit die Auseinandersetzung mit Ihrer Berufswahl in Ihrem Alltag nicht von all den Kleinigkeiten verdrängt wird, die eben auftauchen, sollten Sie Ihren Terminkalender zur Hand nehmen und dort ganz gezielt Termine mit dem Titel „Zeit für meine Berufswahl“ eintragen. Am besten verteilen Sie das Ganze wie in einem Stundenplan über einen längeren Zeitraum.

Das mit dem Terminkalender mag Ihnen auf den ersten Blick gekünstelt vorkommen. Aber seien Sie einmal ehrlich: Besteht nicht die Gefahr, dass ohne solche festen Terminplanungen ein spontaner Kinobesuch, eine ungeplante Party oder einfach die Unlust daherkommt und Ihre besten Absichten verhindert?

Eine Berufswahlentscheidung ist die Entscheidung über das, was Sie in einem langen Lebensabschnitt beschäftigen wird und Sie viel an Zeit, Mühe und Geld kostet. Das muss Ihnen schon etwas wert sein.

Aber wie gesagt: Zunächst einmal müssen Sie sich dafür entscheiden, sich die Zeit zu nehmen ...

„Teile und herrsche“, um zu einer Entscheidung zu kommen

Das römische Sprichwort lässt sich gut auf Entscheidungsprobleme übertragen: Erst dann, wenn man sich im Klaren ist, hinsichtlich welcher Aspekte einem eine Entscheidung schwer fällt, kann man den Entscheidungsprozess vorwärts treiben.

Drei Fälle lassen sich unterscheiden. Ordnen Sie sich zu und folgen Sie dann den unten stehenden Hinweisen.

- **Fall 1:** Sie sind sich in Bezug auf einen oder mehrere Aspekte nicht sicher, zu welchem Beruf sie besser passen. Beispiel: Passe ich mit meinen Fähigkeiten besser zum Beruf A oder zum Beruf B?
- **Fall 2:** In Bezug auf den einen Aspekt (z.B. Fähigkeiten) neigen Sie zum Beruf A, in Bezug auf einen anderen Aspekt (z.B. Arbeitsbedingungen) zum Beruf B.
- **Fall 3:** Sie möchten sicherheitshalber Ihre Entscheidung hinsichtlich sämtlicher bedeutsamer Aspekte nochmals überprüfen.

Weiteres Vorgehen im Fall 1:

Sie beschäftigen sich gezielt mit den problematischen Aspekten und bearbeiten die entsprechenden Abschnitte dieses Hefts. Einen Überblick zum Vorgehen erhalten Sie auf S. 5.

Weiteres Vorgehen im Fall 2:

Es ist hilfreich, sich mit jedem der beiden einander gegenüberstehenden Aspekte nochmals genauer zu beschäftigen. Vielleicht schaut das Ergebnis dann anders aus als bis jetzt. Wo Sie die entsprechenden Abschnitte in diesem Heft finden, steht auf S. 5.

Weiteres Vorgehen im Fall 3:

Sie bearbeiten sämtliche Abschnitte dieses Heftes. Einen Überblick zum Vorgehen erhalten Sie auf S. 5.

Überblick über die Kapitel dieses Heftes

Manche Fragen sind für Sie bedeutsam, andere nicht. Damit Sie nicht Dinge lesen müssen, die für Sie in Ihrer Situation gar nicht wichtig sind, finden Sie unten eine Tabelle. Je nachdem, welche Punkte Sie betreffen, geht es auf anderen Seiten weiter.

Je nach Falltyp gehen Sie folgendermaßen vor:

- **Fall 1:** Sie sind sich in Bezug auf einen oder mehrere Aspekte nicht sicher, zu welchem Beruf sie besser passen. Kreuzen Sie die bedeutsamen Aspekte unten in der Tabelle an und bearbeiten Sie die entsprechenden Kapitel.
- **Fall 2:** In Bezug auf den einen Aspekt neigen Sie zum Beruf A, in Bezug auf einen anderen Aspekt zum Beruf B. Kreuzen Sie die bedeutsamen Aspekte unten in der Tabelle an und bearbeiten Sie die entsprechenden Kapitel.
- **Fall 3:** Sie möchten Ihre Entscheidung hinsichtlich sämtlicher bedeutsamer Aspekte überprüfen. Dann bearbeiten Sie sämtliche aufgelisteten Abschnitte.

Nachdem Sie das durch Ankreuzen zusammengestellte Programm bearbeitet haben, machen Sie auf S. 27 weiter.

	Entscheidungsgesichtspunkt	→ weiter auf ...
	Fähigkeiten	S. 6
	Arbeitsbedingungen des Berufs(feldes) (z.B. in Bezug auf Arbeitsplatzsicherheit, Freizeit, Kontakte mit Menschen usw.)	S. 10
	Werte und Lebensziele (z.B. Selbstverwirklichung, Vereinbarkeit Beruf / Familie, Geld, Macht usw.)	S. 13
	Persönlichkeitseigenschaften	S. 17
	Rahmenbedingungen der Ausbildung (z.B. hinsichtlich Dauer, Praxisnähe usw.)	S. 23

Die Ergebnisse der Einzelabschnitte, die Sie bearbeiten, sollten Sie immer in stichpunktartiger Form in dem Zusammenfassungsblatt C notieren, das dem Heft beiliegt. Diese Zusammenfassung dient Ihnen als Veranschaulichung der Ergebnisse. So auf den Punkt gebracht wird Ihnen vieles klarer.

Bevor Sie weitermachen, sollten Sie mit einem Lesezeichen diese Seite einmerken, denn sie enthält ja die Liste der Punkte, die Sie klären müssen.

Entscheidungsgesichtspunkt Fähigkeiten / Schwächen

Um zu klären, zu welchem Beruf Sie in Bezug auf Ihre Fähigkeiten (oder Schwächen) besser passen, gehen Sie folgendermaßen vor.

1. Schritt:

Sie finden auf der nächsten Seite eine Tabelle.

- **Als Erstes tragen Sie oben die zwei Berufe / Berufsfelder ein, zwischen denen Sie schwanken.**
- **Dann notieren Sie bei jedem Beruf(sfeld) die bis zu zehn wichtigsten Fähigkeiten, die man dort braucht.**

Sollten Sie jetzt merken, dass Sie sich vielleicht doch noch nicht gründlich genug mit den Berufsbildern befasst haben, um diese Fähigkeiten aufzulisten, müssen Sie hier leider Ihre Arbeit an dem Heft unterbrechen und sich erst über die Berufe genauer informieren (z.B. im BIZ). Sonst können Sie diesen Arbeitsschritt (und sicher auch die danach folgenden) nicht erfolgreich bewältigen.

Um es noch einmal deutlich zu sagen: Wer zum Typ C zählt, hat sich über einige Berufe, die er in die engere Wahl zieht, bereits recht gründlich informiert. Sie müssen über folgende Fragen – so ähnlich wie in diesem Abschnitt „Fähigkeiten“ – Informationen zusammengetragen haben:

- Arbeitsbedingungen
- mit dem Beruf vereinbare bzw. nicht vereinbare Werte und Lebensziele / Lebenspläne
- zum Beruf passende und nicht passende Persönlichkeitseigenschaften
- Ausbildungswege (und ihre Bedingungen) sowie Zugangsqualifikationen

Sollten Sie merken, dass Sie diesbezüglich zu wenig informiert sind, tun Sie Folgendes:

- Unterbrechen Sie die Arbeit an diesem Heft und informieren Sie sich gründlich über die Berufe (z.B. im BIZ oder im Rahmen berufskundlicher Informationsveranstaltungen beim Arbeitsamt oder an Ihrer Schule). Gehen Sie zum Berufsberater nur dann, wenn Sie zuvor die anderen Informationsquellen angezapft haben, aber bestimmte Fragen übrig bleiben.
- Notieren Sie die Ergebnisse bzw. nehmen Sie sich das Informationsmaterial, soweit möglich, mit.
- Setzen Sie erst jetzt die Arbeit mit dem Heft C fort.

2. Schritt:

- **Unterlegen Sie mit grüner Farbe die Fähigkeiten, über die Sie verfügen.**
- **Unterlegen Sie mit roter Farbe die Fähigkeiten, über die Sie nicht verfügen.**
- **Unterlegen Sie mit gelber Farbe die Fähigkeiten, bei denen Sie sich unsicher sind, ob Sie sie in hinreichendem Maße besitzen.**

Wie es dann weitergeht, erfahren Sie auf S. 8.

Beruf(sfeld) 1:	Beruf(sfeld) 2:

Klären Sie nun folgende Fragen:

Frage 1: Werden bei einem oder bei beiden Berufen / Berufsfeldern zentrale Fähigkeiten gefordert, über die Sie nicht verfügen? (rot unterlegte Begriffe)

Hier gibt es nun wiederum drei Möglichkeiten:

Möglichkeit 1: Manche Fähigkeiten (z.B. Ordentlichkeit, Pünktlichkeit) kann man selbst aufbauen, indem man gezielt trainiert und an sich selbst arbeitet, und zwar relativ schnell, wenn man hochmotiviert ist – z.B. weil man einen gewissen Beruf unbedingt ergreifen will.

Möglichkeit 2: Manche Fähigkeiten muss man mitbringen, kann sie in Ihrem Alter praktisch nicht mehr erwerben. Wer als Bauingenieur oder Bautechniker auf hohen Gerüsten herumklettern muss, aber absolut nicht schwindelfrei ist, sollte wirklich überlegen, ob er nicht eine andere Ingenieur-Sparte ins Auge fasst. Falls Sie sich jedoch nicht im Klaren sind, ob die fehlende Fähigkeit nachträglich (auch wenn es harte Arbeit bedeuten würde) zu erwerben ist, notieren Sie das bitte auf dem Zusammenfassungsblatt C / Teil 1 stichpunktartig (z.B. so: „Ingenieur – kann räumliches Vorstellungsvermögen trainiert werden? → Berufsberater fragen“). Dort sollen Sie nämlich alles notieren, was noch einer Abklärung bedarf.

Möglichkeit 3: Manche Fähigkeiten können auch in Ihrem Alter erworben werden, es setzt aber intensivere Arbeit an sich selbst voraus. Wer z.B. relativ schüchtern ist, aber einen Beruf ins Auge fasst, in dem man viel und direkt mit anderen Menschen zu tun hat, muss überlegen, ob er ein Selbstsicherheitstraining bei einem Psychologen machen will. Sollten Sie also unbedingt einen Beruf ergreifen wollen, in dem Ihnen eine wesentliche Fähigkeit fehlt, die nicht so leicht zu erwerben ist, dann notieren Sie diese fehlenden Fähigkeiten auf dem Zusammenfassungsblatt C / Teil 1 (wie am Ende von Möglichkeit 2 beschrieben!).

Frage 1: Bei welchem Beruf(sfeld) gibt es die größere Schnittmenge (= die meisten grün unterlegten Begriffe) zwischen Ihren Fähigkeiten und den vom Beruf(sfeld) her geforderten Fähigkeiten?

Frage 2: Werden bei einem oder bei beiden Berufen / Berufsfeldern zentrale Fähigkeiten gefordert, von denen Sie nicht sicher sind, ob Sie sie in ausreichendem Maße besitzen? (gelb unterlegte Begriffe)

Vor einer Entscheidung müssen Sie das natürlich abklären. Hierzu gibt es folgende Möglichkeiten:

- Sie befragen Menschen, die Sie gut kennen und einschätzen können (z.B. entsprechende Fachlehrer), ob Sie die Fähigkeit in hinreichendem Maße besitzen. Befragen Sie allerdings nicht nur eine Person – solche „weichen“ Urteile sind ja durchaus subjektiv gefärbt.
- Kontaktieren Sie einen Schulpsychologen oder einen Arbeitsamtspsychologen. Unter Umständen gibt es Tests, die die Fähigkeit messen.

Notieren Sie auf dem Zusammenfassungsblatt C / Teil 1 in Stichpunktform, dass Sie hier noch Nachforschungen anstellen müssen (z.B. so: „Ingenieur → Habe ich genug räumliches Vorstellungsvermögen? → Physik- und Mathelehrer fragen, Testtermin beim Schulpsychologen vereinbaren“). Sie können natürlich auch gleich z.B. einen Testtermin mit einem Psychologen vereinbaren und einstweilen an diesem Heft weiterarbeiten.

Frage 3: Zu welchem der Berufe bzw. Berufsfelder passen Sie am besten? (= am meisten grün unterlegte Begriffe und keine rot unterlegten, d.h. keine unvereinbaren Schwächen)

Notieren Sie das Ergebnis auf dem Zusammenfassungsblatt C / Teil 2 / Zeile 1. Was Sie dort notieren, kann allerdings nur ein vorläufiges Ergebnis sein, wenn Sie zu den o.g. Fragen 1 und 2 noch etwas abklären müssen.

Vielleicht stellen Sie jetzt auch fest, dass Sie wegen gewisser Schwächen zu keinem der beiden Berufe / Berufsfelder passen. Das ist sicherlich im Moment frustrierend, aber Sie werden so vielleicht vor einer verhängnisvollen Fehlentscheidung bewahrt. Am besten gehen Sie nun so vor: Kontaktieren Sie den Berufsberater und besprechen Sie mit ihm, ob es verwandte Berufe gibt, in denen vielleicht Ihr Fähigkeitsprofil genau richtig ist oder es mindestens zu keinen Konflikten kommt.

Entscheidungsgesichtspunkt Arbeitsbedingungen

„Arbeitsbedingungen eines Berufs“ sind Gesichtspunkte wie: zeitliche Belastung durch die Tätigkeit, zeitliche (Un-)Regelmäßigkeit der Arbeit, Abwechslungsreichtum usw.

Um zu klären, zu welchem Beruf Sie besser passen, was die dortigen Arbeitsbedingungen betrifft, gehen Sie folgendermaßen vor.

1. Schritt:

Sie finden auf der nächsten Seite eine Tabelle.

- **Als Erstes tragen Sie oben die zwei Berufe / Berufsfelder ein, zwischen denen Sie schwanken.**
- **Dann notieren Sie bei jedem Beruf(sfeld) die bis zu zehn markantesten Arbeitsbedingungen, die dort herrschen. (Um keinen wichtigen Punkt zu übersehen, steht unter der Tabelle als Anregung eine Liste.)**

Sollten Sie jetzt merken, dass Sie sich vielleicht doch noch nicht gründlich genug mit den Berufsbildern befasst haben, um diese Arbeitsbedingungen aufzulisten, müssen Sie hier leider Ihre Arbeit an dem Heft unterbrechen und sich erst über die Berufe genauer informieren (z.B. im BIZ). Sonst können Sie diesen Arbeitsschritt (und sicher auch die danach folgenden) nicht erfolgreich bewältigen.

Um es noch einmal deutlich zu sagen: Wer zum Typ C zählt, hat sich über einige Berufe, die er in die engere Wahl zieht, bereits recht gründlich informiert. Sie müssen über folgende Fragen – so ähnlich wie in diesem Abschnitt „Arbeitsbedingungen“ – Informationen zusammengetragen haben:

- erforderliche Fähigkeiten
- mit dem Beruf vereinbare bzw. nicht vereinbare Werte und Lebensziele / Lebenspläne
- zum Beruf passende und nicht passende Persönlichkeitseigenschaften
- Ausbildungswege (und ihre Bedingungen) sowie Zugangsqualifikationen

Sollten Sie merken, dass Sie diesbezüglich zu wenig informiert sind, tun Sie Folgendes:

- Unterbrechen Sie die Arbeit an diesem Heft und informieren Sie sich gründlich über die Berufe (z.B. im BIZ oder im Rahmen berufskundlicher Informationsveranstaltungen beim Arbeitsamt oder an Ihrer Schule). Gehen Sie zum Berufsberater nur dann, wenn Sie zuvor die anderen Informationsquellen angezapft haben, aber bestimmte Fragen übrig bleiben.
- Notieren Sie die Ergebnisse bzw. nehmen Sie sich das Informationsmaterial, soweit möglich, mit.
- Setzen Sie erst jetzt die Arbeit mit dem Heft C fort.

2. Schritt:

- **Unterlegen Sie mit grüner Farbe die Arbeitsbedingungen, die Sie akzeptieren.**
- **Unterlegen Sie mit roter Farbe die Arbeitsbedingungen, die Sie nicht akzeptieren können.**
- **Unterlegen Sie mit gelber Farbe die Arbeitsbedingungen, bei denen Sie sich unsicher sind, ob Sie sie akzeptieren können.**

Wie es dann weitergeht, erfahren Sie auf S. 12.

Beruf(sfeld) 1:	Beruf(sfeld) 2:

Checkliste zu Arbeitsbedingungen:

zeitliche Rahmenbedingungen	
Arbeitszeit – Dauer	klar begrenzt - offen und variabel
Arbeitszeit – Regelmäßigkeit	festgelegt – wechselnd
Vollzeit / Teilzeit	nur Vollzeit möglich – auch Teilzeit möglich
örtliche / räumliche Rahmenbedingungen	
Heimatkähe	heimatnah – heimatfern
räumliche Stabilität	wechselnde Einsatzorte - stabil an einem Ort
draußen/drinnen	viel draußen (z.B. im Freien, im Wald) - viel drinnen (z.B. im Büro, im Labor)
Reisen / Auslandsaufenthalte	Möglichkeit bzw. Notwendigkeit vieler Reisen bzw. Auslandsaufenthalte - normalerweise keine Reisen bzw. Auslandsaufenthalte im Rahmen des Berufs
Kontakt mit anderen Menschen im Rahmen der Berufstätigkeit	
Team / allein	viel Arbeit im Team - viel Arbeit alleine
Kontakt mit Kunden, Patienten, Klienten ...	häufiger und unmittelbarer Kontakt mit Kunden, Patienten, Klienten ... - seltener und nur mittelbarer (z.B. über Briefe) Kontakt mit Kunden, Patienten, Klienten ...
weitere Merkmale der Berufstätigkeit	
Arbeitsplatzsicherheit	absolut sicherer Arbeitsplatz – keine Arbeitsplatzsicherheit
Selbständigkeit / Entscheidungsfreiheit	große Selbständigkeit und Entscheidungsfreiheit - klar vorgegebene Arbeitsabläufe, eher keine selbständigen Entscheidungen möglich
Abwechslungsreichtum	abwechslungsreich - viele Routinetätigkeiten

Klären Sie nun folgende Fragen:

Frage 1: Existieren bei einem oder bei beiden Berufen / Berufsfeldern Arbeitsbedingungen, die Sie nicht akzeptieren können? (rot unterlegte Begriffe)

An sich bedeutet das, dass dieser Beruf ausscheidet. Sie haben nur zwei weitere Alternativen:

- Möglichkeit 1: Sie überlegen, ob Sie sich nicht doch vielleicht (wenn auch zähneknirschend) mit der Arbeitsbedingung arrangieren wollen und Ihr Urteil zu revidieren. Allerdings kann das im Berufsalltag schon zum Problem werden, vor allem wenn es sich um eine zentrale Arbeitsbedingung handelt, mit der Sie nicht leicht fertig werden.
- Möglichkeit 2: Sie forschen nach, ob es im Rahmen eines Berufsfeldes konkrete Stellen gibt, bei denen die Arbeitsbedingungen diesbezüglich anders sind. Für diesen Fall notieren Sie sich auf dem Zusammenfassungsblatt C / Teil 1 stichpunktartig, dass Sie hier Erkundigungen einziehen müssen (z.B. so: „Journalist → Arbeitsbedingung „Hektik“ vermeidbar? → Berufsberater fragen, bei verschiedenen Zeitungen anrufen und Erkundigungen einziehen“). Allerdings schränken Sie natürlich so die Zahl möglicher Arbeitsplätze später sehr stark ein und gehen somit ein hohes Risiko ein.

Frage 2: Existieren bei einem oder bei beiden Berufen / Berufsfeldern Arbeitsbedingungen, bei denen Sie unsicher sind, ob Sie sie akzeptieren können? (gelb unterlegte Begriffe)

Vor einer Entscheidung müssen Sie das natürlich abklären. Hierzu gibt es folgende Möglichkeiten:

- Sie befragen Menschen, die Sie gut kennen und einschätzen können (z.B. entsprechende Fachlehrer), ob Sie mit der betroffenen Arbeitsbedingung zurecht kommen würden. Befragen Sie allerdings nicht nur eine Person – solche „weichen“ Urteile sind ja durchaus subjektiv gefärbt.
- Sie versuchen in den Ferien in einem Betrieb bzw. einer Einrichtung ein Praktikum oder einen Ferienjob zu machen, um die Atmosphäre des entsprechenden Berufsfeldes erfahren zu können. Solange müssen Sie natürlich die endgültige Berufswahl hinausschieben.

Einstweilen notieren Sie auf dem Zusammenfassungsblatt C / Teil 1 in Stichpunktform, dass Sie hier noch etwas klären müssen, und arbeiten ansonsten in diesem Heft weiter.

Frage 3: Zu welchem der Berufe bzw. Berufsfelder passen Sie am besten? (= am meisten grün unterlegte Begriffe und keine rot unterlegten, d.h. keine unvereinbaren Arbeitsbedingungen)

Notieren Sie das Ergebnis auf dem Zusammenfassungsblatt C / Teil 2 / Zeile 2. Was Sie dort notieren, kann allerdings nur ein vorläufiges Ergebnis sein, wenn Sie zu den o.g. Fragen 1 und 2 noch etwas abklären müssen.

Vielleicht stellen Sie jetzt auch fest, dass Sie wegen bestimmter vorgegebener Arbeitsbedingungen zu keinem der beiden Berufe / Berufsfelder passen. Das ist sicherlich im Moment frustrierend, aber Sie werden so vielleicht vor einer verhängnisvollen Fehlentscheidung bewahrt. Am besten gehen Sie nun so vor: Kontaktieren Sie den Berufsberater und besprechen Sie mit ihm, ob es verwandte Berufe gibt, in denen die üblichen Arbeitsbedingungen eher Ihren Wünschen entsprechen.

Entscheidungsgesichtspunkt Werte und Lebensziele

„Werte und Lebensziele“ sind Gesichtspunkte wie: Freiheit, Selbstverwirklichung, Vereinbarkeit Beruf / Familie, Geld, Macht usw. Solche Werte sind für die Berufswahl sehr wichtig. Wer z.B. Macht verabscheut, aber einen Beruf wählt, der zwangsläufig mit Macht verbunden ist (z.B. der des Lehrers!), wird sich in diesem Beruf immer wieder selbst im Wege stehen und letztlich mit seinem Beruf weder glücklich sein noch Erfolg ihm haben.

Damit Sie in diesem Kapitel zu einer Reflexion in der Lage sind, müssen Sie

- zum einen wissen, was Ihre persönlichen Werte und Lebensziele sind,
- zum anderen so viel über die Berufe wissen, dass Sie in der Lage sind, die Vereinbarkeit Ihrer Lebensziele und Werte mit den Charakteristika des Berufs zu überprüfen.

Um zu klären, zu welchem Beruf Sie besser passen, was die dortigen Arbeitsbedingungen betrifft, gehen Sie folgendermaßen vor.

1. Schritt:

Sie finden auf der übernächsten Seite (S. 15) eine Tabelle.

- **Als Erstes tragen Sie in die rechten beiden Spaltengruppen die zwei Berufe / Berufsfelder ein, zwischen denen Sie schwanken.**
- **Dann notieren Sie in der linken Spalte die bis zu zehn Werte / Lebensziele, die für Sie am wichtigsten sind.**
- **Entscheiden Sie nun bei jedem Wert / Lebensziel, ob Sie den Wert bzw. das Lebensziel in einem Beruf verwirklichen können oder nicht, und setzen Sie ein Kreuz ins entsprechende Feld der Tabelle.**

Vielleicht fällt es Ihnen im ersten Moment schwer, Ihre zehn wichtigsten Werte zu finden. Als Hilfe nennen wir Ihnen im Folgenden typische Werte und Lebensziele. Entscheiden Sie sich für bis zu maximal zehn und übertragen Sie diese in die Tabelle. Fehlt ein wichtiger Gesichtspunkt, der Ihnen einfällt, hat dieser natürlich Vorrang bei der Erstellung Ihrer persönlichen Werteliste.

Beispiele für Werte:

Freiheit, Entscheidungsbefugnis, Kreativität, Wissensdurst/Erkenntnisgewinn, möglichst wenig Stress, Zeit für viele Freizeitaktivitäten, Vereinbarkeit von Familie/Kindern und Beruf, Sicherheit, Selbstverwirklichung, die Welt kennen lernen, viel erleben, Spaß, Erfolg, Prestige/Anerkennung, Aufstiegschancen/Karriere, Macht, möglichst hohes Einkommen ...

Sollte es Ihnen immer noch schwer fallen, in Bezug auf Ihr persönliches Werteprofil Aussagen zu treffen, gehören Sie, genau betrachtet, mindestens in diesem Bereich zum Typ A der Berufswahlentscheidung. Sollten Sie jetzt merken, dass Sie sich vielleicht doch noch nicht gründlich genug mit den Berufsbildern befasst haben, um die Vereinbarkeit von Werten/Lebenszielen und Berufen aufzulisten, müssen Sie hier leider Ihre Arbeit an dem Heft unterbrechen und sich erst über die Berufe genauer informieren (z.B. im BIZ). Sonst können Sie diesen Arbeitsschritt (und sicher auch die danach folgenden) nicht erfolgreich bewältigen.

Um es noch einmal deutlich zu sagen: Wer zum Typ C zählt, hat sich über einige Berufe, die er in die engere Wahl zieht, bereits recht gründlich informiert. Sie müssen über folgende Fragen – so ähnlich wie in diesem Abschnitt „Werte / Lebensziele“ – Informationen zusammengetragen haben:

- erforderliche Fähigkeiten
- für den Beruf typische Arbeitsbedingungen
- zum Beruf passende und nicht passende Persönlichkeitseigenschaften

- Ausbildungswege (und ihre Bedingungen) sowie Zugangsqualifikationen

Sollten Sie merken, dass Sie diesbezüglich zu wenig informiert sind, tun Sie Folgendes:

- Unterbrechen Sie die Arbeit an diesem Heft und informieren Sie sich gründlich über die Berufe (z.B. im BIZ oder im Rahmen berufskundlicher Informationsveranstaltungen beim Arbeitsamt oder an Ihrer Schule). Gehen Sie zum Berufsberater nur dann, wenn Sie zuvor die anderen Informationsquellen angezapft haben, aber bestimmte Fragen übrig bleiben.
- Notieren Sie die Ergebnisse bzw. nehmen Sie sich das Informationsmaterial, soweit möglich, mit.
- Setzen Sie erst jetzt die Arbeit mit dem Heft C fort.

2. Schritt:

- **Unterlegen Sie mit grüner Farbe die angekreuzten Felder der mittleren Spalte „Diese Werte kann ich verwirklichen im Beruf(sfeld) ...“.**
- **Unterlegen Sie mit gelber Farbe diejenigen angekreuzten Felder der rechten Spalte „Diese Werte kann ich nicht verwirklichen im Beruf(sfeld) ...“, wenn es sich um Werte / Lebensziele handelt, die doch nicht von so zentraler Bedeutung für Sie sind.**
- **Unterlegen Sie mit roter Farbe diejenigen angekreuzten Felder der rechten Spalte „Diese Werte kann ich nicht verwirklichen im Beruf(sfeld) ...“, wenn es um Werte / Lebensziele geht, die für Sie von sehr hoher Bedeutung sind.**

Wie es dann weitergeht, erfahren Sie auf S. 16.

Klären Sie nun folgende Fragen:

Frage 1: Lassen sich bei einem oder bei beiden Berufen / Berufsfeldern zentrale Werte und Lebensziele nicht verwirklichen? (rot unterlegte Begriffe)

An sich bedeutet das, dass dieser Beruf ausscheidet. Sie haben höchstens noch zwei weitere Alternativen:

- Alternative 1: Sie überlegen, ob Sie sich nicht doch vielleicht (wenn auch zähneknirschend) damit arrangieren wollen, dass Sie einen Wert oder ein Lebensziel in einem Beruf nicht verwirklichen können. Vielleicht gibt es ja auch die Möglichkeit, diese Werte / Lebensziele außerhalb des Berufs zu realisieren. Allerdings kann ein Konflikt Wert – Beruf im Berufsalltag schon zum Problem werden, vor allem wenn es sich um eine zentrale Werte handelt. Sie gehen, wenn Sie den Beruf trotzdem wählen, ein Risiko ein, das Ihnen bewusst sein sollte.
- Alternative 2: Sie forschen nach, ob es im Rahmen eines Berufsfeldes konkrete Stellen gibt, bei denen sich entsprechende Werte vielleicht doch verwirklichen lassen. Für diesen Fall notieren Sie sich auf dem Zusammenfassungsblatt C / Teil 1 stichpunktartig, dass Sie hier Erkundigungen einziehen müssen (z.B. so: „Betriebswirt → Gibt es Stellen, in denen Zeit für viele Freizeitaktivitäten besteht? → Berufsberater fragen“). Allerdings schränken Sie natürlich so die Zahl möglicher Arbeitsplätze später sehr stark ein und gehen ein hohes Risiko ein.

Frage 2: Zu welchem der Berufe bzw. Berufsfelder passen Sie mit Ihren Lebenszielen und Werten am besten? (= am meisten grün unterlegte Felder, nur ein oder zwei gelb unterlegte Felder und keine rot unterlegten Felder)

Notieren Sie das Ergebnis auf dem Zusammenfassungsblatt C / Teil 2 / Zeile 3. Was Sie dort notieren, kann allerdings nur ein vorläufiges Ergebnis sein, wenn Sie zu der o.g. Frage 1 noch etwas abklären müssen.

Vielleicht stellen Sie jetzt auch fest, dass Sie wegen eines Konflikts zwischen Ihren Werten / Lebenszielen und Berufsmerkmalen zu keinem der beiden Berufe / Berufsfelder passen. Das ist sicherlich im Moment frustrierend, aber Sie werden so vielleicht vor einer verhängnisvollen Fehlentscheidung bewahrt. Am besten gehen Sie nun so vor: Kontaktieren Sie den Berufsberater und besprechen Sie mit ihm, ob es verwandte Berufe gibt, in denen Sie Ihre Werte und Lebensziele besser realisieren können.

Entscheidungsgesichtspunkt Persönlichkeitseigenschaften

Hier geht es um Eigenschaften wie Pflichtbewusstsein, Gutmütigkeit, Spontaneität, Neigung zur Hektik usw. Nicht jeder kann von seiner Persönlichkeit her jeden Beruf ergreifen. Beispiel Anwalt: Wer sehr schüchtern ist, wenig Entscheidungsfreude besitzt bzw. nicht gerne die Partei für eine Seite ergreift oder Probleme und Konflikte vor allem mit dem Gefühl angeht, sollte lieber nicht Anwalt werden. Denn Anwälte müssen nun einmal offen auf andere zugehen, ganz zu ihrem Klienten stehen und die Probleme eher verstandesmäßig betrachten.

Damit Sie in diesem Kapitel zu einer Reflexion in der Lage sind, müssen Sie

- zum einen wissen, was Ihre hervorstechenden Persönlichkeitseigenschaften sind,
- zum anderen so viel über die Berufe wissen, dass Sie in der Lage sind, die Vereinbarkeit Ihrer Persönlichkeitseigenschaften mit den Anforderungen des Berufs zu überprüfen.

Um zu klären, zu welchem Beruf Sie besser passen, was die erforderlichen Persönlichkeitseigenschaften betrifft, gehen Sie folgendermaßen vor.

1. Schritt:

Sie finden auf der übernächsten Seite (S. 19) eine Tabelle.

- **Als Erstes tragen Sie in die drei rechten Spaltengruppen die zwei Berufe / Berufsfelder ein, zwischen denen Sie schwanken.**
- **Dann notieren Sie in der linken Spalte die bis zu acht Persönlichkeitseigenschaften, die Sie am besten charakterisieren.** (z.B. „absoluter Gefühlsmensch“, „sehr lockerer Umgang mit Pflichten“, „eher schweigsam“, „eher spontan“ usw.).
- **Entscheiden Sie nun bei jeder Persönlichkeitseigenschaft, ob sie zu einem Beruf(sfeld) passt bzw. sogar notwendig ist oder nicht passt oder in dem Beruf(sfeld) zwar bedeutungslos, aber auch nicht störend ist.**

Um diesen Schritt durchführen zu können, müssen Sie natürlich in der Lage sein, sich selbst zu charakterisieren. Sollte Ihnen das spontan schwer fallen, finden Sie als Hilfe auf Seite 21 einen Selbsteinschätzungsbogen. Kreuzen Sie jeweils die Antwortkategorie an, die am besten auf Sie zutrifft. Seien Sie dabei ehrlich, d.h. versuchen Sie nicht, sich so zu beschreiben, wie Sie gerne wären, sondern geben Sie an, wie Sie sind.

Sollte es Ihnen dann immer noch schwer fallen, in Bezug auf Ihr Persönlichkeitsprofil Aussagen zu treffen, gehören Sie, genau betrachtet, mindestens in diesem Bereich zum Typ A der Berufswahlentscheidung. Sollten Sie außerdem merken, dass Sie sich vielleicht doch noch nicht gründlich genug mit den Berufsbildern befasst haben, um die Vereinbarkeit von Persönlichkeitseigenschaften und Berufen einschätzen zu können, müssen Sie hier leider Ihre Arbeit an dem Heft unterbrechen und sich erst über die Berufe genauer informieren (z.B. im BIZ). Sonst können Sie diesen Arbeitsschritt (und sicher auch die danach folgenden) nicht erfolgreich bewältigen.

Um es noch einmal deutlich zu sagen: Wer zum Typ C zählt, hat sich über einige Berufe, die er in die engere Wahl zieht, bereits recht gründlich informiert. Sie müssen über folgende Fragen – so ähnlich wie in diesem Abschnitt „Persönlichkeitseigenschaften“ – Informationen zusammengetragen haben:

- erforderliche Fähigkeiten
- für den Beruf typische Arbeitsbedingungen
- in einem Beruf verwirklichte Werte und Lebensziele
- Ausbildungswege (und ihre Bedingungen) sowie Zugangsqualifikationen

Sollten Sie merken, dass Sie diesbezüglich zu wenig informiert sind, tun Sie Folgendes:

- Unterbrechen Sie die Arbeit an diesem Heft und informieren Sie sich gründlich über die Berufe (z.B. im BIZ oder im Rahmen berufskundlicher Informationsveranstaltungen beim Arbeitsamt oder an Ihrer Schule). Gehen Sie zum Berufsberater nur dann, wenn Sie zuvor die anderen Informationsquellen angezapft haben, aber bestimmte Fragen übrig bleiben.
- Notieren Sie die Ergebnisse bzw. nehmen Sie sich das Informationsmaterial, soweit möglich, mit.
- Setzen Sie erst jetzt die Arbeit mit dem Heft C fort.

2. Schritt:

- **Unterlegen Sie mit grüner Farbe die angekreuzten Felder der Spalte „Diese Eigenschaft ist passend bzw. notwendig für Beruf(sfeld) ...“.**
- **Unterlegen Sie mit roter Farbe diejenigen angekreuzten Felder der Spalte „Diese Eigenschaft passt nicht zum Beruf(sfeld) ...“.**

Wie es dann weitergeht, erfahren Sie auf S. 20.

Klären Sie nun folgende Fragen:

Frage 1: Passen wesentliche Persönlichkeitseigenschaften von Ihnen nicht zu einem oder beiden Berufen / Berufsfeldern? (rot unterlegte Begriffe)

An sich bedeutet das, dass dieser Beruf ausscheidet. Sie haben höchstens noch zwei Möglichkeiten:

- Möglichkeit 1: Vielleicht denken Sie jetzt: „Na ja, unter Umständen kann ich mich doch auch noch ändern, oder ich arbeite gezielt daran, z.B. nicht mehr so jähzornig zu sein.“ Grundsätzlich ist das, was Sie denken, richtig, aber: Persönlichkeitseigenschaften sind etwas, was sich nicht von heute auf morgen ändern lässt, und oft braucht es dazu auch eine regelrechte Therapie. Von daher ist es fraglich, ob Sie die Berufsentscheidung, die Sie ja relativ bald treffen müssen, auf die Hoffnung auf eine Veränderung Ihrer Persönlichkeit bauen sollten. Sicherer ist es, das als Grundlage zu nehmen, was jetzt ist – in späteren Jahren können Sie ja durchaus nach einer Änderung Ihrer Persönlichkeit noch innerhalb eines ergriffenen Berufs(feldes) Positionen suchen, die dann besser zu Ihrer „neuen“ Persönlichkeit passen.
- Möglichkeit 2: Sie forschen nach, ob es im Rahmen eines Berufsfeldes konkrete Stellen gibt, bei denen entsprechende Persönlichkeitseigenschaften vielleicht doch nicht stören. Für diesen Fall notieren Sie sich auf dem Zusammenfassungsblatt C / Teil 1 stichpunktartig, dass Sie hier Erkundigungen einziehen müssen (z.B. so: „Journalist → Gibt es Stellen, in denen meine Schweigsamkeit nicht stört? → Berufsberater fragen“). Allerdings schränken Sie natürlich so die Zahl möglicher Arbeitsplätze später sehr stark ein und gehen ein hohes Risiko ein.

Frage 2: Zu welchem der Berufe bzw. Berufsfelder passen Sie mit Ihren Persönlichkeitseigenschaften am besten? (= am meisten grün unterlegte Felder, keine rot unterlegten Felder)

Notieren Sie das Ergebnis auf dem Zusammenfassungsblatt C / Teil 2 / Zeile 4. Was Sie dort notieren, kann allerdings nur ein vorläufiges Ergebnis sein, wenn Sie zu der o.g. Frage 1 noch etwas abklären müssen.

Vielleicht stellen Sie jetzt auch fest, dass Sie wegen einer oder zweier Persönlichkeitseigenschaften zu keinem der beiden Berufe / Berufsfelder passen. Das ist sicherlich im Moment frustrierend, aber Sie werden so vielleicht vor einer verhängnisvollen Fehlentscheidung bewahrt. Am besten gehen Sie nun so vor: Kontaktieren Sie den Berufsberater und besprechen Sie mit ihm, ob es verwandte Berufe gibt, in denen vielleicht Ihr Persönlichkeitsprofil genau richtig ist oder es mindestens zu keinen Konflikten kommt.

Anhang: Selbsteinschätzungsfragebogen

	Die linke Aussage trifft ganz zu.	Die linke Aussage trifft eher zu.	Die Wahrheit liegt in der Mitte.	Die rechte Aussage trifft eher zu.	Die rechte Aussage trifft ganz zu.	
Ich werde leicht jähzornig und wütend.						Mich macht nichts so leicht wütend.
Ich bin leicht aus der Ruhe zu bringen.						Ich bewahre praktisch immer die Ruhe.
Ich bin leicht für etwas zu begeistern.						Ich bin nur sehr schwer für etwas zu begeistern.
Ich bin ruhig und bedacht.						Ich bin eher hektisch und immer auf Trab.
Ich bin eher ein Gefühlsmensch.						Ich bin eher ein Kopfmensch.
Ich gerate schnell in einen Konkurrenzkampf mit jemandem.						Ich lasse mich nicht in Konkurrenzkämpfe hineinziehen.
Ich rede gern und viel.						Ich bin ein schweigsamer Mensch.
Ich bin im Kontakt mit anderen sehr selbstsicher.						Ich bin im Kontakt mit anderen sehr schüchtern.
Ich bin lieber in Gruppen.						Ich bin lieber alleine.
Ich konzentriere mich auf ein oder zwei Beziehungen zu anderen.						Ich habe es am liebsten, möglichst viele Beziehungen zu anderen zu haben.
Ich bin gutmütig und vertrauensselig.						Ich bin vorsichtig und misstrauisch.
Ich bin sehr zuverlässig.						Ich bin sehr unzuverlässig.
Ich bemühe mich, jede Norm und Regel einzuhalten.						Ich gehe sehr locker mit Normen und Regeln um.
Ich bin sehr pflichtbewusst.						Ich gehe mit Pflichten sehr locker um.
Ich versuche mit Autoritäten gut auszukommen.						Ich gehe mit Autoritäten gerne in Konfrontation.
Ich bin gewissenhaft – pedantisch.						Ich bin locker und nehme nichts sehr genau.
Ich bin aktiv-engagiert.						Ich bin passiv-zurückgezogen.
Ich bin entscheidungsfreudig.						Ich tue mich mit Entscheidungen sehr schwer.
Ich bin sehr aggressiv.						Ich bin sehr defensiv.
Ich bin vielseitig interessiert.						Ich konzentriere mich mit meinem Interesse auf einen oder sehr wenige Punkte.
Ich bin spontan.						Ich gehe immer geplant vor.
Ich bin kreativ-einfallreich.						Ich tue mich sehr schwer, Ideen zu entwickeln.

→ Zurück auf S. 17!

Entscheidungsgesichtspunkt Ausbildungsbedingungen

Die Ausbildungen für Berufe unterscheiden sich natürlich sehr. Die eine dauert länger, die andere kürzer. Die eine ist in Heimatnähe möglich, die andere erzwingt (oder ermöglicht – je nach Sichtweise!) den Umzug in eine weit entfernte Stadt oder gar in ein anderes Land. Und so weiter ... In diesem Bereich gibt es selbstverständlich keine objektiv „guten“ und „schlechten“ Einstellungen, sondern nur persönliche Vorlieben und Neigungen.

Damit Sie in diesem Kapitel zu einer Reflexion in der Lage sind, müssen Sie

- zum einen wissen, welche Ausbildungsbedingungen Sie wünschen bzw. in Kauf zu nehmen bereit sind,
- zum anderen so viel über die Berufe wissen, dass Sie in der Lage sind, die Vereinbarkeit Ihrer Wünschen mit den Merkmalen der Berufsausbildungswege zu überprüfen.

Vorneweg noch eines: Wir gehen davon aus, dass Sie die Frage, ob Sie sich eine Ausbildung finanziell leisten können, bereits abgeklärt haben. Sollten Sie diesbezüglich noch keine Überlegungen angestellt haben, empfehlen wir Ihnen, sich beim Beratungslehrer das Heft B 2 zu besorgen; dort steht eine Anleitung, wie Sie bei dieser Frage weiterkommen.

Um zu klären, zu welchem Beruf Sie besser passen, was die Ausbildungsbedingungen betrifft, gehen Sie folgendermaßen vor.

1. Schritt:

Sie finden auf der übernächsten Seite (S. 24) eine Tabelle.

- **Als Erstes tragen Sie in die rechten beiden Spaltengruppe die zwei Berufe / Berufsfelder ein, zwischen denen Sie schwanken, und notieren dann daneben noch die Ausbildungswege, die jeweils geboten sind bzw. die Sie in Erwägung ziehen.**
- **Dann notieren Sie in der linken Spalte bis zu acht Erwartungen und Wünsche in Bezug auf Ausbildungsbedingungen ein, die für Sie am wichtigsten sind.** (z.B. „heimatnah“, „wissenschaftlich“, „Auslandsaufenthalt vorgesehen“ usw.).
- **Entscheiden Sie nun bei jedem Ihrer Wünsche, ob er zu einem Ausbildungsweg passt (dann setzen Sie ein Pluszeichen ins entsprechende Feld) oder nicht passt (Minuszeichen) oder zwar eher unerwünscht ist, von Ihnen aber hingenommen werden kann (Plus- und Minuszeichen setzen).**

Um diesen Schritt durchführen zu können, müssen Sie natürlich in der Lage sein, Ihre Wünsche aufzulisten. Sollte Ihnen das spontan schwer fallen, finden Sie als Hilfe auf Seite 26 einen Selbsteinschätzungsbogen. Kreuzen Sie jeweils die Antwortkategorie an, die am besten auf Sie zutrifft.

Sollte es Ihnen dann immer noch schwer fallen, in Bezug auf Ihr Persönlichkeitsprofil Aussagen zu treffen, gehören Sie, genau betrachtet, mindestens in diesem Bereich zum Typ A der Berufswahlentscheidung. Sollten Sie außerdem merken, dass Sie sich vielleicht doch noch nicht gründlich genug mit den Berufsbildern befasst haben, um die Vereinbarkeit von Persönlichkeitseigenschaften und Berufen einschätzen zu können, müssen Sie hier leider Ihre Arbeit an dem Heft unterbrechen und sich erst über die Berufe genauer informieren (z.B. im BIZ). Sonst können Sie diesen Arbeitsschritt (und sicher auch die danach folgenden) nicht erfolgreich bewältigen.

Um es noch einmal deutlich zu sagen: Wer zum Typ C zählt, hat sich über einige Berufe, die er in die engere Wahl zieht, bereits recht gründlich informiert. Sie müssen über folgende Fragen – so ähnlich wie in diesem Abschnitt „Ausbildungsbedingungen“ – Informationen zusammengetragen haben:

- erforderliche Fähigkeiten
- für den Beruf typische Arbeitsbedingungen
- in einem Beruf verwirklichtbare Werte und Lebensziele
- im Beruf erforderliche Persönlichkeitseigenschaften

Sollten Sie merken, dass Sie diesbezüglich zu wenig informiert sind, tun Sie Folgendes:

- Unterbrechen Sie die Arbeit an diesem Heft und informieren Sie sich gründlich über die Berufe (z.B. im BIZ oder im Rahmen berufskundlicher Informationsveranstaltungen beim Arbeitsamt oder an Ihrer Schule). Gehen Sie zum Berufsberater nur dann, wenn Sie zuvor die anderen Informationsquellen angezapft haben, aber bestimmte Fragen übrig bleiben.
- Notieren Sie die Ergebnisse bzw. nehmen Sie sich das Informationsmaterial, soweit möglich, mit.
- Setzen Sie erst jetzt die Arbeit mit dem Heft C fort.

2. Schritt:

- **Unterlegen Sie mit grüner Farbe die Felder mit Pluszeichen.**
- **Unterlegen Sie mit gelber Farbe die Felder, die sowohl ein Plus- als auch ein Minuszeichen enthalten.**
- **Unterlegen Sie mit roter Farbe die Felder mit einem Minuszeichen.**

Wie es dann weitergeht, erfahren Sie auf S. 25.

Persönlichkeits- eigenschaften	Beruf(sfeld) 1:			Beruf(sfeld) 2:		
	AW 1:	AW 2:	AW 3:	AW 1:	AW 2:	AW 3:

AW = Ausbildungsweg (z.B. Lehre, Fachschulausbildung, FH-Studium, Uni-Studium, Studium an privater Uni)

Klären Sie nun folgende Fragen:

Frage 1: Passen wesentliche Ausbildungsbedingungen nicht zu einem oder mehreren Ausbildungswegen? (rot unterlegte Begriffe)

An sich bedeutet das, dass dieser Ausbildungsweg ausscheidet. Sie haben höchstens noch die Möglichkeit, zu überlegen, ob Sie sich nicht doch vielleicht (wenn auch zähneknirschend) mit einer Ausbildungsbedingung arrangieren wollen. Allerdings kann ein solches zähneknirschendes Arrangement während der Ausbildung schon zum erheblichen Problem werden, vor allem wenn es sich um eine zentrale Werte handelt. Sie gehen, wenn Sie den Beruf trotzdem wählen, ein Risiko ein, das Ihnen bewusst sein sollte.

Frage 2: Zu welchem der Ausbildungswege passen Sie mit Ihren Wünschen am besten? (= am meisten grün unterlegte Felder, nur einige gelb unterlegte Felder, keine rot unterlegten Felder)

Notieren Sie das Ergebnis auf dem Zusammenfassungsblatt C / Teil 2 / Zeile 5.

Vielleicht stellen Sie jetzt auch fest, dass nun z.B. wegen der Ausbildungsbedingungen nicht nur ein bestimmter Ausbildungsgang, sondern sogar einer der beiden Berufe / Berufsfelder ausscheidet (oder gar beide ausscheiden!). Das ist sicherlich im Moment frustrierend, aber Sie werden so vielleicht vor einer verhängnisvollen Fehlentscheidung bewahrt. Am besten gehen Sie nun so vor: Kontaktieren Sie den Berufsberater und besprechen Sie mit ihm, ob es verwandte Berufe gibt, in denen Ihre Wünsche zu den Ausbildungsbedingungen besser verwirklicht werden. Vielleicht weiß der Berufsberater sogar einen Ausbildungsweg zu einem Wunschberuf, den Sie noch gar nicht kennen – in diesem Bereich gibt es ja laufend sehr viele Neuerungen.

Selbsteinschätzungsfragebogen in Bezug auf Wünsche zu den Ausbildungsbedingungen

Unten finden Sie eine Tabelle mit verschiedenen Ausbildungsbedingungen. Überlegen Sie bei jeder, wie Sie zu ihr stehen, und kreuzen Sie die entsprechende Antwortkategorie an.

Antworten Sie nur so, wie es Ihrer persönlichen Meinung entspricht.

	eindeutig das links stehende Merkmal	eher das links stehende Merkmal	Mischung aus beiden Merkmalen	eher das rechts stehende Merkmal	eindeutig das rechts stehende Merkmal		Punkt, der mir egal ist
Rahmenbedingungen der Ausbildung / des Studiums für den Beruf							
möglichst kurz						möglichst lange	
heimatnah						heimatfern	
Möglichkeit / Notwendigkeit zum Auslandsaufenthalt während der Ausbildung						möglichst kein Auslandsaufenthalt während der Ausbildung	
möglichst klar strukturiert und schulähnlich						möglichst offen und wenig Ähnlichkeit mit schulischer Ausbildung	
möglichst praxisbezogen						möglichst wissenschaftlich-theoretisch	
Ausbildung mit möglichst engem Bezug zur späteren Tätigkeit						breit angelegte Ausbildung, die mich möglichst wenig festlegt, was die spätere Tätigkeit betrifft	
Ausbildung kann zeitlich sehr belastend sein						Ausbildung soll möglichst viel Freizeit bieten	
Ausbildung im Rahmen einer Lehre oder einer Berufsfachschule						universitäre Ausbildungsform	
Ausbildung, bei der man bereits Geld verdient						Ausbildung, bei der man kein Geld verdient	

Der Entscheidung näher kommen

Nehmen Sie Ihr Zusammenfassungsblatt C zur Hand.

Zunächst müssen Sie evtl. noch offene Fragen klären, die Sie im Teil 1 des Zusammenfassungsblattes notiert haben. Organisieren Sie das jetzt und modifizieren Sie auf der Basis der eingeholten Informationen ggf. die Ergebnisse, zu denen Sie im jeweils bearbeiteten Abschnitt gekommen sind.

Wenn alle offenen Fragen geklärt sind, betrachten Sie Teil 2 des Zusammenfassungsblattes.

Nun gibt es folgende Möglichkeiten:

Möglichkeit 1:

Durch die getane Arbeit ist Ihnen jetzt eindeutig klar, zu welchem Beruf(sfeld) Sie besser passen, und Sie haben auch keine Zweifel mehr. Herzlichen Glückwunsch – Sie haben es geschafft.

Möglichkeit 2:

Es wird Ihnen zwar deutlich, zu welchem Beruf(sfeld) Sie besser passen, aber Sie haben doch noch etwas Zweifel. Lassen Sie zunächst einmal die Arbeit an diesem Heft ruhen und schauen Sie sich das Ergebnis in ein paar Tagen nochmals an. Bleiben dann die Zweifel, machen Sie auf S. 28 weiter.

Möglichkeit 3:

Die Dilemma-Situation, in der Sie zu Beginn der Arbeit mit diesem Heft steckten, ist immer noch nicht beseitigt. Der Weg, Ihr Entscheidungsproblem mit Hilfe eines Selbsterkundungsprogramms zu lösen, ist offensichtlich ausgeschöpft. Auf S. 32 erhalten Sie Hinweise, welche anderen Wege Sie gehen können.

Umgang mit typischen Problemen beim Entscheidungsprozess

Ihnen fällt die Entscheidung noch schwer, obwohl Sie umfassend Informationen gesammelt und ausgewertet haben. Welches der im Folgenden genannten Entscheidungsprobleme trifft Ihre Situation am ehesten?

- Zweifel, ob sie tatsächlich genug über den oder die Berufe wissen, um eine Entscheidung treffen zu können (→ weiter auf S. 29)
- Zweifel, ob der Beruf wirklich das ist, was *Sie* machen wollen, oder ob Sie sich zu sehr von bestimmten Personen oder Informationen haben beeinflussen lassen (→ weiter auf S.31)

Lesen Sie die entsprechenden Abschnitte um weiterzukommen!

Es kann übrigens sein, dass Sie erst jetzt darauf stoßen, dass Sie sich mit gewissen Aspekten der Berufswahl bislang doch zu wenig auseinander gesetzt haben. Wenn das der Fall ist, müssen Sie einen Schritt zurück tun. Hinweise dazu in den folgenden Abschnitten!

Weiß ich genug über den Beruf, um eine Entscheidung treffen zu können?

Wir gehen davon aus, dass Sie sich bereits sehr gründlich mit den Berufen beschäftigt haben und nicht nur wissen, was man über einen Beruf so von Freunden oder aus den Massenmedien erfährt. Sollte Ihr Informationsstand tatsächlich nicht größer sein, ist klar, was zu tun ist: Sie müssen sich erst einmal im BIZ, beim Arbeitsamt, bei berufskundlichen Veranstaltungen usw. kundig machen.

Hier geht es vielmehr um diejenigen von Ihnen, die unter Umständen durch die Beschäftigung mit diesem Programm bzw. mit berufskundlichem Material Zweifel entwickelt haben.

Auf der nächsten Seite (→ S. 30) finden Sie eine Tabelle, mit deren Hilfe Sie vielleicht weiterkommen.

Tragen Sie zu jeder Ihrer Berufs(feld)alternativen stichpunktartig ein,

- hinsichtlich welcher Aspekte Sie sich gut informiert fühlen (mittlere Spalte) und
- hinsichtlich welcher Aspekte Sie noch Informationen brauchen (rechte Spalte).

Unterhalb der Tabelle finden Sie eine Liste von stichpunktartig formulierten Aspekten als Suchhilfe. Dort steht auch, wie Sie weitermachen können.

	Hinsichtlich folgender Gesichtspunkte bin ich mir sicher:	Hinsichtlich folgender Gesichtspunkte bin ich mir unsicher:
Berufs(feld)möglichkeit 1:		
Berufs(feld)möglichkeit 2:		

Gesichtspunkte:

- Ausbildungsbedingungen (Voraussetzungen, Formen, Orte)
- Art der Tätigkeiten
- Einkommen
- Aufstiegsmöglichkeiten
- nötige Fähigkeiten (geistig, körperlich, manuell, sozial, künstlerisch ...)
- Anforderungen an meine Persönlichkeit
- Vereinbarkeit mit meinen Werten und Lebenszielen
- spezielle Rahmenbedingungen (Einzel- vs. Teamarbeit, zeitliche Regelmäßigkeit vs. Unregelmäßigkeit, ortsgebunden vs. zahlreiche Ortswechsel usw.)

Wie weiter?

Haben Sie die üblichen Informationsquellen ausgeschöpft und gründlich durchgearbeitet?

- Wenn nein, dann müssen Sie diese Arbeit jetzt nachholen.
- Wenn ja, dann empfehlen wir folgende Wege:
 - (1) Besuch beim Berufsberater und / oder bei einer Studienberatung (die Adressen erfahren Sie bei der Beratungslehrkraft) – Jetzt hat ein Besuch Sinn, weil Sie konkrete Fragen stellen können. Berufs- und Studienberater können nicht helfen, wenn jemand völlig uninformiert und desorientiert kommt.
 - (2) Kontaktaufnahme mit einer oder mehreren Firmen oder Einrichtungen, in denen der Beruf, um den es geht, vorkommt; vielleicht können Sie hier fehlende Informationen erhalten.
 - (3) Ferienpraktikum bei einer solchen Firma oder Einrichtung

Vielleicht sind Sie aber auch jemand, der generell Zweifel hat, ob er über genügend Informationen verfügt. Dann ist es sinnvoll, dieses Problem mit einem Psychologen (z.B. dem zuständigen Schulpsychologen) zu besprechen, denn dann reicht letztlich noch so viel Information nicht, um den Knoten zu lösen.

Ist der Beruf wirklich das, was ich will, oder habe ich mich zu sehr von bestimmten Personen oder Informationen beeinflussen lassen?

Wenn Sie sich mit dieser Frage beschäftigen, dann haben Sie in der Tat ein hochkomplexes Problem am Hals. Denn um eine Antwort darauf zu finden, müssen Sie klären:

- Wer hat Ihnen über welchen Beruf was erzählt?
- Stimmen diese Informationen?
- Passt der Beruf zu Ihrem Fähigkeitsprofil, Ihren Werten und Lebenszielen, Ihren Persönlichkeitseigenschaften und den Rahmenbedingungen, die ein Beruf für Sie bieten sollte?

Sie müssen also ihr persönliches Profil und das Berufsprofil miteinander abgleichen – und dazu auch noch einen Weg finden, mit denen umzugehen, die Sie beeinflusst haben. Das ist wahrlich nicht leicht.

Wir empfehlen Ihnen in einem ersten Schritt, für sich folgende Fragen zu klären:

- Wer hat Sie sehr stark beeinflusst? Wie wichtig ist Ihnen diese Person (falls es sich um eine Person und nicht um ein Massenmedium handelt)?
- Was würde(n) diese(r) sagen, wenn Sie sich für einen anderen Beruf / ein anderes Berufsfeld entscheiden als für den Beruf bzw. das Berufsfeld, was er/sie Ihnen vorgeschlagen hat/haben? Wie würde(n) er/sie danach mit Ihnen umgehen? Wie würde es Ihnen mit dieser Reaktion gehen?

Vielleicht gelingt es Ihnen allein dadurch, dass Sie sich diesen Einfluss bewusst machen, sich davon zu lösen.

Es kann aber auch sein, dass Ihnen das sehr schwer fällt. Denn erfahrungsgemäß kann ja nur der einen anderen beeinflussen, der bei dem anderen großen Respekt und große Autorität genießt.

Im letzteren Falle empfehlen wir Ihnen, das ganze Problem mit einem kompetenten Berater (Beratungslehrkraft, Schulpsychologe, Berufsberater) zu besprechen.

Als Mittel zur Selbsthilfe bei Ihrem Versuch, sich von einem fremden Einfluss zu lösen, ist es sinnvoll, die Voraussetzungen für Ihre persönliche Berufswahlentscheidung umfassend zu betrachten. Das heißt: Setzen Sie sich gründlich mit Ihrem Fähigkeitsprofil, Ihren Werten und Lebenszielen usw. auseinander, um zu entdecken, was Sie persönlich wollen und anstreben. Hierzu können Sie die entsprechenden Kapitel im A-Teil dieses Selbsterkundungsprogramms bearbeiten, falls Sie es nicht schon getan haben.

Ich mag alle Alternativen so gerne – welche ist für mich bloß die beste?

Grundsätzlich haben Sie zwei Möglichkeiten, um aus diesem Dilemma herauszukommen:

Möglichkeit 1:

Sie suchen nach einem konkreten Beruf, in dem Sie wenigstens zwei von mehreren Alternativen verbinden können. Beispiel: Wer sich für Psychologie und für Wirtschaft gleichermaßen interessiert, könnte entweder Psychologie mit dem Schwerpunktfach Arbeits-, Betriebs- und Organisationspsychologie studieren – oder Betriebswirtschaft mit dem Schwerpunkt Personalwesen oder Werbung / Marketing.

Um hier weiterzukommen, sollten Sie sich im Arbeitsamt oder bei der Studienberatung informieren. Da Sie ja eine konkrete Frage stellen können, ist auch die Chance groß, eine konkrete Antwort zu erhalten.

Notieren Sie sich Ihre Fragen und nehmen Sie die Zusammenfassungsblätter mit!

Möglichkeit 2:

Die Berufe bzw. Berufsfelder sind tatsächlich unvereinbar, und Sie müssen, so sehr das schmerzt, eine Entscheidung treffen.

Zunächst sollten Sie natürlich klären, ob es nicht doch eine Verbindungsmöglichkeit gibt, die Sie vielleicht einfach nicht kennen. (Siehe Möglichkeit 1!) In unserer hochkomplexen Berufslandschaft existieren viel mehr Kombinationsmöglichkeiten, als man gemeinhin glaubt!

Sollte eine solche Verbindung nicht existieren, gibt es ein paar Möglichkeiten, Ihr Entscheidungsdilemma zu überwinden:

- Eine – zwar aufwändige, aber ertragreiche Methode – ist, Ihren Selbsterkenntnisprozess noch einmal aufzurollen, d.h. sich mit Ihren Fähigkeiten und Schwächen, Ihren Werten und Zielsetzungen, Ihren Erwartungen an den Beruf usw. auseinander zu setzen und zu versuchen, auf diesem Wege den Beruf bzw. das Berufsfeld herauszufinden, das zu Ihnen und Ihren Ansichten am besten passt. Dazu können Sie die Abschnitte im A-Teil dieses Programms durcharbeiten oder, falls bereits geschehen, schwerpunktmäßig nochmals durcharbeiten – vielleicht sehen Sie ja inzwischen manches anders. Anschließend ist es sinnvoll, die Ergebnisse mit einem anderen (z.B. Beratungslehrer, Berufsberater, Vertrauensperson) zu besprechen.
- Ein anderer (u.U. ergänzender) Weg besteht darin, sich statt mit sich selbst zunächst intensiver als bisher mit den in Erwägung gezogenen Berufen bzw. Berufsfeldern auseinander zu setzen. Es könnte ja sein, dass Sie durch diese Beschäftigung Ihr Bild über einen Beruf revidieren, so dass dieser attraktiver bzw. unattraktiver wird. Auch dann sind Sie einen gehörigen Schritt weiter. Möglichkeiten, Berufe noch genauer kennen zu lernen, sind Praktika, Ferienjobs, aktive Teilnahme an Berufsinformationsveranstaltungen oder das gezielte Gespräch mit Berufsvertretern (nicht nur im Rahmen von Info-Abenden, sondern auch, indem man z.B. gezielt eine Firma oder Einrichtung anruft und um einen Termin mit einem Vertreter des Berufs bittet). Natürlich sind Daten aus einem einzelnen Gespräch immer subjektiv geprägt, aber wenn Sie mehrere Info-Quellen anzapfen, bekommen Sie schon ein recht gutes Bild.

- Wenn Sie den Eindruck haben, Ihre Informationen über den Beruf seien umfassend genug und Sie würden auch genug über sich selbst (ihre Fähigkeiten, Schwächen, Werte usw.) wissen, können Sie ein Gedankenexperiment machen: Gehen Sie einige Tage lang mit dem Bewusstsein durch den Alltag, Sie würden Beruf A wählen; achten Sie dabei auf Ihre Gefühle und Gedanken und notieren Sie sie in einem Tagebuch. Konzentrieren Sie sich dann einige Tage lang auf den anderen Beruf und tun Sie wieder so, als würden Sie sicher diesen ergreifen. Auch jetzt achten Sie auf Ihre Gefühle und Gedanken und machen sich Notizen. Am Ende des Experiments vergleichen Sie Ihre Eindrücke und prüfen, ob Sie jetzt eine Entscheidung treffen können.

Wenn Sie diese Methoden ausprobiert haben und sich immer noch nicht entscheiden können, empfehlen wir Ihnen, das Ganze mit einem Psychologen durchzusprechen (z.B. dem zuständigen Schulpsychologen oder einem Arbeitsamtspsychologen), um zu klären, was Sie in Ihrer Entscheidung dermaßen blockiert.

8.6 *BuS*-Selbsterkundungshefte für Typ D

Sie haben sich über Berufe sehr gründlich informiert, kennen sich selbst und Ihr Profil sehr gut und sind zu einer sicheren Entscheidung gekommen.

Hier ein paar Anregungen, um nochmals zu prüfen, ob Sie tatsächlich zum Typ D gehören. Wenn Sie die Prüffragen systematisch bearbeiten wollen, lassen Sie sich gleich vom Organisator des BuS-Kurses (1) das Zusammenfassungsblatt für den Typ A sowie (2) das Zusammenfassungsblatt II für den Typ B geben.

Prüffrage 1: Kennen Sie sich selbst genau genug?

Sie haben sich mit sich selbst so gründlich beschäftigt, dass Sie auch sich selbst im Hinblick auf die unten stehenden Merkmale genau beschreiben können. Bedeutsame **Merkmale** sind:

- ✓ **Interessen** (für Berufsfelder, für Tätigkeitsarten, im Hinblick auf Arbeitsbedingungen und auf Ausbildungsbedingungen)
- ✓ **Werte und Lebensziele**
- ✓ **Fähigkeiten und Schwächen**
- ✓ **Persönlichkeitsmerkmale**
- ✓ **Umfeld** (Familie, Freundeskreis usw.) und sein Einfluss auf Ihre Berufsentscheidung

Wenn Sie Ihre Selbsterkenntnis überprüfen wollen, füllen Sie das Zusammenfassungsblatt für den Typ A aus. Eine kurze Anleitung:

- Sie finden außen herum zehn Felder, z.B. mit Überschriften wie „Meine HAUPTSTÄRKEN“, „ARBEITSBEDINGUNGEN, die für mich wichtig sind“ usw. Beschreiben Sie sich in diesen Feldern selbst (und zwar möglichst knapp und auf den Punkt gebracht).
- Der Abschnitt „Tätigkeitsarten“ muss erläutert werden. Man kann in Bezug auf berufliche Tätigkeiten sechs Typen unterscheiden: (1) den praktisch-technischen Typ, (2) den wissenschaftlich-forschenden Typ, (3) sprachlich-künstlerischen Typ, (4) sozialen Typ, (5) unternehmerischen Typ, (6) ordnenden, strukturierenden Typ. Diese Interessensaufteilung ist anders als die übliche; sie geht davon aus, dass man in verschiedensten Sachgebieten z.B. unternehmerisch tätig sein kann (ein Gärtner ist genauso ein Unternehmer wie der Leiter einer Maschinenbaugesellschaft). Notieren Sie in dem Feld auf dem Zusammenfassungsblatt, welchen drei Typen Sie sich am ehesten zuordnen.
- In der Mitte des Zusammenfassungsblattes notieren Sie den Beruf, für den Sie sich (bislang) entschieden haben.

Prüffrage 2: Haben Sie sich systematisch über den Beruf, für den Sie sich entschieden haben, informiert?

Sie haben sich über den Beruf, den Sie jetzt ins Auge fassen, sehr gründlich und umfassend informiert. D.h. auch, dass Sie sich nicht nur oberflächlich in Zeitungen oder über Aussagen von Familienmitgliedern oder Freunden informiert haben. Sie sind in der Lage, den Beruf hinsichtlich folgender Merkmale genau zu beschreiben:

- ✓ Arbeitsbedingungen
- ✓ Ausbildungsbedingungen und –kosten
- ✓ Anforderungen an den Tätigen in den Bereichen Interesse, Fähigkeiten, Persönlichkeitsmerkmale, Wertvorstellungen
- ✓ Bezahlung, Aufstiegsmöglichkeiten, Zukunftsperspektiven

Prüffrage 3: Haben Sie systematisch überprüft, ob Sie zu dem Beruf, für den Sie sich entschieden haben, passen?

Hier geht es darum, die Ergebnisse aus den ersten beiden Schritten (Prüffrage 1, Prüffrage 2) zusammenzuführen. Gehen Sie jedes der Felder auf dem Zusammenfassungsblatt für den Typ A durch und prüfen Sie, ob der Beruf, der in der Mitte steht (Ihr Berufswunsch!), und Ihr persönliches Profil übereinstimmen. Konkret müssten Sie z.B. folgende Fragen klar beantworten können:

- ✓ Bietet der Beruf Ihnen die Möglichkeit, Ihre Interessen (für Berufsfelder, für Tätigkeitsarten und im Hinblick Ausbildungs- und Arbeitsbedingungen) sowie Ihre Werte und Lebensziele zu verwirklichen?
- ✓ Bringen Sie die Fähigkeiten mit, die in diesem Beruf bzw. zuvor in der Ausbildung vorausgesetzt und verlangt werden? Verfügen Sie über keine Schwächen, die in der Ausbildung und im Beruf zum Problem werden können, bzw. handelt es sich allenfalls um kleinere Schwächen, die Sie beheben können? (Wissen Sie auch, wie Sie sie beheben können?)
- ✓ Passen Sie mit Ihren Persönlichkeitsmerkmalen, Ihren Charakterzügen zu den Anforderungen des Berufs?
- ✓ Haben Sie Ihre Entscheidung weitgehend unabhängig von Ihrer Familie oder Ihrem Freundeskreis getroffen?

Die Ergebnisse des Vergleichs zwischen Ihrem Profil und dem Berufsprofil können Sie im Zusammenfassungsblatt II für den Typ B festhalten.

Prüffrage 4: Haben Sie noch irgendwelche Zweifel, ob Ihre Berufsentscheidung die richtige ist?

Wenn ja, sollten Sie diese Zweifel zunächst im Gespräch mit dem Berufsberater nochmals genauer behandeln und klären. Nehmen Sie dazu das Zusammenfassungsblatt für den Typ A mit, es ist in solchen Gesprächen sehr hilfreich.

Wenn Sie die Prüffragen jeweils in positiver Richtung beantworten können, gratulieren wir Ihnen – Sie haben offensichtlich eine fundierte Entscheidung getroffen und werden Ihren Weg machen.

Wenn Ihnen durch die Prüffragen deutlich wird, dass Ihre Sicherheit doch weitaus geringer ist als zunächst gedacht ist, empfehlen wir Ihnen,

- *die Hefte für den Typ A zu bearbeiten, wenn sich Ihre Unsicherheit vor allem auf Ihr eigenes Profil bezieht,*
- *oder sich nochmals umfassend über den Beruf zu informieren - im Internet (www.berufswahl.de, www.berufe.net) oder im BIZ.*