

**Berufliche Orientierung  
als  
„Laufbahnselbstmanagement“**

**Methoden und Materialien  
für Lehrkräfte  
am Übergang Hauptschule - Beruf**

Autorinnen: Ulrike Süss und Isolde Aumüller, vorgelegt im Januar 2007

## **Projektträger:**

IB GmbH

Bildungszentrum Voerde

Wilhelmstraße 72 ▪ 46562 Voerde

[www.internationaler-bund.de](http://www.internationaler-bund.de)

## **Ansprechpartnerin beim Projektträger:**

Nicole Gudermann

[nicole.gudermann@internationaler-bund.de](mailto:nicole.gudermann@internationaler-bund.de)

Telefon 0281 94276-27

Telefax 0281 94276-66

## Vorbemerkung

Das Programm STARegio des Bundesministeriums für Bildung und Forschung zielt auf regionale Strukturverbesserungen der Ausbildung. Betriebe, die noch nicht oder nicht mehr ausbilden, sollen sich mit Hilfe von Ausbildungsverbänden, Ausbildungsservice und anderen Ausbildungsförderinstrumenten nachhaltig zu Ausbildungsbetrieben entwickeln.

Dazu sind neben der unmittelbaren Ausbildungsplatzakquise und der Betriebskontakte des Projektträgers in einem großflächigen Gebiet wie der Region Niederrhein unter anderem auch dezentrale Kooperationsnetzwerke für die lokalen Promotoren in Sachen Ausbildung zu initiieren. Die Akteure vor Ort sollen Verantwortung für eine erfolgreiche und nachhaltige berufliche Integration übernehmen und sich im Hinblick auf dieses Ziel effektiv und effizient organisieren. Dies scheint auch angesichts der institutionellen Vielfalt und komplizierten Zuständigkeitsregelungen am Übergang Schule-Beruf, über die sowohl Betriebe als auch AusbildungsplatzbewerberInnen regelmäßig klagen, sinnvoll.

Als regionale Kooperations- und Koordinierungszentren boten sich aus pragmatischer Sicht des Projektträgers nicht zuletzt die Hauptschulen an, die über die zentralen Informationen zur „Bewerberseite“ des Ausbildungsmarktes – zu den potenziellen Ausbildungsplatzbewerbern aus ihren 8., 9. und 10. Klassen – verfügen.

Die in Sachen *Berufliche Integration* aktiven Hauptschulen haben darüber hinaus in der Regel langjährige und vielfältige Kontakte zur regionalen Wirtschaft, zur Arbeitsverwaltung und öffentlichen und freien Jugendhilfe sowie anderen regionalen Akteuren. Über die Betriebspraktika ihrer SchülerInnen verfügen sie über wertvolle Erfahrungen mit Ausbildungsbetrieben und deren konkrete Ausbildungsoptionen und Erwartungshaltungen.

Der Träger des Projekts ZIEL in STARegio, das IB-Bildungszentrums Voerde, entwickelte vor diesem Hintergrund die Strategie, aktive und interessierte Hauptschulen in der Methodik und Didaktik der beruflichen Orientierung zu beraten und sie damit in ihrer Rolle als lokale Kooperationszentren zu unterstützen.

Ulrike Süß, eine der beiden Autorinnen dieses Manuals, hatte zuvor als Leiterin der Mannheimer Arbeitsvermittlungsagentur die positiven Effekte der Methodik des Laufbahnselbstmanagements für die berufliche Integration von langzeitarbeitslosen

Erwachsenen kennen gelernt.<sup>1</sup> Dieser Handlungsansatz sowie ausgewählte Tools des Laufbahnselbstmanagements sollten nun im Rahmen des STARegio-Projekts ZIEL für die spezifischen Bedarfe von HauptschülerInnen am Übergang Schule-Beruf modifiziert werden. Der STARegio-Projektträger beauftragte deshalb im Herbst 2004 Isolde Aumüller - Mitbegründerin des Laufbahnselbstmanagements und Mitautorin des vorliegenden Manuals<sup>2</sup> - mit der Ausarbeitung geeigneter didaktischer Tools für HauptschülerInnen am Übergang Schule-Beruf.

Mit Abschluss des STARegio-Projekts ZIEL kann den Hauptschulen nun ein kleiner „Werkzeugkasten“ für die berufliche Orientierung an Hauptschulen auf der Basis des Laufbahnselbstmanagements mit folgenden Inhalten zur Verfügung gestellt werden.

- Eine Hinführung zu den zentralen Paradigmen dieses Handlungsansatzes und den methodischen Bausteinen
- Ein Konzept für einen zweitägigen Workshop zur beruflichen Orientierung von HauptschülerInnen
- Methodendrehbücher und Arbeitsblätter zu den einzelnen Tools

Wir würden uns freuen, wenn Sie diese Inhalte nach Ihren individuellen Bedürfnissen nutzen könnten. Der Handlungsansatz *Laufbahnselbstmanagement* wurde wesentlich von der Schweizerin Beatrice Stoffel geprägt, der wir ganz herzlich danken möchten. Genauso herzlich danken möchten wir Nicole Gudermann, Bärbel Quilitzsch und Constanze Hochstein vom Projektteam ZIEL in Voerde sowie den beteiligten Hauptschulen, allen voran Rektor Übach und seinen Lehrkräften Stellmacher, Kuhlmann und Arntz von der Gesamthauptschule Materborn in Kleve, die so engagiert und unterstützend mitwirkten und als lokales Koordinierungszentrum im oben beschriebenen Sinne fungieren.

---

<sup>1</sup> vgl. Dokumentation dieser Erfahrungen, Kontaktstelle Frau und Beruf, Stadt Mannheim: *Laufbahnselbstmanagement*, ein Praxismanual für Fachleute der Erwachsenenbildung zur Gestaltung von ressourcenorientierten Trainings mit Gruppen, gefördert durch das BMWA aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds

<sup>2</sup> Zu den beiden Autorinnen:  
Ulrike Süss ist Erziehungswissenschaftlerin, Betriebswirtin, Laufberaterin nach dem Züricher Laufbahnberatungsmodell und derzeit in Ausbildung zur systemischen Beraterin. Sie leitet seit Kurzem die Koordinierungsstelle für Bildung, Sprache und Integration in Weinheim. Isolde Aumüller hat langjährige Erfahrungen als Berufs- und Arbeitsberaterin in der Arbeitsverwaltung und als Laufbahnberaterin nach dem Züricher Laufbahnberatungsmodell. Sie ist aktuell im *Jobcenter Junges Mannheim* tätig.

# Inhalt

Projektträger: .....	2
Ansprechpartnerin beim Projektträger: .....	2
<b>Vorbemerkung .....</b>	<b>3</b>
<b><i>Laufbahnselbstmanagement</i> - .....</b>	<b>8</b>
<b>Paradigmen und pädagogische Prämissen .....</b>	<b>8</b>
Ausgangslage und Strategien in STARegio für das <i>Laufbahnselbstmanagement</i> an Hauptschulen .....	8
Schritte des Jugendlichen im Laufbahnselbstmanagement .....	10
Das Prinzip der Selbsterkundung .....	11
Das Prinzip der Selbstverantwortung, Ermutigung, Lösungsfokussierung und des biografischen Selbstbewusstseins .....	13
<b>Trainingsmerkmale der Workshoptage.....</b>	<b>15</b>
1. Trainingsverständnis .....	15
2. Trainingsstruktur.....	16
3. Methodenpalette .....	16
4. Gruppengröße, Gruppenzusammensetzung und Anforderungen an die TrainerInnen .....	17
<b>Die Themenkreise des Laufbahnselbstmanagements.....</b>	<b>19</b>
Interessen.....	19
1. Allgemeines zum Thema INTERESSEN.....	19
Zum Begriff Interessen.....	19
Bedeutung von Interessen im Laufbahnselbstmanagement.....	20
2. Eingesetzte Methoden zum Thema INTERESSEN.....	20
Fähigkeiten und Stärken .....	21
1. Allgemeines zum Thema FÄHIGKEITEN .....	21
Begriffe Fähigkeiten, Kompetenzen, Qualifikationen, Potenzial .....	21
Bedeutung von Fähigkeiten bei der Berufsorientierung.....	22
Vielfältige Bedeutung der Selbsterkundung im Themenkreis Fähigkeiten.....	22
2. Eingesetzte Methoden zum Thema FÄHIGKEITEN .....	23

Ziele und Visionen.....	24
1. Allgemeines zum Thema <i>LEBENSZIELE und VISIONEN</i> .....	24
Bedeutung von Visionen bei der Berufsorientierung .....	24
2. Methoden zum Thema <i>LEBENSZIELE und VISIONEN</i> .....	25
Biografiearbeit und Werthaltung.....	26
1. Allgemeines zum Thema <i>BIOGRAFIEARBEIT und WERTHALTUNGEN</i> . 27	
Bedeutung von Biografiearbeit im Laufbahnselbstmanagement .....	27
Vom Wesen der Biografiearbeit .....	27
Chancen von Biografiearbeit im Gruppensetting.....	28
Voraussetzungen von Biografiearbeit in Gruppen .....	28
2. Methoden der Autorinnen zur <i>BIOGRAFIEARBEIT</i> und zu	
<i>WERTHALTUNGEN</i> .....	28
Beziehungsnetz.....	29
1. Allgemeines zum Thema <i>BEZIEHUNGSNETZ</i> .....	29
Zum Begriff Beziehungsnetz.....	29
Allgemeine Bedeutung des Beziehungsnetzes .....	29
Bedeutung des Beziehungsnetzes im Laufbahnselbstmanagement.....	30
2. Methode zum Thema <i>BEZIEHUNGSNETZ</i> .....	30
Informationsstrategien .....	31
1. Allgemeines zum Thema <i>INFORMATIONSTRATEGIEN</i> .....	31
Zum Begriff Informationsstrategien .....	31
Bedeutung von Informationsstrategien im Laufbahnselbstmanagement .....	31
2. Eingesetzte Methode zum Thema <i>INFORMATIONSTRATEGIEN</i> .....	31
3. Das Thema Informationsstrategien betrifft... ..	32
<b>Workshop-Konzept – Methoden und Materialien zur</b>	
<b>beruflichen Orientierung an Hauptschulen.....</b>	<b>33</b>
Themenkreise und Methoden des 1. Trainingstags.....	34
Arbeitsblatt <i>Steckbrief</i> .....	37
Arbeitsblatt: <i>Wo stehe ich?</i> (Evaluationsblatt zum Workshop-Start).....	38
Arbeitsblatt Berufswahlmodell, Folie I.....	39
Arbeitsblatt Berufswahlmodell, Folie II .....	40
Methodendrehbuch: <i>Interessensinterview</i> .....	41
Arbeitsblatt: Fragen zur Methode Interesseninterview .....	42

Methodendrehbuch <i>Fähigkeiten und Stärken erkunden</i> (Meine menschlichen Qualitäten feststellen, Geschichten erzählen/Stärken ableiten und Feedback einholen).....	42
Arbeitsblatt <i>Meine menschlichen Qualitäten</i> .....	44
Arbeitsblatt <i>Selbsteinschätzung – Fremdeinschätzung</i> .....	46
Arbeitsblatt <i>Dokumentieren und Ordnen meiner Fähigkeiten und Stärken</i> .....	47
Themenkreise und Methoden des 2. Trainingstags.....	49
Methodendrehbuch Explorix – das Werkzeug zur Berufswahl und Laufbahnplanung .....	53
Zeitplanung (ohne Pausen):.....	53
Arbeitsblatt Auswertung EXPLORIX .....	55
Methodendrehbuch <i>Berufsbildertest</i> , Ziele/berufliche Visionen .....	56
Mein Ergebnis/Mein Profil .....	57
Methodendrehbuch <i>Ideenpool</i> .....	58
Arbeitsblatt <i>Meine nächsten Schritte – Vertrag mit mir selbst</i> .....	59
Arbeitsblatt <i>Infos zur Beruflichen Orientierung- Beispiel für ein regionales Medium</i> .....	60
Arbeitsblatt <i>Gedanken zum Thema Glück</i> .....	64
Literatur: .....	64

# ***Laufbahnselbstmanagement - Paradigmen und pädagogische Prämissen***

## **Ausgangslage und Strategien in STARegio für das *Laufbahnselbstmanagement* an Hauptschulen**

Nachhaltige Integration in den Arbeits- und Berufsbildungsmarkt erfordert von HauptschülerInnen heute ein ineinandergreifendes Bündel von Kompetenzen<sup>3</sup>:

- Eine persönliche Haltung, die eigene berufliche Laufbahn als „lebenslange in einer lernenden Gesellschaft“ zu denken.
- Die Kompetenz, den individuellen Entwicklungs- und Qualifizierungsbedarf am Übergang von der Schule in den Beruf zu erkennen und entsprechende Entwicklungsprozesse eigenverantwortlich zu steuern.
- Die Kompetenz, die Ressourcen aus seiner Lebenswelt und Unterstützungsangebote wahrzunehmen und zu nutzen.
- Die Kompetenz, eine „belastbare“ Identität zu entwickeln, d.h. Fehlertoleranz mit sich selbst bei Misserfolgen, kritische Selbstreflektion, Konfliktbereitschaft und die Fähigkeit, objektive und subjektive Erfolgsfaktoren zu identifizieren. (Für Jugendliche mit Migrationshintergrund bieten sich hier Chancen, ihre spezifische Erfahrungs- und Sprachenvielfalt für sich als identitätsstärkende Ressource zu erschließen).
- Die Kompetenz, ein individuelles Netzwerk aufzubauen und zu pflegen, das ihn in Alltags- und Krisensituationen trägt und Türen zum Beschäftigungsmarkt öffnet. (Hier macht es gleichermaßen Sinn, Jugendliche mit Migrationshintergrund zu unterstützen, spezifische Zugänge, z. B. über ihre Communities, zu erschließen und zu nutzen).

Angesichts dieser Herausforderungen für Jugendliche wird auch im aktuellen Kinder- und Jugendbericht für die Bundesregierung ein erweiterter Bildungs- und Integrationsbegriff zugrunde gelegt. Bildungs- und Integrationsprozesse werden als lebens-

---

<sup>3</sup> Vgl. z.B. Ronald G. Sultana, Cedefop Panorama series 102, Amt für amtliche Veröffentlichungen der Europäischen Gemeinschaft: Strategien zur Bildungs- und Berufsberatung – Trends, Herausforderungen und Herangehensweisen in Europa



lange Prozesse begriffen, als Bausteine, die Menschen nach und nach zu befähigen, „...ihr Leben selbständig zu regulieren, gleichsam zum Architekturbüro ihrer eigenen Lebensplanung zu werden...“ (vgl. Prof. Dr. Thomas Rauschenbach, DJI, Vorsitzender der Kommission des Zwölften Kinder- und Jugendberichts).

Solche Entwicklungsaufgaben, Chancen und Risiken sind historisch neu und nicht nur aus der Perspektive des Jugendlichen sehr komplex und anspruchsvoll.

SchülerInnen mit positiver oder negativer Hauptschulabschluss- und Ausbildungsprognose, mit vorhandener oder fehlender beruflicher Orientierung, mit oder ohne Migrationshintergrund, männlichen oder weiblichen Geschlechts, brauchen gleichermaßen ein Fördersetting an ihrer Schule, das ihre individuellen Potenziale, Problemlagen, Bedürfnisse und Unterstützungsnetzwerke – vor allem auch Eltern und stützende Bezugspersonen – zielführend in Richtung Bildungs- und Arbeitsmarkt integriert.

Ausbildungsbereite Betriebe bauen implizit darauf, dass die Hauptschule in diesem Sinne Verantwortung übernimmt.

Im STARegio-Projekt ZIEL wird die Hauptschule dementsprechend als ein zentraler pädagogischer Handlungsort für die Integration in die berufliche Ausbildung betrachtet. Eine ressourcen- und netzwerkorientierte Grundhaltung und Methodik der beruflichen Orientierung an den Schulen betrachtet der Projektträger als nicht zu unterschätzenden Erfolgsfaktor.

Die Vernetzung der verschiedenen Akteure und Ablaufprozesse an der Schule, die Entwicklung von Methoden und Materialien sowie eine geeignete IT-Unterstützung für die Information und Kommunikation der Akteure gilt dem Projektträger als strategische Einheit. Eine dementsprechend ganzheitliche Sicht und Vorgehensweise wird als wesentliche strategische Ressource eines Kooperationsnetzwerks eingeschätzt.

## Schritte des Jugendlichen im Laufbahnselfmanagement

Der Prozess, den die Jugendlichen nach den fachlichen Vorgaben des Laufbahnselfmanagements sinnvollerweise durchlaufen, soll mit der folgenden Übersicht veranschaulicht werden.

<b>Selbsterkunden der eigenen Ressourcen<sup>4</sup></b>	<b>Handlung vorbereiten, konkrete Schritte einleiten</b>	<b>An die lokale Struktur andocken - Nachhaltigkeit der pädagogischen Begleitung sichern</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fähigkeiten, Stärken</li> <li>• Interessen</li> <li>• Werthaltungen</li> <li>• Lebensziele, Visionen</li> <li>• Biografie, Familiengeschichte</li> <li>• Individuelles Unterstützungsnetzwerk des Jugendlichen (z. B. Eltern, andere Bezugspersonen aus der Familie, aus Vereinen oder Kirchen)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Informationsstrategien</li> <li>• Entscheidungsstrategien</li> <li>• Prioritäten setzen</li> <li>• Vorkehrungen für die Umsetzung treffen, z. B. Fragen „Was hindert mich? Was/wer unterstützt mich?“ klären</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewerberprofile der HauptschülerInnen und Anforderungsprofile der Betriebe für eine erfolgreiche Zusammenführung aufbereiten und transparent machen (z. B. in Datenbanken an den Hauptschulen oder anderen Koordinierungszentren)</li> <li>• Lokale Ausbildungsoptionen und -strategien in runden Tischen kommunizieren</li> <li>• Zuführung zu Fachdiensten bei besonderem Hilfebedarf</li> <li>• Bürgerschaftliches Engagement, z. B. in Form von Patenschaften, mobilisieren</li> </ul>

**Das Selbsterkunden der eigenen Ressourcen, die Vorbereitung der Handlung und Einleitung der konkreten Schritte kann nach den Erfahrungen der Autorinnen im Rahmen von Workshops initiiert werden.**

**Dieser Teil des Weges des Jugendlichen ist Gegenstand des vorliegenden Manuals.**

Die Einbettung dessen in die jeweilige lokale Struktur erfolgte im STARegio-Projekt ZIEL über „Runde Tische“ und den Aufbau von Betriebs- und Bewerberdatenbanken.

<sup>4</sup> Zu den Elementen *Interessen, Fähigkeiten, Stärken sowie Lebensziele und Visionen* wurden von den Autorinnen Methoden und Materialien entwickelt bzw. aus dem Laufbahnselfmanagement übertragen. Zu den Elementen *Werthaltungen, Biografie, Familiengeschichte* und *Unterstützungsnetzwerke* sind neue Tools im Rahmen aktueller Projekte der beiden Autorinnen in Arbeit.

Dieser Bereich der Projektarbeit ist nicht Gegenstand des Manuals, die entsprechenden Dokumentationen können aber bei Interesse beim Projektträger angefragt werden.

## **Das Prinzip der Selbsterkundung**

Die Einzelmethoden und Arbeitsmaterialien und deren Zusammenführung im pädagogischen Prozess sind darauf angelegt, beim Jugendlichen eine **eigenständige Reflexion** seiner Interessen, Fähigkeiten und Stärken, Werthaltungen, Lebensziele und Visionen, seiner Biografie und Familiengeschichte sowie seiner Unterstützungsnetzwerke anzuregen.

Die Informationen über diese Ressourcen des Jugendlichen bleiben nicht bei den Pädagogen oder werden in Fallbesprechungen ausgetauscht, sondern werden dem Jugendlichen im Prozess systematisch „ausgehändigt“. Er wird an jeder Prozessstelle angehalten, für die sorgsame Informationspflege sowie über die weitere Verfügbarkeit, beispielsweise in Bewerbungsverfahren, die Verantwortung zu übernehmen.

Dabei wird ein entsprechend **erweiterter Ressourcenbegriff** zugrunde gelegt. Die genannten Kategorien *Interessen, Fähigkeiten und Stärken, Werthaltungen, Lebensziele und Visionen, eigene Biografie und Familiengeschichte* und *Unterstützungsnetzwerke* werden jeweils als „Quellen“ betrachtet, die – zusammengeführt - den Fluß der Persönlichkeitsentwicklung ausmachen. Sie werden im Selbsterkundungsprozess sowohl einzeln als auch in ihren Überschneidungen und Abhängigkeiten betrachtet. Für die berufliche Orientierung ist beispielsweise der Zusammenhang von Fähigkeiten und Interessen von entscheidender Bedeutung. Bei Jugendlichen mit Migrationshintergrund ist ein besonderer Schwerpunkt auf die Werthaltungen und ihre biografische Genese sowie die Aufdeckung ihrer Verwobenheit mit den anderen Kategorien zu legen.

Der Jugendliche wird angeregt, seine Selbsterkundungsergebnisse nicht als statisch festgeschrieben zu bewerten. Er wird in seinem Bewusstsein gestärkt, dass „im Fluß sein“ auch bedeutet, dass sich **Persönlichkeit in einem dynamischen Prozess** verändert. Er wird darauf aufmerksam gemacht, dass die Instrumente im Laufe des Lebens immer wieder eingesetzt werden können, dass er selbst bei sich – über die „eigenmächtige“ Selbstbeobachtung von Veränderungen – selbstreflexives Denken

und Handeln und Mut zur Gestaltung der subjektiven und objektiven Lebensbedingungen ausbilden kann.

Ein nicht zu vernachlässigender Aspekt im Kontext *Selbsterkundung* ist bei Jugendlichen auch die Anleitung zu angemessener Struktur und Ordnung. Damit die Selbsterkundungsergebnisse – vielleicht sogar ein ganzes Lebens lang – zur Verfügung stehen, müssen „Ablage“ und „unkomplizierter Zugriff“ organisiert werden. Im Regelfall verfügen HauptschülerInnen nicht über eine dementsprechend zuverlässige Organisation, wodurch der Aufbau eines „Ablagesystems“ Teil des pädagogischen Prozesses wird.

## **Das Prinzip der Selbstverantwortung, Ermutigung, Lösungsfokussierung und des biografischen Selbstbewusstseins**

*Laufbahnselbstmanagement* will methodische Lösungen zu den heutigen Entwicklungsbedingungen von Jugendlichen am Übergang Hauptschule-Beruf entwickeln. Diese wurden eingangs skizziert und können allgemeiner mit den Begriffen *Risikogesellschaft*, *Individualisierung* und *Entstrukturierung der Jugendphase* (vgl. Beck, Heitmeyer/Olk u. a.) charakterisiert werden. Damit werden die gesellschaftlichen Entwicklungslinien beschrieben, nach denen sich traditionelle gesellschaftliche Milieus und deren strukturbildende Funktion für die Lebenswelten von Jugendlichen zunehmend auflösen. Identität und Verhaltenssicherheit können immer weniger aus den Traditionen des sozialen Umfelds gezogen werden. Der Jugendliche heute ist nicht nur von seinen Zwängen, sondern vor allem auch von seinen Sicherheiten „befreit“ und zur Selbststeuerung „genötigt“. In die Lebenswelten seiner Großeltern, beispielsweise in einer Region, die sich um einen oder wenige große Industriebetriebe herum entwickelt hat, waren noch Traditionen eingelagert, die schließlich eine relativ eng bestimmte biografische Abfolge bestimmten: Wie lange man zur Schule geht, ob und welche berufliche Ausbildung man durchläuft, wann und wen man heiratet, ob und wann man ein Haus baut etc. Für den Jugendlichen heute dagegen scheint alles möglich, jedoch nichts mehr sicher zu sein. „Den Ausweg aus diesen Verunsicherungen, sich die eigene Identität immer wieder neu zu erarbeiten und zu lernen, die eigene soziale Welt mit verschiedenen, parallelen Identitäten zu gestalten, belegt Heiner Keupp mit dem Attribut „riskante Chancen“, da die gewonnenen Gestaltungsmöglichkeiten vom Zugang zu materiellen und sozialen Ressourcen abhängen, also Gewinne und Verluste möglich sind.“ (vgl. Wolfgang Stark: Empowerment – Neue Handlungskompetenzen in der psychosozialen Praxis).

Solche Zugangsvoraussetzungen zu verbessern – im Rahmen dessen, was mit Methodik und Schulentwicklung möglich ist, und diesen Rahmen womöglich überschreitend – ist das zentrale Anliegen des *Laufbahnselbstmanagements*, wie es von den Autorinnen angestrebt wird.

Jugendliche mit Migrationserfahrung in der Familie stehen dabei in besonderem Maße vor der Herausforderung, „...ohne Angst verschieden zu sein, den Mut und die

Souveränität zu entwickeln, das ICH nicht zu arretieren, sondern zu öffnen. Für sie gilt um so mehr, ihre Identität so auszubilden, dass sie der aktuellen Pluralität gewachsen, Identität in Übergängen ist..." (vgl. Welsch). Sie haben aus der Sicht der Autorinnen in der Regel jedoch nicht nur mehr biografische Brüche und Beziehungsabbrüche als Jugendliche ohne diese Erfahrungen kennengelernt. Sie und ihre familiären Bezugspersonen verfügen auch über eine entsprechend höhere Vielfalt an Bewältigungs- und Problemlösungserfahrungen, die sie für sich nutzbar machen können.

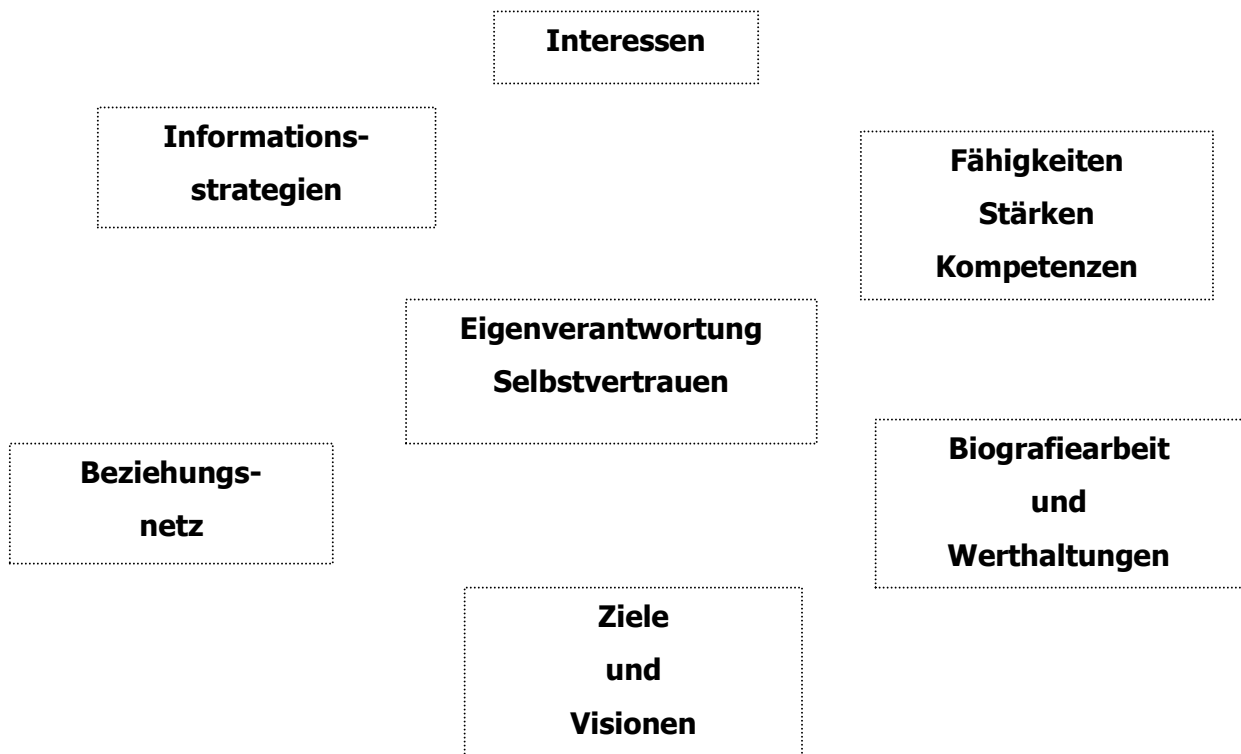
*Laufbahnselbstmanagement* will Jugendliche ermutigen, diese Schätze zu bergen. In diesem Sinne unterstellen die Autorinnen, dass für Jugendliche mit Migrationshintergrund die Themenkreise *Biografiearbeit* und *Werte* besonders relevant sind. In ihren aktuellen Projekten geht es deshalb vorrangig um die Entwicklung von Methoden für Jugendliche und Eltern mit Migrationshintergrund, die jedoch im vorliegenden Manual noch nicht dokumentiert sind.

Das pädagogische Ziel *Selbstverantwortung*, das wiederum dazu führen soll, mit den eigenen individuellen Problemen und den äußeren Bedingungen am Übergang Schule-Beruf aktiv umzugehen und Lösungen mitzubestimmen, ist im Denkmodell der Autorinnen eng verknüpft mit der Förderung des Selbstbewusstseins über die individuelle Entwicklungsgeschichte der Jugendlichen und über das individuelle und familiäre Potenzial, das in diesen „brüchigen“ Lebens- und Familiengeschichten steckt.

# Trainingsmerkmale der Workshoptage<sup>5</sup>

## Denkmodell:

### Themenkreise des Laufbahnselbstmanagements



## 1. Trainingsverständnis

Wesentlich für das Training in Laufbahnselbstmanagement ist die Berücksichtigung der verschiedenen Lernebenen: die Vermittlung von mentalen Trainingsinhalten; die systematische Erforschung des Themas in Bezug auf sich selbst; das Aktivieren der eigenen Ressourcen und das Formulieren der gewonnenen Einsichten im Sinne von

---

<sup>5</sup> Siehe ebenda, Beatrice Stoffel in: Kontaktstelle Frau und Beruf, *Laufbahnselbstmanagement*, ein Praxismanual für Fachleute zur Gestaltung von ressourcenorientierten Trainings mit Gruppen. Beatrice Stoffel ist Urheberin des Ausgangskonzepts, von dem die Autorinnen die Methoden und Materialien für Jugendliche abgeleitet haben.

„sich zeigen“ in der Gruppe. Damit all dies möglich wird, ist es unabdingbar, in einem Klima von Respekt und Experimentierfreude zu arbeiten.

Es wird besonderes Gewicht darauf gelegt, dass sich Lernsettings und Methoden abwechseln, dass Gelerntes nach jeder Lerneinheit von den Jugendlichen persönlich auf den Punkt gebracht und in der Regel laut formuliert und protokolliert wird.

Die pädagogischen Prozesse in den Trainingseinheiten werden in der **Abfolge**

- **Informationen sammeln,**
- **Ordnen und Kategorisieren** und schließlich
- **Gewichten und Bewerten**

gestaltet.

Alle Themenkreise des Laufbahnselbstmanagements, vor allem die laufbahnbestimmenden Faktoren wie *Interessen, Fähigkeiten, Visionen, Beziehungsnetz, Biografiearbeit* und *Werthaltung*, treffen ins Herz jedes einzelnen Jugendlichen. Sie sind persönlich, Ausdruck von Lebensgeschichte, Ausdruck von persönlichen Überzeugungen, von Träumen und Sehnsüchten. Dieses „Material“ ist hoch sensibel und benötigt ein respektvolles Klima und vereinbarte Vertraulichkeit.

## **2. Trainingsstruktur**

Nach unseren bisherigen Erfahrungen können in den Trainings je nach Zielsetzung wahlweise einer oder mehrere der sieben Themenkreise bearbeitet werden.

Pro Thema können zwischen einer und bis zu acht Arbeitseinheiten gestaltet werden.

Für HauptschülerInnen sind pro Arbeitseinheit mindestens 1,5 Std. einzuplanen.

Pro Workshop-Tag sollten können maximal vier Einheiten durchgeführt werden.

## **3. Methodenpalette**

Die für die sechs Themenkreise angewandten Methoden haben eines gemeinsam: immer erforschen die Jugendlichen unter Regieanweisung der Leitung systematisch bestimmte Merkmale ihrer Persönlichkeit bzw. des Bildungs- und Arbeitsmarktes. Die dadurch gewonnenen Ergebnisse sind transparent und einsichtig und können dadurch handlungswirksam werden. Zudem steht dieser Ansatz in Übereinstimmung mit dem Grundanliegen: dem Vermitteln von Selbstmanagement-Kompetenzen.

Die Methoden verstehen sich als Anregung. Einzelne Methoden wurden von anderen Fachleuten der Laufbahnpsychologie und der Erwachsenenberatung übernommen



und für unser Anliegen angepasst. Neue Methoden werden für die Zielgruppe HauptschülerInnen mit Migrationshintergrund derzeit in den aktuellen Projekten der Autorinnen selbst entwickelt. Diese werden im vorliegenden Manual jedoch noch nicht dokumentiert. Bei allen Methoden ist folgendes Vorgehen besonders wirksam, wobei Schritt zwei und drei häufig zusammenfallen:

- Anstoßen des Themas im Plenum, z. B. über Wissensvermittlung, Zusammentragen bereits vorhandenen Wissens, Einsatz von Geschichten, Gedichten, Bildern etc.
- Bearbeiten des Themas bzw. eines Themenausschnittes einzeln, zu zweit oder in einer Kleingruppe
- Feedbackstruktur zu zweit, in einer Kleingruppe oder im Plenum
- Folgerungen der einzelnen Personen zum bearbeiteten Thema im Plenum
- Dokumentation des Gelernten

#### **4. Gruppengröße, Gruppenzusammensetzung und Anforderungen an die TrainerInnen**

Nach den Erfahrungen und Bewertungen der Autorinnen empfiehlt sich eine Gruppengröße von maximal 10 HauptschülerInnen. Die ideale Gruppengröße liegt zwischen 8-10. So können leicht Halb- und Kleingruppen sowie Partnerübungen durchgeführt werden und es ist noch gut möglich, Austauschrunden im Plenum durchzuführen. In den eingangs beschriebenen Selbsterkundungsprozessen steht das Individuum im Vordergrund. Es gibt keine Gruppenziele im eigentlichen Sinne, die Gruppe unterstützt vielmehr die Entwicklungsprozesse des einzelnen Jugendlichen. Vor diesem Hintergrund ist es von zentraler Bedeutung, dass jede einzelne Jugendliche zu Wort kommt und Rückmeldungen von den anderen Gruppenmitgliedern erhält. Jugendliche können im Gegensatz zu Erwachsenengruppen, wenn die Gruppe zu groß ist und es zu lange dauert, bis sie „endlich dran sind“, den Spannungsbogen nicht halten. Die Konzentration und Aufmerksamkeit für den einzelnen Mitschüler geht deutlich zurück. Aus diesen Gründen ist die Begrenzung der Teilnehmerzahl nach oben von zentraler Bedeutung.

Andrerseits braucht es eine Mindestgruppengröße, die nach den bisherigen Erfahrungen auf sechs SchüleInnen festzulegen ist.

Diese Gruppengröße kann notfalls nur von einer Trainingsleitung gesteuert werden. Es können dann jedoch keine Kleingruppen eingerichtet werden und es muss entsprechend mehr Zeit für die Plenumsarbeit eingerechnet werden.

Geschlechtlich und nach Migrationshintergrund gemischte Gruppen haben im Setting des Laufbahnselbstmanagements manche Vorteile. Je vielfältiger die Gruppe zusammengesetzt ist, desto mehr Wahrnehmungsstandorte und Rückmeldungen gibt es für die Selbsterkundungsprozesse des Einzelnen. Es braucht zwar länger, bis gegenseitiges Verständnis und Vertrauen entsteht, umso vielfältiger sind dafür jedoch die Impulse. Die Leitung achtet dabei auf eine gleichberechtigte Verteilung von Zeit und Aufmerksamkeit.

Gruppen aus einer Klasse kennen sich in der Regel aus dem Schulalltag lange und intensiv und bieten den Vorteil, dass schneller ein Gefühl von Vertrautheit entsteht. Darüber hinaus können verborgene Ressourcen der einzelnen Persönlichkeiten durch die Kenntnisse und Erfahrungen der MitschülerInnen unter Umständen leichter entdeckt werden. Solche homogenen Gruppen bergen jedoch auch das Risiko, starre Kommunikationsmuster und Machtkonstellationen in den Prozess zu transportieren.

Die GruppenteilnehmerInnen brauchen keine formalen schulischen Abschlüsse. Voraussetzung ist jedoch die Bereitschaft, für sich selbst Verantwortung zu übernehmen und ein Mindestmaß an Selbstvertrauen.

Nach den Erfahrungen der Autorinnen empfiehlt sich ein **Bewerbungsverfahren** und **klare Commitments** für den Einstieg in die Workshops, um die SchülerInnen schon zu Beginn des Prozesses auf ihre Selbstverantwortung zu verpflichten.

Es ist unabdingbar, dass Trainer und Trainerinnen über eine Qualifikation im pädagogischen Bereich und über Erfahrung in der Moderation und Schulung von Jugendlichen- oder Erwachsenengruppen verfügen.

Besonders günstig wirken sich folgende Fähigkeiten der Leitungspersonen aus: in einer Gruppe Regie führen können und phasenweise die Kontrolle abgeben können; methodisch jederzeit zielgruppengerecht Anpassungen vornehmen können; eine persönliche und respektvolle Atmosphäre schaffen können und selbst inhaltlich wenig über die ausgetauschten Ergebnisse erfahren wollen; Lust am Improvisieren und kreativen Gestalten von Trainingseinheiten.<sup>6</sup>

---

<sup>6</sup> vgl. Beatrice Stoffel, ebenda, „Profil eines Trainers/in“

# Die Themenkreise des Laufbahnselbstmanagements

Im Folgenden werden nun die Themenkreise im Einzelnen näher erläutert. Die Gedichte und Texte, die in den jeweiligen Themenkreis einführen, wurden in der Workshopspraxis mit den Jugendlichen bearbeitet und positiv bewertet.

## Interessen

### Dein Weg

Welcher Weg ist der richtige unter all den Wegen, die sich Dir bieten?

Welches Angebot solltest Du aufgreifen unter all den Empfehlungen und Anpreisungen?

Welchen Weg solltest Du gehen, welchem Wegweiser oder Hinweis Glauben schenken?

Es muss nicht der größte und bequemste Weg sein.

Es muss nicht der sein, den alle gehen.

Wichtig ist: Es muss dein Weg sein, den du gehst, nicht der Weg der anderen, zu dem du dich hast überreden lassen.

Nach welchen Wegweisern willst Du Ausschau halten, nach welchen Wegbeschreibungen suchen, um deinen Weg zu finden?

Und welches Ziel willst Du erreichen mit dem Weg, den du gehst?

Wichtig ist: Es muss dein Weg sein.

## 1. Allgemeines zum Thema INTERESSEN

### Zum Begriff Interessen

*„Ein wirkliches Interesse ist ein wahres Lebenselixier. Ergreift uns ein Interesse, fühlen wir uns belebt, animiert, motiviert, ihm nachzugehen und auch nachzugeben. Das Interesse ist eine ganz besondere Emotion: Interessieren wir uns für etwas, dann sind wir nicht nur sachbezogen, vielleicht an einer Arbeit interessiert, sondern wir sind auch mit unserer ganzen Person dabei. Unsere Außenwelt und unsere Innenwelt spielen zusammen, und das bewirkt, dass wir uns lebendig fühlen, vitalisiert, dass wir uns selber in hohem Maß spüren, uns gegenwärtig sind, etwas ausprobie-*

*ren, von dem wir überzeugt sind, dass es mit uns selbst etwas zu tun hat. Wir engagieren uns. Ganz besonders erlebbar ist das bei einem leidenschaftlichen Interesse".<sup>7</sup>*

## **Bedeutung von Interessen im Laufbahnselbstmanagement**

Die INTERESSEN eines Jugendlichen sind Herzstück jeder Berufsorientierung.

Einige Aspekte dazu:

Menschen, die ihre Interessen leben, sind gesünder (Annen 1993).

Interessierte Menschen sind lebendig und neugierig; zwischen ihnen und etwas anderem gibt es eine innere Verbindung (INTER-ESSE).

Interessierte Menschen können ihre Energie auf etwas hin bündeln.

Interessierte Menschen sind unabhängiger von Anerkennung.

Interessen sind ihrem Wesen nach gegenwarts- und zukunftsorientiert und deshalb wichtige Orientierungshilfen.

Mit INTERESSE an einer Sache können entsprechende Fähigkeiten in kurzer Zeit entwickelt und erweitert werden

## **2. Eingesetzte Methoden zum Thema INTERESSEN**

- **Interessensinterview und Interessensposter**
- **EXPLORIX – das Werkzeug zur Berufswahl und Laufbahnplanung<sup>8</sup>**

Zielsetzung der Methoden zum Thema Interessen:

Die Jugendlichen können ihre aktuellen Interessen beschreiben und übersichtlich darstellen und sind ermutigt, ihre Interessen zu leben.

---

<sup>7</sup> Vgl. Kast, Verena, 2003:9

<sup>8</sup> vgl. Explorix – Das Werkzeug zur Berufswahl und Laufbahnplanung, Berufswahltest  
Deutschsprachige Adaptation und Weiterentwicklung des Self-Directed Search nach Holland

# Fähigkeiten und Stärken

*Unsere größte Angst ist nicht,  
dass wir unfähig sind.  
Unsere größte Angst ist die,  
dass wir maßlos stark sind.  
Es ist unser Licht, nicht unsere Dunkelheit,  
vor dem wir uns am meisten fürchten.  
Wir fragen uns:  
„Wer bin ich, dass ich brilliant,  
großartig, talentiert und wunderbar sein soll?“  
Aber wieso maßen wir uns an zu glauben,  
wir wären es nicht?  
Es nützt der Welt nichts,  
dass Du Dich herunterspielst.  
Es ist nichts Großartiges daran,  
sich so klein zu machen,  
damit andere sich in Deiner Nähe nicht unsicher fühlen.*

*Und indem wir unser eigenes Licht leuchten lassen,  
geben wir unbewusst anderen Menschen die Erlaubnis, dasselbe zu tun.*

*Wenn wir uns von unserer eigenen Angst befreien  
Dann wird unsere Gegenwart automatisch  
Andere befreien.*

*Nelson Mandela, 1994 aus der Antrittsrede*

## 1. Allgemeines zum Thema FÄHIGKEITEN

### **Begriffe Fähigkeiten, Kompetenzen, Qualifikationen, Potenzial**

Der Begriff **Fähigkeiten** ist Sammelbegriff für alle fachlichen, sozialen, methodischen Fähigkeiten und Fertigkeiten, die Menschen in die Lage versetzen, einen Teil einer ganzen Aufgabe zu lösen (z. B. Informatikwissen, Teamfähigkeit, Zeit einteilen können).

Zum Begriff **Kompetenzen**: Fachliche, soziale und methodische Fähigkeiten ergeben im Zusammenwirken auf ein Ziel hin die Kompetenz, Handlungen auszuführen. **Qualifikationen** sind Kompetenzen, fachliche, soziale und methodische Fähigkeiten, die von einer außenstehenden Instanz und an einem Anforderungsprofil gemessen und beglaubigt werden, z. B. in Zusammenhang mit einem Zeugnis, Diplom, Ausweis, Attest oder einer bestandenen Prüfung (formale Nachweise). **Potenzial** meint sämtliche in den Anlagen und der Entwicklungsgeschichte eines Menschen vorhandene Fähigkeiten und Kompetenzen.

### **Bedeutung von Fähigkeiten bei der Berufsorientierung**

Schulische und persönliche Fähigkeiten und Fertigkeiten sind Türöffner für eine Ausbildung und einen angemessenen Platz in der Berufswelt.

Einige Aspekte dazu:

In der so genannten Wissensgesellschaft zählt in der Regel, was mess- und nachweisbar ist.

Viele Fähigkeiten können mit Motivation und Übung erlernt werden.

Fähigkeiten sind ihrem Wesen nach vergangenheitsorientiert; ohne entsprechende Belebung durch aktuelles Interesse und Aktionsfelder besitzen sie keine Durchschlagskraft.

Mit Interesse an einer Sache können entsprechende Fähigkeiten in kurzer Zeit entwickelt und erweitert werden. Interessen und Fähigkeiten stehen in einem Zwillingsverhältnis zueinander, im besten Fall treten sie gemeinsam auf.

Viele Jugendliche und Erwachsene haben einengende Selbstkonzepte bezüglich ihrer vorhandenen Fähigkeiten und ihrer Lernfähigkeit. Bei den Selbsterkundungsübungen wird dies erkennbar.

### **Vielfältige Bedeutung der Selbsterkundung im Themenkreis Fähigkeiten**

Beim Thema **Fähigkeiten** hat die Selbsterkundung einen besonderen Stellenwert:

- Jugendliche werden sensibilisiert für bisher Selbstverständliches

- Jugendliche werden ermutigt – sie entdecken immer mehr, als sie glauben zu besitzen; dies führt zu mancher Revision des Selbstkonzeptes
- Jugendliche können mit eigenen Worten benennen, welche Fähigkeiten sie besitzen und können sich so ganz selbstverständlich – jenseits von Worthüllen – präsentieren; besonders relevant ist dies für Vorstellungsgespräche.

## **2. Eingesetzte Methoden zum Thema FÄHIGKEITEN**

- **Persönliche Qualitäten intuitiv erfassen**
- **Geschichten erzählen**
- **Selbsteinschätzung und Fremdeinschätzung**

Zielsetzung der Methoden zum Thema Fähigkeiten:

Die Jugendliche kennen die Entstehung und die Bedeutung von Fähigkeiten; sie können ihre aktuellen Fähigkeiten benennen und altersgemäß kategorisieren.

# Ziele und Visionen

Visionen wirken ab sofort verhaltensändernd –  
sonst sind es  
Illusionen...

*Harley Swift Deer Reagan*

## 1. Allgemeines zum Thema **LEBENSZIELE und VISIONEN**

Zum Begriff *Visionen*

Duden, Universalwörterbuch:

Mhd: Vision, Visiun = Traumgesicht, Erscheinung lat. Visio, visionis= das Sehen, Anblick, Erscheinung vor dem geistigen Auge; Traumbild

übernatürliche Erscheinung als religiöse Erfahrung: die V....der Apokalypse

optische Halluzinationen: sie hat öfter V...

in jemandes. Vorstellung besonders in Bezug auf Zukünftiges entworfenes Bild: die Vision eines geeinten Europas, vom Übermenschen; sie wollte ihre künstlerische, politische Vision verwirklichen; Vision für das 21. Jh.

Im Volksmund werden verschiedene Worte synonym gebraucht: Traum, Wunschtraum, Utopie, Vorstellung.

Im Kontext der Berufsorientierung soll der Blick auf die eigenen Visionen starke, motivierende innere Bilder einer erstrebenswerten Zukunft entstehen lassen.

### **Bedeutung von Visionen bei der Berufsorientierung**

Visionen und Lebensträume

- geben Ausrichtung,
- wirken motivierend und sinnstiftend,
- bündeln Energie,
- erleichtern Entscheidungen unterwegs und ermutigen zum Handeln.



Es gibt Menschen, die haben von klein auf klare Träume und Vorbilder – diese scheinen unglaublich motivierend auf sie zu wirken.

Noch vor wenigen Jahren herrschte die Meinung vor, Menschen sollten sehr genaue Berufsziele haben, um ihren Weg dahin entsprechend linear planen zu können. Heute wird eine Planbarkeit von etwa fünf Jahren angenommen und die Kunst des Wahrnehmens von Zufällen genauso als wichtig erachtet wie das Planen.

## **2. Methoden zum Thema LEBENSZIELE und VISIONEN**

Berufsbildertest<sup>9</sup>; die folgenden Methoden wurden noch nicht mit HauptschülerInnen erprobt:

- Nobelpreisgewinn
- In diese Richtung möchte ich mich entwickeln (Reportage)
- Wunderfrage und lösungsfokussiertes Fragen nach Steve de Shazer, Insoo Kim Berg u. a.

Zielsetzung der Methoden zum Themenkreis **Lebensziele und Visionen**:

Die Jugendliche kennen die motivierende Bedeutung von Visionen und erahnten Perspektiven.

Sie sind in der Lage mindestens drei Akzente zu benennen, die sie in Ihrer beruflichen und persönlichen Entwicklung in den nächsten 3-5 Jahren setzen wollen.

Sie kennen Möglichkeiten, ihre Ausrichtung immer wieder neu zu überprüfen.

---

<sup>9</sup> Diese Methode wurde von den Autorinnen für den Workshop mit HauptschülerInnen ausgewählt. Nach unseren Erfahrungen ist das sprachliche Ausdrucksvermögen häufig begrenzt. Mit dieser assoziativen Methode können auch unter solchen Bedingungen Zugänge zu Lebenszielen und Visionen erschlossen werden.

## **Biografiearbeit und Werthaltung**

### ***Die Schule der Tiere***

*Einmal hatten die Tiere entschieden, sie müssten etwas Heroisches tun, um den Problemen „einer neuen Welt“ zu begegnen. Also organisierten sie eine Schule. Sie wählten einen Lehrplan der Aktivitäten, die in Laufen, Klettern, Schwimmen und Fliegen bestand.*

*Um es einfacher zu machen den Lehrplan zu verwalten, wählten alle Tiere jedes Fach.*

*Die Ente war ausgezeichnet im Schwimmen, tatsächlich sogar besser als ihr Lehrer, aber sie konnte beim Fliegen gerade eben bestehen und war sehr schlecht im Laufen. Da sie beim Laufen langsam war, musste sie Nachhilfestunden nehmen und auch Schwimmen ausfallen lassen, um Laufen zu üben. Dies wurde beibehalten, bis ihre Schwimmfüße arg mitgenommen waren und sie im Schwimmen nur noch durchschnittlich war. Aber Durchschnitt war akzeptabel in der Schule, also machte sich niemand darüber Sorgen – außer der Ente.*

*Das Kaninchen begann als Klassenbester im Laufen, hatte aber einen Nervenzusammenbruch wegen der vielen Arbeit, um im Schwimmen aufzuholen. Das Eichhörnchen war ausgezeichnet im Klettern, bis es in der Flugklasse frustriert wurde, wo sein Lehrer es vom Boden aufwärts starten ließ, anstatt vom Baumwipfel abwärts. Es entwickelte von der Überanstrengung einen Muskelkater und bekam dann eine 4 im Klettern und eine 6 in Laufen.*

*Der Adler war ein Problemkind und wurde streng bestraft. In der Kletterklasse schlug er alle anderen bis zum Wipfel des Baumes, bestand aber darauf auf seine eigene Art dort hinzukommen. Am Ende des Jahres hatte ein abnormaler Aal, der extrem gut schwimmen konnte und auch ein wenig laufen, klettern und fliegen, den besten Notendurchschnitt und hielt die Abschiedsansprache.*

*Die Präriehunde aber blieben außerhalb der Schule und wehrten sich gegen die Schulverwaltung, weil diese Gräben und Gängebohren nicht in den Lehrplan aufnehmen wollte. Sie ließen ihre Kinder bei einem Dachsbau ausbilden und vereinigten sich später mit den Murmeltieren und Zwieseln, um eine erfolgreiche eigene Schule zu gründen.<sup>10</sup>*

---

<sup>10</sup> Unbekannte/r VerfasserIn

## **1. Allgemeines zum Thema BIOGRAFIEARBEIT und WERTHALTUNGEN**

Biografiearbeit im Laufbahnselbstmanagement meint das unvoreingenommene Betrachten und Reflektieren der eigenen Lebensgeschichte mit ihren Wendungen, Höhepunkten und auch Brüchen und Wunden.

Sie setzt den Akzent auf das Erkennen von Prägungen und Persönlichkeitsmerkmalen, um das, was sich heute aus seiner biografischen Entwicklung zeigt, zu verstehen.

### **Bedeutung von Biografiearbeit im Laufbahnselbstmanagement**

Das Betrachten der eigenen Lebensgeschichte hat aus vielfältigen Gründen einen zentralen Stellenwert für die Zielgruppe Jugendliche mit Migrationshintergrund. Einige sind hier hervorgehoben:

Biografiearbeit ermöglicht das ganz eigene, einzigartige einer Lebensgeschichte hervorzuheben und stärkt das Bewusstsein, über eigene Ressourcen zu verfügen.

Biografiearbeit löst persönliche Betroffenheit aus und weckt das Forschungsinteresse an der eigenen Person.

Biografiearbeit lässt Zusammenhänge erkennen zwischen Rollen- und Positionen in der Kindheitsgeschichte und Rollen und Positionen im Hier und Jetzt.

Biografiearbeit kann dazu beitragen, sich mit der eigenen Lebensgeschichte und jener der Familie zu versöhnen und damit freier für eine selbstbestimmte Berufswahl zu werden.

Biografiearbeit unterstützt die Wahrnehmung, in ein größeres Ganzes – in eine „Ahnenreihe“ und einen gesellschaftlichen Hintergrund – eingebettet zu sein und kann dadurch sinn- und orientierungstiftend wirken.

### **Vom Wesen der Biografiearbeit**

- ist intim, persönlich, immer subjektiv
- verbindet sich beim einzelnen mit Gefühlen jeder Schattierung
- ist nie wertend und urteilend; interpretiert nicht
- fragt nach dem WAS, WO, WIE und nicht nach dem WARUM

## **Chancen von Biografiearbeit im Gruppensetting**

Im Prozess des Erzählens der eigenen Lebensgeschichte werden neue Zusammenhänge aufgedeckt; den Geschichten anderer zu lauschen, weitet die Sicht auf die eigene Geschichte; Fragen und Rückmeldungen auf Aspekte der eigenen Geschichte zu bekommen, lässt bisher Selbstverständliches in neuem Licht erscheinen.

## **Voraussetzungen von Biografiearbeit in Gruppen**

- Diskretion
- Achtsamkeit, gegenseitige Wertschätzung, Respekt
- vertrauensvolles Klima
- zuhören können / keine Schuldzuweisungen, Erklärungsversuche oder Tipps

## **2. Methoden der Autorinnen zur BIOGRAFIEARBEIT und zu WERTHALTUNGEN<sup>11</sup>**

- **Wertepanorama**
- **Fotowettbewerb**
- **Elterninterview**

Zielsetzung aller Methoden im Verständnis der Biografiearbeit und Werthaltungen

Die Jugendliche können ihre eigene Geschichte in ihren Zusammenhängen verstehen und achten. Sie erkennen die Besonderheiten ihres eigenen Werdeganges und die Wirkung der Kindheit auf ihre heutigen Muster und Prägungen.

---

<sup>11</sup> Diese Methoden wurden in den aktuellen Projekten der Autorinnen für Jugendliche mit Migrationshintergrund bzw. Elternmentorentrainings entwickelt und können im vorliegenden Manual nicht dokumentiert werden

# Beziehungsnetz

*Beziehungen schaden nur dem, der keine hat...*<sup>12</sup>

## **1. Allgemeines zum Thema BEZIEHUNGSNETZ**

### **Zum Begriff Beziehungsnetz**

Das Beziehungsnetz des Jugendlichen enthält alle Menschen, zu denen er/sie eine Verbindung hat; der Jugendliche kann diese Beziehung jederzeit aktivieren.

### **Allgemeine Bedeutung des Beziehungsnetzes**

Es ist wichtig, dass wir Menschen um uns haben, mit denen wir verbunden sind, mit denen wir unsere Gedanken austauschen können, und die uns unterstützen, anregen und mit denen wir verlässliche Kontakte pflegen können. Oft ist es nötig dieses Netz

---

<sup>12</sup> Unbekannte/r VerfasserIn

für bestimmte Anliegen gezielt aufzubauen. Menschen und Gruppen denen wir angehören, geben uns „Boden unter den Füßen“. Sie vermitteln uns das Gefühl, beachtet, geliebt und als junge Menschen geschätzt zu werden. Gute soziale Beziehungen sind wie ein „stabiles Netz das uns hält“.

Hauptfunktionen von Beziehungen:

- sie ermöglichen, dauerhafte und verlässliche zwischenmenschliche Beziehungen zu erfahren und zu pflegen
- wir lernen Unterstützung zu geben und anzunehmen
- wir finden Schutz und Hilfe in kritischen Lebensphasen
- wir erhalten und geben Rückmeldungen, wir tauschen aus
- wir teilen gemeinsame Werte, Lebenshaltungen und Aktivitäten
- sie fordern uns heraus und aktivieren unsere psychischen Kräfte

### **Bedeutung des Beziehungsnetzes im Laufbahnselbstmanagement**

Berufswahlorientierung tangiert immer auch unsere Familie, unser nahes Umfeld und meist auch den erweiterten Freundes- und Bekanntenkreis. Es ist erwiesen, dass Menschen in Übergangszeiten „leichter über die Runden“ kommen, wenn sie in ein verlässliches Netz eingebunden sind. Beziehungen sind „Vitamin B“. Sie erleichtern in manchen Fällen den Zugang zu Ausbildungsstellen.

## **2. Methode zum Thema BEZIEHUNGSNETZ<sup>13</sup>**

- **Das soziale Atom<sup>14</sup>**

Es zeigt anschaulich und unvermittelt auf, mit welchen Menschen wir in Verbindung stehen und welche Qualitäten diese Beziehungen prägen.

Zielsetzung zum Thema Beziehungsnetz

Die Jugendlichen können ihr aktuelles Beziehungsnetz als "Topographie" visualisieren und charakterisieren; sie kennen Vorgehensweisen, um es für bestimmte Anliegen zu aktivieren und zu erweitern.

---

<sup>13</sup> Auch dazu werden aktuell Methoden für Jugendliche mit Migrationshintergrund entwickelt, die hier nicht dokumentiert werden können.

<sup>14</sup> vgl. Petzold und Heini 1993

# Informationsstrategien

## 1. Allgemeines zum Thema INFORMATIONSTRATEGIEN

### Zum Begriff Informationsstrategien

Mit Informationsstrategien ist die Fülle an Möglichkeit zusammengefasst, mit denen sich heute junge Menschen direkt und indirekt, allgemein und spezifisch, über Berufsbildungs- und Arbeitsmarktdaten ins Bild setzen können.

### Bedeutung von Informationsstrategien im Laufbahnselbstmanagement

Ein gelungenes Laufbahnselbstmanagement strebt immer eine „Ganzheit“ an von individuumbezogenen Faktoren und den Bedingungen der Angebotssituation auf dem Bildungs- und Ausbildungsmarkt. Je präziser die Vorgaben und Vorstellungen der einzelnen Personen, um so wahrscheinlicher ist es, dass unter den vielfältigen Angeboten mit geeigneten Strategien die passende Information gefunden wird.

## 2. Eingesetzte Methode zum Thema INFORMATIONSTRATEGIEN

- **Ich erkunde den Beruf**

Zielsetzung zum Thema Informationsstrategien

Die Jugendlichen können ihre bereits vorhandene Kompetenzen bezüglich Informationsstrategien aktivieren, erweitern und anwenden.

### **3. Das Thema Informationsstrategien betrifft...**

**...zum Einen regionale schul- und berufskundliche Informationen sowie Informationen über den regionalen Bildungs- und Ausbildungsstellenmarkt.** Dabei geht es um Folgendes.

- Die Jugendlichen können über verschiedene Kanäle selbst Infos recherchieren (Internet, Medien, BIZ).
- Die Jugendlichen kennen die verschiedenen regionalen Informationsstellen.
- Die Jugendlichen verfügen über entsprechende Bewerbungsunterlagen.
- Die Jugendlichen sind in der Lage, Informationen miteinander zu vergleichen.
- Die Jugendlichen sind in der Lage, zwischen sich und den Infos einen Bezug herzustellen.

**...zum Anderen betrifft es biografiespezifische Informationen**

Die Jugendliche haben die Daten zu Ihrer Lebens- und Schullaufbahn dokumentiert und handlich verfügbar, insbesondere:

- Tabellarischen Lebenslauf
- Zeugnisse
- Bestätigungen, auch für ehrenamtliche Aktivitäten oder Liste von Aktivitäten
- Bestätigungen von besuchten Kursen
- Ergebnisse der Selbsterkundung



## Workshop-Konzept – Methoden und Materialien zur beruflichen Orientierung an Hauptschulen

Im Folgenden wird ein Workshop-Konzept auf der Basis des **Laufbahnselbstmanagements** für die berufliche Orientierung an Hauptschulen skizziert, das nach unseren Einschätzungen und Erfahrungen sinnvoll in ein Gesamtkonzept zur beruflichen Orientierung integriert werden kann.

Ein solcher Workshop kann grundsätzlich wie in unserem STARegio-Beispiel auch von externen TrainerInnen des **Laufbahnselbstmanagements** durchgeführt werden. Mit dem vorliegenden Manual soll aber auch dazu angeregt werden, dass interne Lehrkräfte, SchulsozialarbeiterInnen u. a. solche Workshops gestalten.

Die Steuerung des Gesamtprozesses und die zielführende Integration des Workshops in die schulische Organisation liegt in jedem Fall in der Verantwortung der Schule. Hier fungierten die STARegio-MitarbeiterInnen dort, wo dies gewünscht war, als BeraterInnen und Servicestelle für die Schule.

Im vorliegenden Workshop-Konzept wird versucht, die laufbahnbestimmenden Faktoren *Interessen, Fähigkeiten und Stärken, Ziele und Visionen, Informations- und Entscheidungsstrategien* nach den oben beschriebenen Vorgaben des **Laufbahnselbstmanagements** umzusetzen.

Diese Faktoren werden in jeweils einer oder zwei Arbeitseinheiten bearbeitet.<sup>16</sup> Die dabei eingesetzten Methoden werden im Anschluss daran in kurzen „Drehbüchern“ bzw. „Arbeitsblättern“ veranschaulicht.

Das Kapitel schließt ab mit einer Übersicht zur Literatur, die dem **Laufbahnselbstmanagement** zugrunde liegt, die auch für Lehrkräfte u. a. unterstützend sein kann.

---

<sup>16</sup> Die Arbeit zu den Themenbereichen *Werte, Biografiearbeit und Beziehungsnetz* sowie zahlreiche Methoden, die die Autorinnen aktuell für HauptschülerInnen mit Migrationshintergrund entwickeln, können im vorliegenden Manual noch nicht dokumentiert werden.

Wie oben erläutert, ist auch die regionale Netzwerkarbeit des STARegio-Teams und die Entwicklung zielführender Datenbanken nicht Gegenstand des vorliegenden Manuals.

Zeit	Themenkreise und Methoden des 1. Trainingstags	Setting	Material <sup>17</sup>
8:00 – 8:15	Vor Beginn: Flipchart-Bögen als „Basis“ für Berufswahlposter („Ausstellung“) aufhängen ➤ Begrüßung, Vorstellung ➤ „Berufswahl-Ordner“ checken + Namenskärtchen + Regeln der Zusammenarbeit + „Arbeitszeit“ heute + Pausen (nicht zeitgleich mit Schulpausen!) ➤ Klären, wer Gedichte vorlesen möchte ➤ Anwesenheitsliste in die Gruppe geben		Namenskarten, Anwesenheitsliste, DIN A4-Ordner („Berufswahl-Ordner“), Flipchart-Bogen
08:15 – 08:45	Kennenlernen und „Ausstellungseröffnung“ ➤ Steckbrief ➤ „Ausstellung“, d. h. Berufswahlposter, auf dem im folgenden Prozess alle Arbeitsergebnisse visualisiert werden, mit dem Steckbrief eröffnen ➤ Evaluation Ist-Stand	Einzelarbeit Plenum Einzelarbeit	<b>Arbeitsblatt <i>Steckbrief</i></b> Wachsmalstifte <b>Arbeitsblatt <i>Wo stehe ich?</i></b>
08:45 – 08:50	Tagesablauf vorstellen (Rolle der Trainingsleitung, TL: Gestaltet Ablauf und setzt geeignete Methoden ein, gibt Impulse in die Gruppe; Arbeitsweise: In kleinen Schritten vorgehen; auf transparenten und geordneten Ablauf und Zeitplan achten; zielführendes Setting gestalten; lösungsorientierte Aspekte herausarbeiten; Erwartungen, Anregungen und Anliegen der SchülerInnen flexibel aufgreifen und ernst nehmen; auf angemessene Verteilung von Aufmerksamkeit und Zeit achten.)	Vortrag	Flipchart-Bogen mit Tagesplan
08:50 – 09:10	Einführung <i>Einflussfaktoren auf die berufliche Orientierung</i> <b>Methode <i>Berufswahlmodell</i></b> ➤ Sammeln der Faktoren, die die Berufswahl beeinflussen; Kleingruppe trägt die Faktoren vor und pinnt die Karten an ➤ Verdeutlichen, welche Faktoren die Berufswahl beeinflussen, Ansatzpunkte für Entscheidungsfindung aufzeigen	Folienvortrag  3-er-Gruppe Plenum	<b>Folien zum „Berufswahlmodell“</b> Karten, Pinnwand

<sup>17</sup> Methodendrehbücher und Arbeitsmaterialien sind fett gekennzeichnet und werden auf den folgenden Seiten dokumentiert

09:10 – 10:10	Einführung Interessen, siehe die obigen Erläuterungen zum Themenkreis <i>Interessen</i>  <b>Methoden:</b> <i>Interessensposter</i> <sup>18</sup>  <i>oder Interessensinterview</i>	Plenum  Einzelarbeit/Plenum  2-er-Gruppe/  Plenum	<b>Methodendrehbücher</b> <i>Interessensposter</i> oder <b>Interessensinterview</b> ; <i>Zeitschriften</i> ; <b>Arbeitsblatt Auswahl von Interviewfragen zur Methode Interessensinterview</b>
10:10 – 10:20	PAUSE		
10:20 – 10:30	Ordnen und Sortieren meiner Interessen	Einzelarbeit	<b>Arbeitsblatt Interessen</b>
10:30 – 10:40	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Persönliche Notizen im Berufswahl-Ordner: Was ist mir über meine Interessen klar geworden? Welche Interessen möchte ich in meinem zukünftigen Beruf verwirklichen?</li> <li>➤ Gedicht „Normal“</li> </ul>	Einzelarbeit	Berufswahl-Ordner  Gedichtvorlage
10:40 – 10:45	➤ Bewegungsübung mit Luftballonen oder Übung zur Progressiven Muskelrelaxation (Entspannung)		
10:45 – 11:20	Einführung Fähigkeiten/Stärken (siehe Erläuterungen zum Themenkreis )  <b>Methode: Meine menschlichen Qualitäten</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Qualitäten markieren</li> <li>➤ Auf der Körperfigur <i>Mädchen</i> bzw. <i>Junge</i> richtig platzieren</li> <li>➤ Profilieren im Plenum: Jede/r nennt je zwei aus der Kopfregion, der Handregion, der Bauchregion und der Fußregion</li> <li>➤ Blatt zur „Ausstellung“</li> </ul>	Plenum  Einzelarbeit  Plenum	<b>Methodendrehbuch Fähigkeiten und Stärken erkunden, Arbeitsblätter Meine menschlichen Qualitäten</b> und <i>Körperbild</i> eines jungen Mannes/einer jungen Frau <sup>19</sup>

<sup>18</sup> Zur Methode *Interessensposter*: Die Jugendlichen gestalten in Einzelarbeit aus Zeitschriften ein aktuelles Abbild ihrer Interessen, unabhängig davon, welchen Lebensbereichen sich diese Interessen zuordnen lassen. Das Interessensposter wird abschließend mit einem Titel versehen und im Plenum vorgestellt. Die MitschülerInnen geben Rückmeldung dazu, welche Interessen sie wahrgenommen haben und was ihnen sonst noch auffällt. Zuletzt kommt das Interessensposter zur „Ausstellung“ auf das Berufswahlposter.

<sup>19</sup> Ein „Körperbild“ kann selbst skizziert werden, es kann aber auch eine Vorlage verwendet werden. Diese sollte möglichst neutral gehalten sein.

11:20 – 11:30	➤ Persönliche Notizen im Berufswahl-Ordner: Was ist mir über meine Fähigkeiten klar geworden? Welche Begriffe waren für mich neu? Welche Bezeichnung meiner Fähigkeiten war für mich besonders interessant?	Einzelarbeit	Berufswahlordner
11:30 – 11:45	➤ PAUSE		
11:45 - 12:45	Weiterarbeit am Themenkreis <i>Fähigkeiten und Stärken</i> <b>Methode <i>Geschichten erzählen</i></b> ➤ Einführung in die Methode, Notwendigkeit von Vertraulichkeit klären ➤ Durchführung in Kleingruppen (bei zwei TrainingsleiterInnen, andernfalls im Plenum) ➤ Diskursive Auswertung der Erfahrungen in der Rolle als Sender und Empfänger von Feedback zu den eigenen Fähigkeiten  ➤ Dokumentieren und Ordnen der Ergebnisse zum Themenkreis <i>Fähigkeiten</i>  ➤ <i>Feed Back</i> – Arbeitsblatt erläutern und als Hausaufgabe „aufgeben“	Plenum Kleingruppe Plenum  EinzelarbeitPlenum	<b>Methodendrehbuch <i>Fähigkeiten und Stärken erkunden</i></b>  <b>Arbeitsblatt <i>Dokumentieren und Ordnen meiner Fähigkeiten und Stärken</i></b> <b>Arbeitsblatt <i>Selbsteinschätzung - Fremdeinschätzung</i></b>
12:45 – 13:00	Persönliche Notizen im Berufswahl-Ordner: Was ist mir klar geworden? Was war für mich neu? Was war für mich besonders wichtig, interessant, hilfreich oder schwierig?		Berufswahlordner
13:00 – 13:15	<b>Vorstellung und Einführung in das Explorix Testverfahren als <u>Hausaufgabe</u>:</b> ➤ Einführung und eingehende Erläuterung, welche Seiten wie auszufüllen sind ➤ Aushändigung der Testhefte	Plenum	<b>Explorix-</b> Testhefte (Angaben zum Bezug siehe <b>Methodendrehbuch</b> )
13:15 – 13:25	Evaluationsbogen <i>Wo stehe ich jetzt? Wie zufrieden bin ich mit?</i>	Einzelarbeit	<b>Evaluationsblatt</b>
13:25 – 13:40	➤ Ankerrunde / Absprachen: Wann trifft sich die Gruppe das nächste Mal? ➤ Abschluss-Blitzlicht: Assoziationskarten auslegen – „Was ich noch sagen möchte...“ ➤ Gedicht „Weg“	Plenum	Assoziationskarten (Landschaftsfotos oder Karten aus dem Fachhandel) Gedichtvorlage (siehe oben, Themenkreis <i>Interessen</i> )

**Arbeitsblatt *Steckbrief***

Hier bitte beim  
nächsten Work-  
shoptag ein Foto  
von Dir einfügen

<p>Vorname, Name, immer erreichbar über Tel.-Nr.:</p> <p>.....</p> <p>.....</p>
<p>Alter, welche Klasse, Name Klassenlehrer:</p> <p>.....</p> <p>.....</p>
<p>Berufswünsche:</p> <p>.....</p> <p>.....</p>
<p>Hobbies:</p> <p>.....</p> <p>.....</p>
<p>Das wäre das Verrückteste, das mir im nächsten Jahr passieren könnte:</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>

## Arbeitsblatt: *Wo stehe ich?* (Evaluationsblatt zum Workshop-Start)

### Wo stehe ich heute morgen?

Name: \_\_\_\_\_

#### 1. Wie weit bist Du mit Deinen Berufswünschen?

1      2      3      4      5      6

(bitte ankreuzen)

1 = Ich habe schon eine genaue Vorstellung, welche Berufe für mich in Frage kommen

6 = Ich habe mich noch überhaupt nicht darum gekümmert – ich weiß nicht, was ich nach Abschluss der Schule machen werde

#### 2. Wie weit bist Du mit der Suche nach einem geeigneten Praktikumsplatz?

1      2      3      4      5      6

(bitte ankreuzen)

1 = Ich habe schon einen Praktikumsplatz, von dem ich voll überzeugt bin, dass er für mich passt

6 = Ich habe mich, was das nächste Praktikum anbelangt, noch um nichts gekümmert

#### 3. Falls Du schon einen Praktikumsplatz in Aussicht hast: Was hast Du genau unternommen, um dahin zu kommen?

---

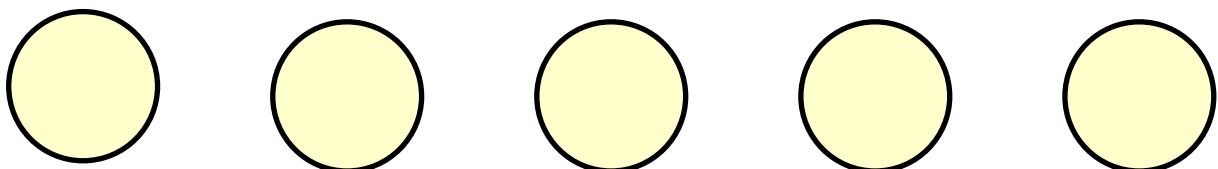
---

#### 4. Falls Du schon einen Praktikumsplatz in Aussicht hast: Wer hat Dich dabei unterstützt?

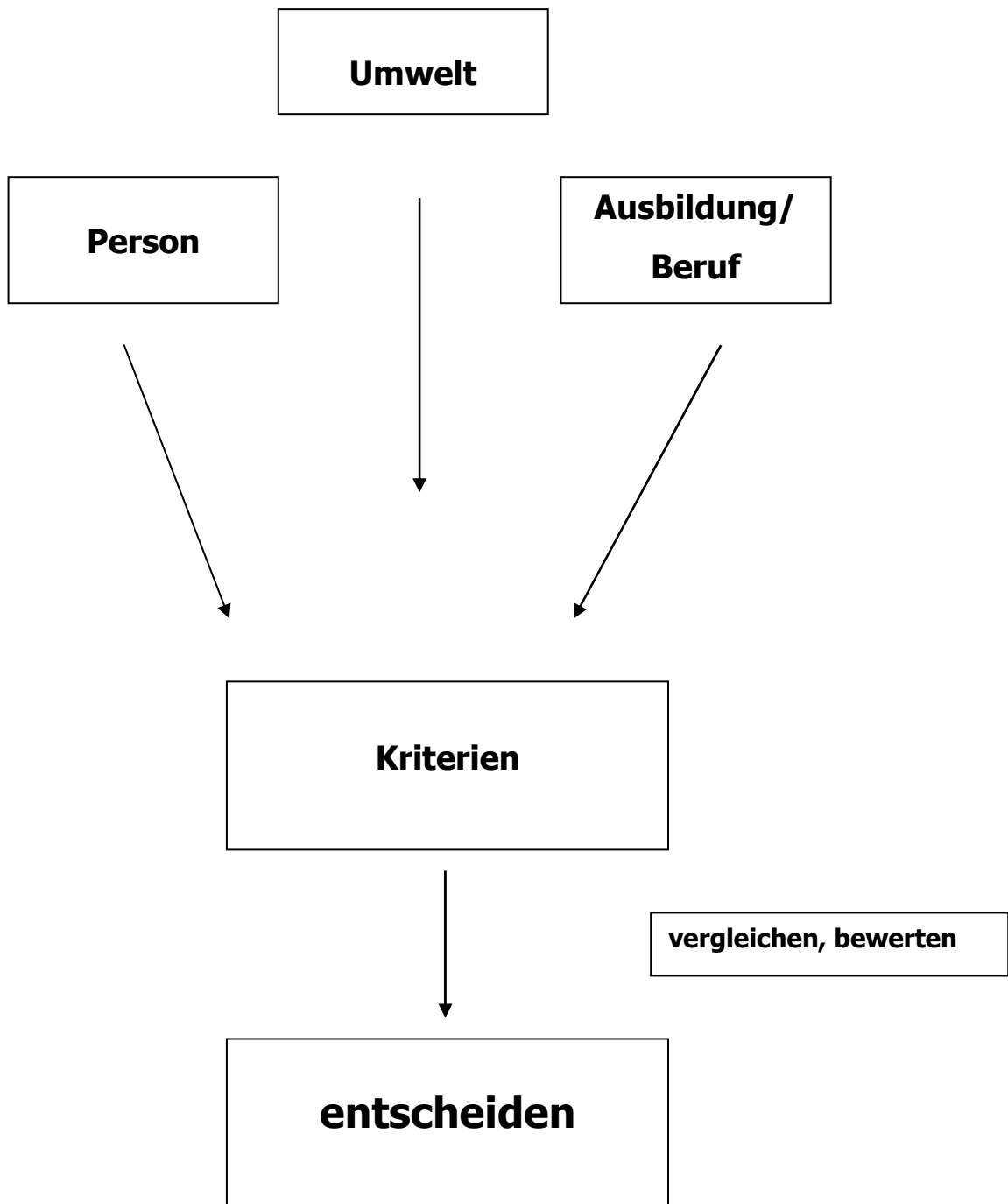
---

---

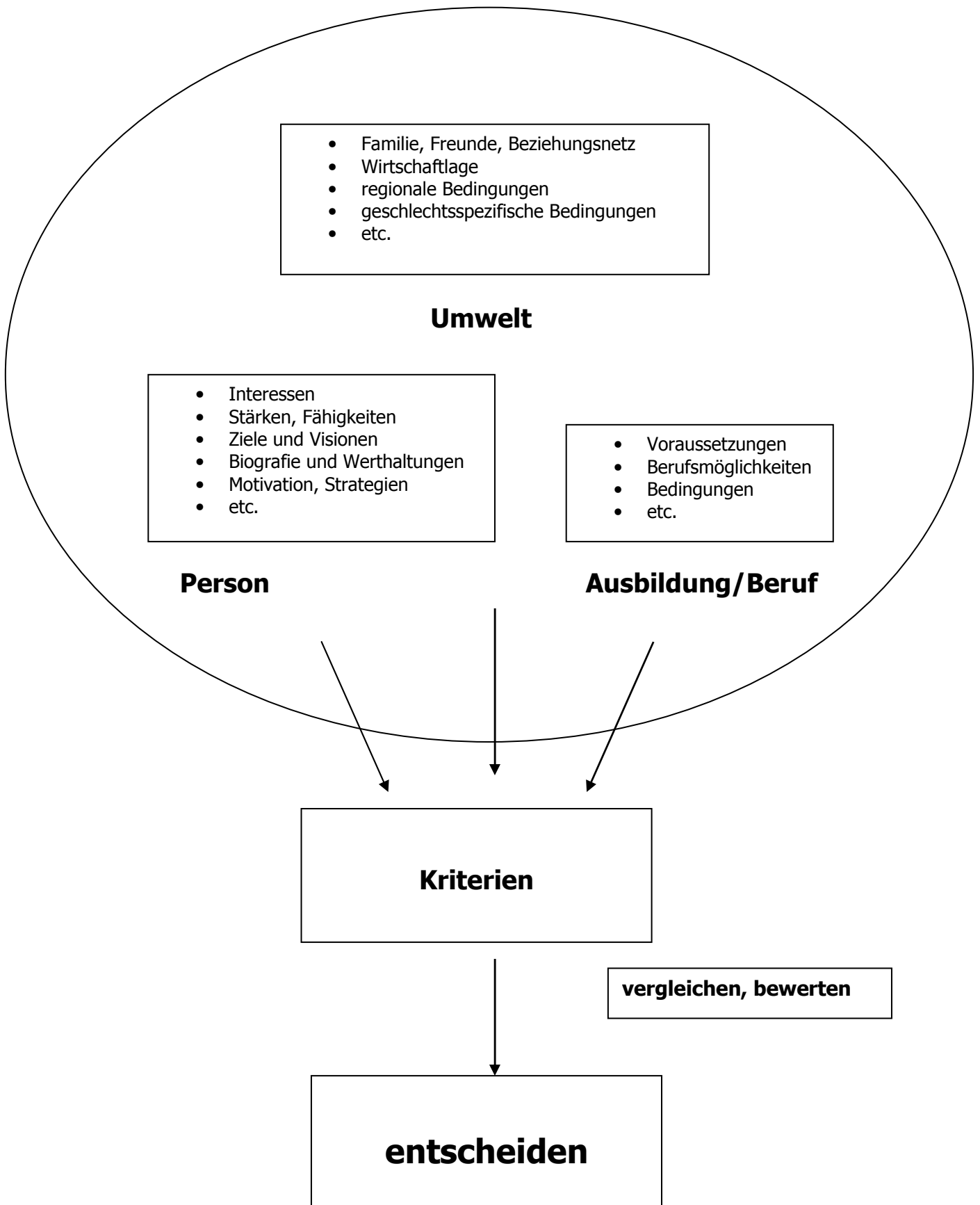
#### 5. Wie geht es Dir spontan, wenn Du heute morgen an Deine berufliche Zukunft denkst? (Gesichter von sehr gut bis zu ganz schlecht einzeichnen)



## Arbeitsblatt Berufswahlmodell, Folie I



## Arbeitsblatt Berufswahlmodell, Folie II





## Methodendrehbuch: *Interessensinterview*

### Zeitplanung:

1. Schritt: Aktivieren	Plenum	10 Min.
2. Schritt: Interviewen	2-er-Team	30 Min.
3. Schritt: Zeichnung	Einzel	10 Min.
4. Schritt: Zusammenfassung	Plenum	10 Min.

---

60 Min.

### Ziel:

- Bewusst machen, mit welchen Fragen Interessen in Erfahrung gebracht werden, welche Fragen den Zugang zu den eigenen Interessen erleichtern
- Gegenseitige Neugierde wecken
- Eigenes Interessenprofil deutlicher wahrnehmen

### Ablauf/Auftrag:

#### **1. Schritt – Aktivieren:**

Zunächst Fragen sammeln, die sich eignen, die Interessen eines Menschen zu erkunden.

Falls nötig, kann danach mit Hilfe des Arbeitsblatts *Fragen zu Interessen* erläutert werden, wie Fragen formuliert sein sollten, um Auskunft über Interessen zu erhalten (und nicht nur eine Sammlung von Aktivitäten zu bekommen)

#### **2. Schritt – Interviewen:**

Interview durchführen lassen und selber befragt werden.

#### **3. Schritt – Zeichnen:**

Der/Die InterviewerIn stellen die Interessen des Anderen in einer Zeichnung/einem Bild dar.

#### **4. Schritt – Zusammenfassen:**

Die InterviewerInnen geben eine Zusammenfassung der Interessen des Interviewten in Form einer Zeichnung im Plenum oder je nach Gruppengröße in einer Kleingruppe.

*Variante bei Zeitknappheit:* Der 3. Schritt entfällt, die InterviewerInnen geben ein Feedback des Gehörten im Plenum oder in der Kleingruppe.

### Arbeitsmaterial

Arbeitsblatt *Interviewfragen zur Methode Interessensinterview*

## Arbeitsblatt: Fragen zur Methode Interesseninterview

1. **Was machst Du in deiner Freizeit?**  
Beispiel: Fußball spielen  
Was ist es, was Dich daran begeistert?.....(das Besondere?)  
Machst Du das häufig? ..... („Tatbeweis“)
2. **Was sind deine Hobbies? Wie oft machst Du das?**
3. **Welche Fernsehsendungen/Kinofilme schaust Du am Liebsten?**
4. **Wenn Du in eine Buchhandlung gehst nach welchen Büchern schaust Du zuerst?**
5. **Wonach suchst Du im Internet zuerst?**
6. **Welche Schulfächer interessieren Dich besonders? Für welche Fächer lernst Du freiwillig ?**
7. **Was hat Dir im Kindergarten am meisten gefallen? (Singen, Vorlesen, Basteln, Turnen usw.)**
8. **Gibt es etwas wofür Du Dich besonders anstrengst?**
9. **Wenn Du mehr Zeit hättest, was würdest Du gerne noch häufiger tun?**
10. **Wenn Du in ein Kaufhaus gehst in welche Abteilung zieht es Dich zuerst?**
11. **Bei welcher Beschäftigung fühlst Du dich besonders wohl?**
12. **Gibt es etwas, was Du gerne noch ausprobieren willst?**
13. **Stell Dir vor ich schenke Dir 1.000 €. Für was wirst Du das Geld ausgeben?**

## Methodendrehbuch *Fähigkeiten und Stärken erkunden*

(Meine menschlichen Qualitäten feststellen, Geschichten erzählen/Stärken ableiten und Feedback einholen)

### Zeitplanung (ohne Pausen):

1. Schritt: Meine menschlichen Qualitäten feststellen	Einzel 40 Min.
2., 3. u. 4. Schritt: Erinnern, Erzählen, „Ableiten“	Plenum 40 Min.
5. Schritt: Zusammentragen und Überreichen	Plenum 15 Min.
6. Schritt: Strukturieren und Zusammenfassen	Einzel 15 Min.
7. Schritt: Arbeitsblatt Selbsteinschätzung – Fremdeinschätzung als Hausaufgabe erläutern	Plenum 05 Min.

---

100 Min.

### Ziel:

- SchülerInnen üben „Werkzeuge“ zur Wahrnehmung ihrer Fähigkeiten
- SchülerInnen üben Begriffe für Stärken, wie sie in der Berufswelt üblich sind
- SchülerInnen üben das konsequente Fokussieren auf Stärken
- SchülerInnen üben Feedback – Geben und Einholen

## **Ablauf/Arbeitsauftrag:**

### **1. Schritt - Meine menschlichen Qualitäten feststellen:**

„Wähle in Einzelarbeit 20 Qualitäten/Kompetenzen aus Arbeitsblatt *Meine menschlichen Qualitäten* aus und markiere sie; Platziere sie danach auf dem Arbeitsblatt Mann/Frau an die jeweils „richtige“ Körperstelle.

Stelle danach je zwei aus der Kopfreion, der Handregion, der Bauchregion und der Fußregion im Plenum vor...“

### **2. Schritt – Erinnern:**

„Erinnere Dich nun an eine Begebenheit aus Deinem Leben, in der Du aktiv handeln musstest und Dir dies nach Deiner eigenen Bewertung auch ganz gut gelungen ist. Es spielt keine Rolle, wie weit dieser Anlass zurückliegt oder ob es sich um eine Begebenheit in Deiner Freizeit, Deinem Freundeskreis, aus der Familie oder Schule handelt. Wichtig ist lediglich, dass Du dabei gehandelt hast und dass Du selber mit Deinem Beitrag – auch angesichts der Umstände – eigentlich ganz zufrieden warst.

Wenn Dir mehrere Beispiele in den Sinn kommen, wähle einfach irgendeines davon aus...“

### **3. Schritt – ERZÄHLEN:**

„Erzähle nun Deine "Geschichte" konkret und anschaulich, Schritt für Schritt – und dann habe ich das gemacht, und danach dieses...– in der kleinen Gruppe. Du hast dafür etwa fünf Minuten zur Verfügung...“

### **4. Schritt – ABLEITEN:**

Während der einzelne erzählt, schreiben die GruppenteilnehmerInnen auf Moderationskärtchen mit, welche Fähigkeiten es ihrer Meinung nach braucht, um so handeln zu können, wie er/sie gehandelt hat.

### **5. Schritt - Zusammentragen und Überreichen:**

Nach der Geschichte lesen die GruppenteilnehmerInnen eine/r nach der/m anderen vor, welche Fähigkeiten der ErzählerIn/der Erzählerin sie notiert haben. Das Notizkärtchen mit den Fähigkeiten wird danach dem/der ErzählerIn überreicht.

Nun kommt ein/e nächste/r TeilnehmerIn mit seiner/ihrer Geschichte dran.

### **6. Schritt - Strukturieren und Zusammenfassen:**

Jede/r Hauptschüler/in ordnet seine/ihre Stärken und Fähigkeiten aus den beiden Übungen auf dem Arbeitsblatt.

### **7. Schritt - Arbeitsblatt Selbsteinschätzung - Fremdeinschätzung als Hausaufgabe:**

Wer Interesse an weiteren Echos über sich hat, kann mit dem Arbeitsblatt im Laufe der nächsten Tage Feedbacks von seiner/n Familie, Freunden, Bekannten etc. für sich aufzeichnen und ggf. mit einer Vertrauensperson besprechen.

### **Material:**

Arbeitsblatt *Meine menschlichen Qualitäten*, Arbeitsblatt *Körperfigur Mann/Frau*, Moderationskarten, Stifte

## Arbeitsblatt *Meine menschlichen Qualitäten*

Persönliche Qualitäten intuitiv erfassen

Für die nächste Übung ist es besonders wichtig, dass Du Dich großzügig betrachtest, weil Menschen, insbesondere Frauen, erfahrungsgemäß wenig Übung haben im Benennen ihrer positiven Eigenschaften.

### **Benenne deine positiven Eigenschaften**

Unterstreiche bitte auf der unten aufgeführten Eigenschaftsliste „Ich bin...“ 20 Qualitäten, die auf Dich zutreffen. Gehe dabei intuitiv vor – Du brauchst hier nichts zu begründen und nichts zu relativieren. Sicher fehlen auf der Liste viele Eigenschaften, die auf Dich zutreffen. Ergänze die Liste selbst. Überlege auch nicht, ob diese oder jene Eigenschaft berufsrelevant ist oder nicht. Diese Einstufung erfolgt später. Vielleicht schmunzelst Du bei dieser oder jener Eigenschaft – warum sie wohl hier auf der „positiven“ Liste steht? Lasse Dich dadurch in Deiner Auswahl nicht beeinflussen.

### **Erfasse intuitiv, was auf dich zutrifft**

Eigenschaftsliste „Ich bin...“  
arbeitsam – attraktiv – anpassungsfähig – anspruchslos  
ausdauernd – begeisterungsfähig – bescheiden – belastbar  
cool – charakterfest – charmant  
diszipliniert – dienend – dankbar – durchsetzungsfähig  
ehrlieh – effizient – einfühlsam – entscheidungsfreudig –  
emotional  
flink – fit – fröhlich – feinfühlig  
geistreich – gelassen – großzügig – gewandt – geduldig  
humorvoll – herzlich – hübsch  
ideenreich – intuitiv – intelligent – interessiert  
konzentriert – kooperativ – kommunikativ – kreativ  
konsequent – konfliktfähig – konkret  
lernfreudig – lebendig – lustvoll – liebevoll – loyal  
motiviert – musisch – mütterlich

nostalgisch – natürlich – normenorientiert – neugierig  
optimistisch – originell  
praktisch – politisch – partnerschaftlich  
rational – realistisch  
selbstsicher – spontan – spielerisch – sportlich  
tonangebend – treu – teamfähig  
unkompliziert – unkonventionell  
versöhnlich – vertrauensvoll  
widerstandsfähig – wissbegierig  
zuversichtlich – zielstrebig – zuverlässig

**Ordne intuitiv  
deine persönli-  
chen Qualitäten  
zu**

Lasse Dich nun durch die Gestalt auf dem nächsten Blatt inspieren.  
Trage Deine 20 positiven Eigenschaften dort auf dem Bild ein, wo sie Deiner Meinung nach hinpassen. Ergänze zum Schluss das Gesamtbild, falls Du noch Lücken entdeckst.

### **Arbeitsblatt *Selbsteinschätzung – Fremdeinschätzung***

Hole Dir gezielt Feedbacks/Echos aus der Familie, von Lehrern und anderen Erwachsenen, von Freunden, Bekannten usw. Wähle fünf Menschen aus, die Du magst, und die Du aus verschiedenen Situationen kennst. Erkläre ihnen, dass Du daran interessiert bist, ein möglichst realistisches Bild über Dich selber zu bekommen. Danach beschreibst Du dein Anliegen wie folgt: „Nenne möglichst spontan 5 Eigenschaften, Stärken, „Qualitäten“ von mir. Du brauchst nicht lange überlegen.“ Notiere die 25 Angaben auf dem folgenden Raster oder lasse sie notieren.:

Feedbacks	1. Eigenschaft	2. Eigenschaft	3. Eigenschaft	4. Eigenschaft	5. Eigenschaft
Person A					
Person B					
Person C					
Person D					
Person E					

**Arbeitsblatt *Dokumentieren und Ordnen meiner Fähigkeiten und Stärken***

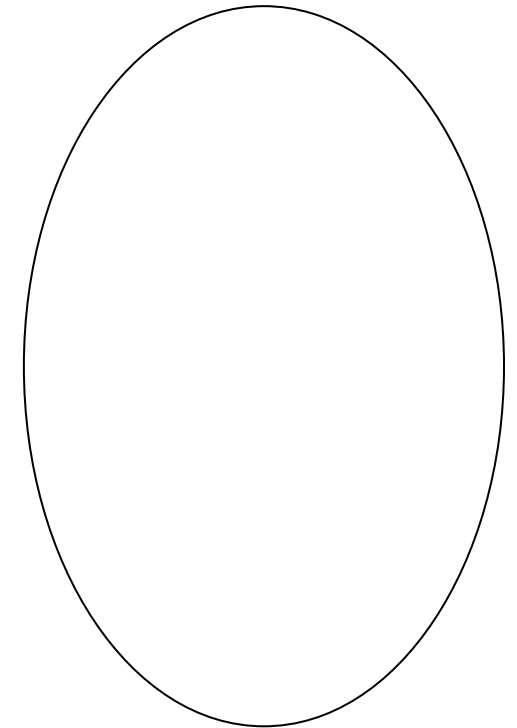
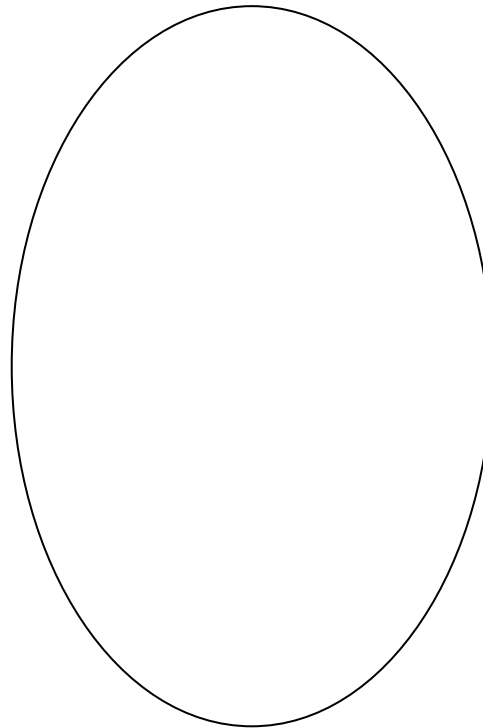
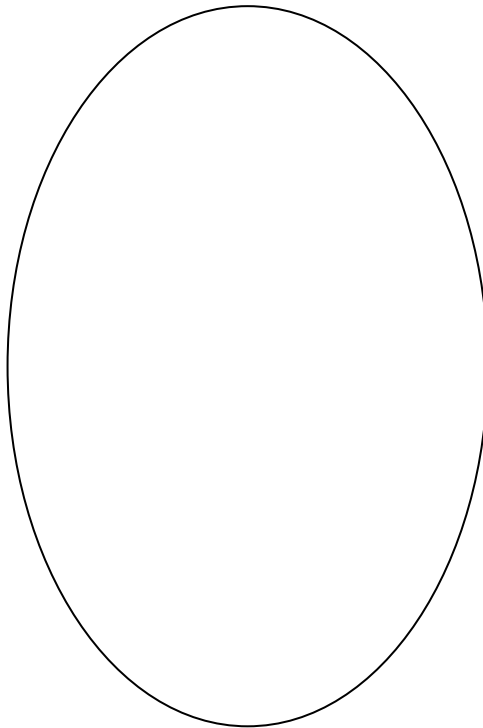
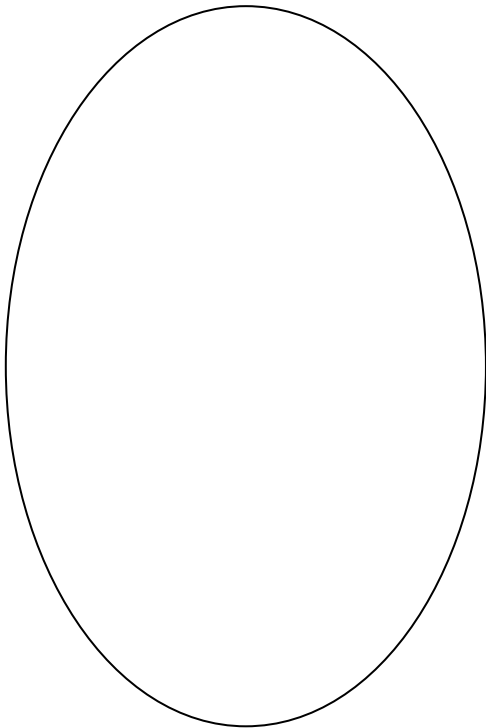
**Meine Stärken und Fähigkeiten im Umgang mit...**

**...Sachen, Gegenständen:  
fachliche Kompetenzen**

**...mit einzelnen Menschen  
und Gruppen:  
Soziale Kompetenzen**

**...mit Informationen:  
Methodische Fähigkeiten**

**...mit mir selbst:  
Selbstkompetenz  
(„persönliche“ Fähigkeiten)**



Arbeitsblatt Wo stehe ich jetzt? Wie zufrieden bin ich mit mir?

# Auswertungsfragebogen

Liebe/r Gruppenteilnehmerin und -teilnehmer,

Wir bitten Dich um Deine Bewertung, Deine Antworten helfen uns, die Laufbahnselbstmanagement-Gruppen zu verbessern und weiter zu entwickeln.

## 1. Wie wurdest Du von unseren eingesetzten Methoden angesprochen?

Besonders.....Weniger						Methode	Bemerkung
1	2	3	4	5	6	Berufswahlmodell	
1	2	3	4	5	6	Interessensinterview	
1	2	3	4	5	6	Meine menschlichen Qualitäten	
1	2	3	4	5	6	Geschichten erzählen	

## 2. Was nimmst Du für Dich persönlich aus der Gruppe mit?

---

---

## 3. Was hast Du in der Gruppe vermisst?

---

---

## 4. Wie beurteilst Du die Gruppenleitung?

---

## 5. Wie empfindest Du die Dauer der Gruppe?

- genau richtig
- zu kurz
- zu lang

## 6. Deine Gesamtbeurteilung - diese Gruppe ist:

sehr zu empfehlen

nutzlos

**1**

**2**

**3**

**4**

**5**

**6**

(bitte ankreuzen)



Zeit	Themenkreise und Methoden des 2. Trainingstags	Setting	Material <sup>20</sup>
08:00 – 08:15	Vor Beginn: Berufswahlposter („Ausstellung“) mit den Arbeitsergebnissen vom 1. Trainingstag ( <i>Steckbrief, Interessensposter</i> oder <i>–Bild, Menschl. Qualitäten</i> etc.) aufhängen <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Begrüßung</li> <li>➤ „Berufswahl-Ordner“ checken + Namenskärtchen + Regeln der Zusammenarbeit + „Arbeitszeit“ heute + Pausen (nicht zeitgleich mit Schulpausen!)</li> <li>➤ Klären, wer Gedichte vorlesen möchte</li> <li>➤ Anwesenheitsliste in die Gruppe geben</li> </ul>		Berufswahlposter vom 1. Trainingstag Namenskarten, Anwesenheitsliste, DIN A4-Ordner („Berufswahl-Ordner“), Flipchart-Bogen mit Tagesplan
08:15 – 08:25	Kurzes Blitzlicht „Wo stehe ich heute morgen“ mit Assoziationskarten		Assoziationskarten
08:25 – 09:00	<b><i>Explorix-Hausaufgabe weiter führen – Zuordnung der Ergebnis-codes zu den Berufen:</i></b> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Kurze Wiederholung zur Systematik von Holland (siehe Ablaufplan 1. Trainingstag)</li> <li>➤ Ergebnis-codes werden mit Unterstützung der Trainingsleitung überprüft und ggf. ergänzt</li> <li>➤ Jede/r SchülerIn wählt nun für sich die zugehörigen Berufe aus der Explorix-Berufeliste im Testheft aus dem Fachhandel, die auch in DIN A3-Format auf zwei Pinnwänden ausgestellt sind, aus. (Außer diejenigen Berufe, die ganz offensichtlich unpassend sind). Er notiert die Berufe zunächst auf Moderationskarten</li> <li>➤ Jede/r SchülerIn überträgt danach die Ergebnis-codes mit den zugehörigen Berufen auf das Arbeitsblatt <i>Auswertung Explorix</i>, wo nötig mit Unterstützung der TL</li> </ul>	Einzelarbeit  Plenum  Einzelarbeit  Einzelarbeit	Als Hausaufgabe bearbeitete <b>Explorix-Testhefte</b> aus dem Fachhandel  <b>Methodendrehbuch <i>Explorix</i></b>  <b>Arbeitsblatt <i>Auswertung Explorix</i></b>  Berufswahlposter Moderationskarten und Stifte

<sup>20</sup> Methodendrehbücher und Arbeitsmaterialien sind fett gekennzeichnet und werden auf den folgenden Seiten dokumentiert

	➤ Zuletzt kommt das Arbeitsblatt <i>Auswertung Explorix</i> zur „Ausstellung“ auf das Berufswahlposter.		
09:00 – 09:15	Bewegungsübung <sup>21</sup> und kurze PAUSE	Plenum	
09:15 – 10:10	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Einführung <i>Lebensziele und Visionen</i>, siehe die obigen Erläuterungen zum Themenkreis</li> <li>➤ Einführung in die Methode <i>Berufsbildertest</i></li> <li>➤ Durchführung siehe Methodendrehbuch</li> <li>➤ Notizen auf den Moderationskarten zur „Ausstellung“ auf das Berufswahlposter</li> </ul>	Plenum	<b>Methodendrehbuch <i>Berufsbildertest</i> Berufsbildertest-Sets</b> für Männer und Frauen in der passenden Anzahl
10:10 – 10:25	➤ PAUSE		
10:25 – 10:50	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Kurzer Aufsatz „Ich in 3 Jahren“</li> <li>➤ Abschlussrunde: Wer will, darf seine Vorstellungen und Visionen zu seinem/ihrem Leben in 3 Jahren im Plenum vortragen. Aufsatz in den Berufswahl-Ordner</li> <li>➤ Bewegungsübung <i>Perspektivenwechsel</i><sup>22</sup></li> </ul>	Einzelarbeit  Plenum	
10:50 – 11:05	Arbeitsblatt <i>Mein Profil</i> bearbeiten: Zusammenfassen, Ordnen und Sortieren der bisherigen Selbsterkundungsergebnisse mit Hilfe der Arbeitsblätter <i>Interessen, Fähigkeiten, Auswertung Explorix</i> und aller anderen Materialien auf dem Berufswahlposter	Einzelarbeit mit Unterstützung der Trainingsleitung	<b>Arbeitsblatt <i>Mein Profil</i></b>
11:05 – 11:10	➤ Gedicht <i>Lerne</i>	Plenum	Gedichtvorlage

<sup>21</sup>Vgl. Dr. Diana Drexler: Das integrierte Stress-Bewältigungs-Programm, Stuttgart 2006

<sup>22</sup> Vgl. Dr. Diana Drexler, ebenda

11:10 - 12:40	<p><b>Ideen-Pool und <i>Meine nächsten Schritte in Richtung Praktikum</i></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Schritt (Plenum) - Hinführung Ideenpool</li> <li>2. Schritt (Plenum) - Ideen sammeln</li> <li>3. Schritt (Einzelarbeit) – Ideen ergänzen</li> <li>4. Schritt (Einzelarbeit) – Arbeitsblatt <i>Mein nächster Schritt</i> bearbeiten</li> <li>5. Schritt (Zweiergruppe) - Austausch zu Zweit: Austausch über die sinnvollen und notwendigen nächsten Schritte und mögliche Klärung einzelner Fragen. Fragen, die in der Zweiergruppe nicht beantwortet werden können, werden auf Karten notiert</li> <li>6. Schritt (Plenum) - Fragen vortragen, Sortieren und gemeinsam beantworten: Fragen werden von der Leitung geordnet und diskursiv beantwortet. Werkstattcharakter!! Arbeitsblatt <i>Mein nächster Schritt</i> an das Berufswahlposter</li> <li>7. Schritt: Gedicht <i>Weg</i></li> <li>8. Schritt: Notizen in das Berufswahlheft</li> </ol>	<p>Plenum Plenum Einzelarbeit Einzelarbeit</p> <p>Zweier-Gruppe</p> <p>Plenum</p> <p>Plenum Einzelarbeit</p>	<p><b>Methodendrehbuch <i>Ideenpool</i></b></p> <p>Berufswahlposter mit den bisherigen Arbeitsergebnissen <b>Arbeitsblatt <i>Meine nächsten Schritte und Vertrag mit mir selbst</i></b></p> <p>Flip-Chart und Marker</p>
12:40 - 12:50	PAUSE		
12:50 – 13:30	<p><b>Einbeziehung des/der KlassenlehrerIn und/oder der zuständigen Lehrkraft</b> Begrüßung der Lehrkraft; Klassenlehrer oder die zuständige Lehrkraft „besichtigen“ zusammen mit ihren SchülerInnen die „Ausstellung“ <b>Vorstellung von Informationsquellen und -materialien zur Berufsfindung</b></p>	<p>Plenum Einzelarbeit</p> <p>Plenum</p>	<p><b>Infoquellen/Materialien zur Berufsfindung, z. B. Do It-Flyer der Reg. Jugendagentur <i>Job Central</i></b></p>

13:30 – 13:55	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Abschlussrunde: Jede/r SchülerIn nennt seine/ihre Ziele und wer sie/ihn dabei unterstützen kann – danach kommt der Vertrag zur „Ausstellung“ auf das Berufswahlposter</li> <li>➤ Ankerrunde/Absprachen: Wann trifft sich die Gruppe das nächste Mal mit dem Klassenlehrer oder der zuständigen Lehrkraft? Durch wen/wo/wie werden die Berufswahlposter aufbewahrt?</li> <li>➤ Glücksmuscheln auswürfeln, jede Glücksmuschel kommt an ihren „richtigen Platz“</li> <li>➤ Gedanken zum Thema <i>Glück</i> vorlesen</li> </ul>	Plenum	<p>Muscheln in durchsichtigen kleinen Plastikbechern mit Papierdeckeln, die mit Zahlen beschriftet werden (von 1 bis Anzahl der TeilnehmerInnen)</p> <p>2 Würfel Arbeitsblatt <i>Vorlage Glück</i></p>
13:55 – 14:10	Evaluationsbogen: Wo stehe ich jetzt? Wie zufrieden bin ich mit?	Einzelarbeit	Evaluationsblatt (analog dem Arbeitsblatt des 1. Trainingstages)

## Methodendrehbuch Explorix – das Werkzeug zur Berufswahl und Laufbahnplanung

### Zeitplanung (ohne Pausen):

1. Schritt: Einführung	Plenum	10 Min.
2. Schritt: Eigenständiges Ausfüllen d. Testunterlagen	Einzel	30 Min.
3. Schritt: Codes feststellen u. überprüfen/ergänzen	Plenum	15 Min.
4. Schritt: Zugehörige Berufe ermitteln	Einzel	15 Min.
6. Schritt: Arbeitsblatt <i>Explorix</i> ausfüllen	Einzel	05 Min.

---

100 Min.

### Ziel:

1. Interessen und Fähigkeiten werden selbst erkundet und bewusst gemacht
2. Die eigenen Interessen und Fähigkeiten können mit möglichen Berufsbildern in Zusammenhang gebracht werden
3. Die SchülerInnen erhalten implizit Informationen zu Berufsbildern bzw. werden angeregt, sich näher damit zu befassen
4. Die SchülerInnen erhalten einen ersten Eindruck, dass es auf die individuelle Passgenauigkeit von ihrem Bewerberprofil und Anforderungsprofilen der Berufe ankommt (viele Berufe erscheinen ihnen nach den bisherigen Erfahrungen, obwohl sie „pro forma“ passen, völlig abwegig...)

### Ablauf/Arbeitsauftrag Variante I:

- Der Test gibt Dir wertvolle Informationen und Entscheidungshilfen zu Deiner Berufswahl. Er hilft Dir auch, im nächsten Schritt nach der richtigen Praktikumsstelle zu suchen. Wenn Du Dich schon entschieden hast, kann er Dich bestärken oder weitere Möglichkeiten aufzeigen.  
Der Test beruht auf der wissenschaftlichen Theorie über Menschen und ihren Berufstätigkeiten. Sie wurde in Amerika bereits in den 60iger Jahren von Dr. John Holland entwickelt und ist heute eine einflussreiche Berufswahltheorie. Die Grundidee ist einfach: In der Persönlichkeitsforschung wurden sechs verschiedene Typen gefunden, die mit den Buchstaben **R** handwerklich-technisch, **I** untersuchend-forschend, **A** künstlerisch-kreativ **S** erziehend-pflegend, **E** führend-verkaufend, **C** ordnend-verwaltend abgekürzt werden. In analoger Weise wurden auch die in Deutschland relevanten Berufsbilder kategorisiert.  
Der einzelnen Berufspersönlichkeit werden schließlich dementsprechend in Frage kommende Berufsbilder empfohlen.  
Zu jedem Persönlichkeitstyp gibt es deshalb eine passende Gruppe von Berufen.
- Du schätzt Dich im Test selbst ein und zwar nach Tätigkeiten, die Du gerne tust, Fähigkeiten, die Du Dir zuschreibst (das, was Dir leicht oder schwer fällt). Du wählst Berufe aus, die Du interessant findest oder ablehnst, und schätzt zum Schluss deine Eigenschaften im Vergleich zu anderen Menschen Deines Alters ein. Sei unbedingt ehrlich zu Dir selbst, nur dann bringt Dich der Test weiter...
- Du füllst nun Blatt für Blatt die Testunterlagen in Deinem Testheft aus.  
Du wertest anschließend die Testunterlagen auf dem Blatt *Die Auswertung Ihrer Antworten* aus, ermittelst Deine Ergebniscodes und trägst diese auf dem Auswertungblatt ganz unten ein.
- Dann notierst DU diese auf Deinem Arbeitsblatt *Auswertung Explorix*.  
Die Trainingsleitung überprüft abschließend Deinen Ergebniscode und ergänzt ihn bei Bedarf.

- Jede/r wählt nun für sich die zugehörigen Berufe aus der Explorix-Berufeliste, die auch in DIN A3-Format auf zwei Pinnwänden ausgestellt sind, aus. (Außer diejenigen Berufe, die ganz offensichtlich unpassend sind).
- Diese in Frage kommenden Berufe werden auf einer Moderationskarte notiert und kommen zur „Ausstellung“ auf das Berufswahlposter.

## **Ablauf/Arbeitsauftrag Variante II:**

Um Trainingszeit einzusparen, geben wir das eigenständige Ausfüllen der Testunterlagen und das eigenständige Ermitteln des Berufscodes auch als Hausaufgabe auf. Es empfiehlt sich in diesem Falle, telefonisch vor dem entsprechenden Trainingstag nachzuhaken. Der Gruppenprozess wird wesentlich gestört, wenn nur ein/e SchülerIn die Unterlagen vergessen hat. Der Test an sich ist nach unseren Erfahrungen für HauptschülerInnen aber keinesfalls überfordernd.

Ablauf/Auftrag 1. Trainingstag:

- Einführung und eingehende Erläuterung zur Hausaufgabe: Welche Seiten sind wie auszufüllen?
- Aushändigung der Testhefte

Ablauf/Auftrag 2. Trainingstag:

- Codes überprüfen und ggf. ergänzen
- Arbeitsblatt *Auswertung Explorix* ausfüllen
- Zugehörige Berufe ermitteln

## **Arbeitsmaterial:**

Simone Jörin, Francois Stoll, Christian Bergmann, Ferdinand Eder: Explorix - das Werkzeug zur Berufswahl und Laufbahnplanung; das Testheft für jede/n SchülerIn kann über den Fachhandel bezogen werden;  
Arbeitsblatt *Auswertung Explorix*

# Arbeitsblatt Auswertung EXPLORIX

Name: \_\_\_\_\_

Gesamt –Code 1			
----------------	--	--	--

Gesamt –Code 2			
----------------	--	--	--

Gesamt-Code 1 – Berufe

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

Gesamt-Code 2 – Berufe

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

## Methodendrehbuch *Berufsbildertest*, Ziele/berufliche Visionen

### Zeitplanung (ohne Pausen):

1. Schritt: Einführung	Plenum 10 Min.
2. Schritt: Auswahl	Einzel 15 Min.
3. Schritt: Feedback in der Kleingruppe und Protokoll	Plenum 35 Min.
4. Schritt: Sichtweise des/der Einzelnen	Plenum 10 Min.
5. Schritt: Abschlussrunde	Plenum 15 Min.
6. Schritt. Notizen in das Berufswahlheft	Einzel 05 Min.
<hr/>	
90 Min.	

### Ziel:

- Assoziative Möglichkeiten des Zugangs zu Berufszielen und Visionen eröffnen
- Visionen geben Ausrichtung, motivieren, ermutigen und mobilisieren Kräfte für die anschließende Aktionsphase
- SchülerInnen können die eigene Vielfalt erleben
- SchülerInnen üben Feedback – Geben und Einholen

### Ablauf/Arbeitsauftrag

**1. Schritt - Einführung:** „Es geht hierbei nicht um konkrete Berufstätigkeiten, sondern um intuitives angesprochen Fühlen von beruflichen Settings (Träume, Visionen, Vorbilder..)“  
Die HauptschülerInnen erhalten jeweils eine Schachtel mit Sets für „Männer“ oder „Frauen“; auf die Schachtel wird der Name des/der SchülerIn geklebt.

Jede/r HauptschülerIn sortiert nun für sich die Achtnich-Bilder intuitiv, ohne nachzudenken, auf drei Stapel. Dabei bedeuten

(+) das spricht mich an,

(0) das wirkt auf mich neutral und

(-) das spricht mich nicht an.

Es ist völlig unwichtig, was das jeweilige Bild objektiv darstellt. Die eigene Sicht ist gefragt, es wird zügig sortiert, so wie einen die Bilder im ersten Moment ansprechen.

Danach kommen die (0)-Bilder und (-)-Bilder zurück in die Schachtel. Alle (+)-Bilder werden ausgelegt.

**2. Schritt:** Jede/r HauptschülerIn wählt von den (+)-Bildern nun die 6-8 Bilder aus, die am Besten jene Welt repräsentieren, in deren Richtung sie sich schon immer entwickeln wollte. HauptschülerIn legt danach ihre 6-8 (+)-Bilder aus und begibt sich dann in den Hintergrund.

### **3. Schritt - Feedback in der Kleingruppe:**

Die übrigen HauptschülerInnen formulieren aus ihrer Sicht, in welche Richtung sich der/die betroffene MitschülerIn entwickeln möchte (die Karten dürfen dabei verschoben werden).

ModeratoIn protokolliert diese Wortbeiträge in Stichworten auf einer Karte.

### **4. Schritt:** Betroffene/r HauptschülerIn erzählt seine/ihre Sichtweise dazu.

Betroffene/r HauptschülerIn steckt ihre Bilder in einen Umschlag, schreibt ihren Namen darauf und legt den Umschlag zur zugehörigen Schachtel (ebenfalls mit Namen gekennzeichnet). Jeweilige Leitung sammelt später die Schachteln ein. (Die HauptschülerInnen erhalten danach Kopien ihrer Bilder)

**5. Schritt:** Kleingruppen-Abschlussrunde: Was ist mir klar geworden, was war für mich besonders interessant und wichtig?

**6. Schritt:** Notizen in das Berufswahlheft

### Material:

Berufsbildertest-Sets, die bei Bedarf mit Rückgabeverpflichtung vom Projektträger verliehen werden; Arbeitsblatt *Meine menschlichen Qualitäten*, Arbeitsblatt *Körperfigur Mann/Frau*, Moderationskarten, Marker



Name, Vorname: \_\_\_\_\_

### Mein Ergebnis/Mein Profil

**Interessen**

- \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Fähigkeiten/  
Stärken**

- \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Mögliche  
Berufe**

- \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## Methodendrehbuch *Ideenpool*

### Zeitplanung (für max. 6 SchülerInnen/Gruppe und ohne Pausen):

1. Schritt: Hinführung Ideenpool	Plenum	05 Min.
2. Schritt: Ideen sammeln	Plenum	30 Min.
3. Schritt: Ideen ergänzen	Einzelarbeit	10 Min.
4. Schritt: Arbeitsblatt <i>Mein nächster Schritt</i>	Einzelarbeit	10 Min.
5. Schritt: Austausch zu Zweit	2-er-Team	10 Min.
6. Schritt: Fragen Vortragen, Sortieren, Klären	Plenum	25 Min.
7. Schritt: Gedicht <i>Weg</i>	Plenum	05 Min.
8. Schritt: Notizen in das Berufswahlheft	Einzelarbeit	05 Min.

---

100 Min.

### Ziel:

1. Arbeitsergebnisse zu *Interessen, Fähigkeiten und Stärken, Lebensziele und Visionen* in konkrete Umsetzungsideen und Handlungsstrategien übersetzen
2. Wahrnehmung schärfen für das Notwendige und Machbare, für das „To do“
3. Ideen, Erfahrungen, Kenntnisse und Wahrnehmungen der MitschülerInnen für den Einzelnen nutzbar machen

### Ablauf/Arbeitsauftrag

**1. Schritt (Plenum) - Hinführung Ideenpool:** „Unser nächster Schritt ist der *Ideenpool*. was es damit genau auf sich hat, wird noch nicht verraten. Wichtig ist, dass sich alle noch einmal das eigene Berufswahlposter und die der anderen genau anschauen...“

**2. Schritt (Plenum) - Ideen sammeln:** Es geht für jede/n Einzelne/n um die Frage: Was alles könnte aus ihr/ihm noch werden? Wichtig: Spontaneität, nicht zuviel vorher erklären, „Raum für den Bauch“ lassen, keine Idee unterdrücken, keine Diskussion, keine Wertungen. Trainingsleitung schreibt auf einem Flip-Chart, das halbiert wurde, die Ideen mit.

**3. Schritt (Einzelarbeit) – Ideen ergänzen:** Jede/r einzelne SchülerIn ergänzt und korrigiert nun die Vorschlagsliste der MitschülerInnen – auf dem unteren Teil des Flip-Charts – mit den eigenen Ideen, die aus der subjektiven Sicht noch fehlen. Ideen, die überhaupt nicht in Frage kommen, werden gestrichen.

**4. Schritt (Einzelarbeit) – Arbeitsblatt *Mein nächster Schritt* bearbeiten**

**5. Schritt (Zweiergruppe) – Austausch zu Zweit:** Austausch über die sinnvollen und notwendigen nächsten Schritte und mögliche Klärung einzelner Fragen. Fragen die in der Zweiergruppe nicht beantwortet werden können, werden auf Karten notiert.

**6. Schritt (Plenum) – Fragen vortragen, Sortieren und gemeinsam beantworten:** Fragen werden von der Leitung geordnet und diskursiv beantwortet. Werkstattcharakter!

**7. Schritt – Gedicht *Weg***

**8. Schritt – Notizen in das Berufswahlheft**

**Material:** Berufswahlposter mit den bisherigen Arbeitsergebnissen, Flip-Chart und Marker, Arbeitsblatt *Mein nächster Schritt*

## Arbeitsblatt *Meine nächsten Schritte – Vertrag mit mir selbst*

Notiere bis zu 3 Ideen/Berufswünsche auf das Arbeitsblatt und schreibe auf, welche nächsten Schritte Du gehst, um die passende Praktikumsstelle dazu zu bekommen. Dann überlege in Ruhe, welche Hilfe Du dabei brauchst und willst.

<b>Name/Klasse:</b>		<b>Wer soll mich dabei unterstützen?</b>
<b>Meine Ideen/Berufswünsche</b>	<b>Meine nächsten Schritte zum 2. Praktikum</b>	
<b>1. Berufswunsch</b>	<hr/> <hr/>	(Bitte konkret überlegen, welche LehrerInnen, Familienmitglieder, Freunde, erwachsene Bekannte aus Vereinen oder anderen Organisationen, Beratungsprofis etc. das sein könnten...)
<b>2. Berufswunsch</b>	<hr/> <hr/>	
<b>3. Berufswunsch</b>	<hr/> <hr/>	

## Arbeitsblatt *Infos zur Beruflichen Orientierung- Beispiel für ein regionales Medium*

Diese Zusammenfassung regionaler und überregionaler Informationsquellen und Beratungsinstitutionen kann als Vorlage dienen und ist auf die jeweilige Region anzupassen.

Regionale Jugendagentur Badische Bergstraße e.V.



**"Do it!"**

### Nützliche Tipps und Adressen für Jugendliche am Übergang von der Schule in den Beruf

Stand 09/2006

Was tue ich, wenn ich noch nicht weiß, was ich beruflich machen will?

- ➔ Du gehst zur **Berufsberatung der Arbeitsagentur**, das ist ein ganz wichtiger Schritt!  
für Terminvereinbarung: Arbeitsagentur Mannheim: Tel. 0621-165340 und Darmstadt (für Bensheim, Mörlenbach und Region): Tel. 06151-304145
- ➔ Du holst dir Meinungen und Rat von deinen **Eltern, Bekannten oder Lehrern**
- ➔ du machst **Betriebspraktika** zum Kennenlernen von Berufen und Berufsfeldern
- ➔ Du holst dir Anregungen unter <http://interesse-beruf.de> oder [www.berufskunde.com](http://www.berufskunde.com) (dort weiter zur Region und dann zu „Tätigkeiten“, „Materialien“, „Hobby“ etc.). Hier kannst du deine **Interessen** nennen und passende Berufe suchen

Wo kann ich mich über Berufe und ihre Anforderungen informieren?

- ➔ im **Berufsinformationszentrum** (BIZ) der Arbeitsagentur in Mannheim, E 1,2
- ➔ im **Internet** unter [www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de) unter „BERUFENET“, dort gibt es Informationen über **Berufsbilder und Ausbildungsplätze** oder
- ➔ Infos über **neue Berufe** findest du unter [www.bibb.de](http://www.bibb.de) , dann weiter zu „Berufe“
- ➔ unter [www.boyng.de/arbeitswelt/ausbildungsplaetze-uebersicht-berufe/](http://www.boyng.de/arbeitswelt/ausbildungsplaetze-uebersicht-berufe/) erzählen Leute, wie ein normaler **Tagesablauf** in ihrem Beruf aussieht
- ➔ bei **Informationsveranstaltungen** der Industrie- und Handelskammer: Infos unter

Tel. 0621-1709-0 sowie bei der Handwerkskammer in Mannheim, Tel. 0621-18002-0

- bei Informationsveranstaltungen von **Unternehmen**, z. B. Tage der offenen Tür

Was kann ich tun, um meine Ausbildungschancen zu verbessern ?

- Verbessere Deine **Schulnoten**! Schon mit dem Zeugnis der 8. Klasse bewirbst du dich!
- mache (auch freiwillige!) **Berufspraktika** in Berufen, die für Dich in Frage kommen; lasse Dir die Praktika vom Betrieb bestätigen, hebe dieses Zertifikat gut auf und lege es Deiner Bewerbung (Kopie) bei
- kaufe Dir bei Job Central einen **Qualipass** (2 €) und führe ihn ordentlich. Darin sammelst du Bestätigungen über deine Berufspraktika und/oder über dein soziales Engagement, z. B. bei der Feuerwehr oder beim Roten Kreuz. Deinen Bewerbungen legst Du Kopien davon bei. Weitere Infos unter [www.qualipass.info/](http://www.qualipass.info/)
- Wenn Du eine Einladung zum **Einstellungstest** oder zum **Vorstellungsgespräch** erhältst, bereite dich gut darauf vor! Job Central oder deine Lehrer helfen dir dabei

Wie finde ich eine freie Ausbildungsstelle, einen Job oder ein Praktikum?

- Du machst einen **Termin bei der Berufsberatung** oder der Ausbildungs- und Arbeitsvermittlung der Arbeitsagentur: für Mannheim Tel. 0621-165340, für Bensheim 06251-13000, für Mörlenbach 06209-71470
- Du nutzt die größte deutsche **Online-Ausbildungsbörse**: [www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de)
- oder Du suchst über **Jobbörsen** im Internet, z. B. [www.meinestadt.de](http://www.meinestadt.de) (Stellensuche nach Städten/Regionen) oder bei [www.opusforum.org](http://www.opusforum.org) (Stellen in der Rhein-Neckar-Region)
- Du erkundigst Dich bei den **Kammern** nach geeigneten Betrieben und nutzt die **Lehrstellenbörsen** [www.rhein-neckar.ihk24.de/lehrstellen](http://www.rhein-neckar.ihk24.de/lehrstellen) oder [www.hwk-mannheim.de](http://www.hwk-mannheim.de)
- schau in die **lokalen Zeitungen**, z. B., in die „Weinheimer Nachrichten“, den „Mannheimer Morgen“, die „Rhein-Neckar-Zeitung“ oder in „Weinheim aktuell“
- Du fragst deine **Familie, Freunde oder Bekannte** nach Adressen und Kontakten
- Du suchst über das **Branchenbuch** („Gelben Seiten“) nach Betrieben in der Region und fragst telefonisch nach, ob Du Dich bewerben/vorstellen kannst
- Du gehst direkt zu einem **Betrieb** und stellst dich persönlich vor
- Du suchst dir Unterstützung bei **Job Central** in Weinheim: Beratung nach Terminvereinbarung: Tel. 06201-184762

Wo kann ich am Computer nach freien Stellen suchen ?

- im Computerraum beim Jugendcafé Café Central in der Uhlandschule (gleiches Haus wie Job Central), Bahnhofstraße 19, Weinheim, Di bis Do, 12-16 Uhr
- nach Vereinbarung in der Beratungsstelle von **Job Central**; Tel. 06201-184762
- wenn Du SchülerIn bist: an deiner **Schule**. Frage Deine/n LehrerIn oder im Sekretariat

- bei der **Arbeitsagentur**: im BIZ oder bei deiner örtlichen Arbeitsagentur

Wie/Wo kann ich lernen, mich richtig zu bewerben?

- Du fragst bei der **Arbeitsagentur**, ob ein Bewerbungstraining angeboten wird.
- Kurzinfos gibt es unter [www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de), dann weiter zu „Ausbildung/Berufs- und Studienwahl“, „Bewerbung“ und „Bewerbungsunterlagen“, ausführlicher unter [www.bewerbung-um-eine-ausbildungsstelle.de](http://www.bewerbung-um-eine-ausbildungsstelle.de)
- Du bittest Deine **Eltern** oder **Lehrer/innen** um Unterstützung
- Du holst dir Hilfe bei **Job Central**: [www.jobcentral.de](http://www.jobcentral.de) unter „Beratung“ oder Du vereinbarst einen Beratungstermin

Wie finde ich heraus, was ich alternativ zu einer betrieblichen Ausbildung machen kann?

- die Berufsberatung der Arbeitsagentur informiert über **Kurse zur Berufsvorbereitung oder Berufseingliederung**, über außerbetriebliche Ausbildungen und gibt Informationen zu beruflichen und weiterführenden Schulen
- frage bei der Berufsberatung der Arbeitsagentur auch nach einem **EQJ-Praktikum**; das ist ein 6 oder 9 Monate langes Praktikum in einem Betrieb
- **verschiedene Bildungsträger** bieten Beschäftigungs- und Qualifizierungsmaßnahmen an (nach vorheriger Abklärung mit der Arbeitsagentur), z. B. der Internationale Bund (IB) in Mannheim Tel. 0621-8198-176 oder BBQ Heidelberg Tel. 06221-27669 (Berufpraktisches Jahr)
- Informationen zu den **Angeboten der beruflichen Schulen** findest Du in der Übersichtsbrochure „Infos zur Berufsausbildung“ des Berufsinformationszentrums (BIZ) der Arbeitsagentur Mannheim
- Informationen über das **Freiwillige Soziale Jahr (FSJ)** oder das **Freiwillige Ökologische Jahr (FÖJ)** findest Du unter [www.pro-fsj.de](http://www.pro-fsj.de) Die Broschüre „Für mich und für andere“ erhältst Du über [www.bmfsfj.de/Kategorien/Publikationen](http://www.bmfsfj.de/Kategorien/Publikationen)
- die **BASF** bietet in ihrem Förderprogramm „Start in den Beruf“ ein **1-jähriges Betriebspraktikum** in vielen Berufen und Betrieben an. Weitere Infos unter [www.basf.de/ausbildungsverbund](http://www.basf.de/ausbildungsverbund), dort kannst Du auch direkt nachsehen welche Stellen noch frei sind

**Wer hilft mir, wenn ich während der Ausbildung Förderunterricht brauche?**

- **Ausbildungsbegleitende Hilfen (AbH)** können bei der Berufsberatung der **Arbeitsagentur** von dem/der Auszubildenden oder dem Arbeitgeber beantragt werden
- Informationen gibt es auch bei **Job Central**, Tel. 06201-184762

Was kann ich tun, wenn ich meine Deutschkenntnisse verbessern will?

- Die **Volkshochschule** in Weinheim bietet Sprachkurse an (z. B. Deutsch als Fremdsprache): Tel. 06201-996321
- Die **Caritas** in Weinheim bietet speziell für ausländische Frauen Deutschkurse an: Tel. 06201-9946-0

Wo kann ich den Hauptschulabschluss nachholen?

- im **Berufsvorbereitungsjahr (BVJ)** an einer Beruflichen Schule (in Weinheim: Helen-Keller-Schule, Tel. 06201-2560300 oder Hans-Freudenberg-Schule, Tel. 06201-2560100 oder Internationaler Bund, Tel. 0621-81980)

- ➔ an der **Abendhauptschule der Volkshochschule** in Weinheim. Infos bei Frau Keller, Tel. 06201-996319 (dienstags zw. 17 und 18 Uhr). Persönliche Anmeldung erforderlich in der Volkshochschule, 2. OG, Raum 22

Wo kann ich den mittleren Schulabschluss/die Fachschulreife nachholen?

- ➔ an der **Abendrealschule** bei der Volkshochschule Heidelberg Tel. 06221-911944 oder an der Abendakademie Mannheim Tel. 0621-1076-152. (An der Abendakademie Mannheim gibt es auch die Möglichkeit eine „Tagesrealschule“ zu besuchen.)
- ➔ an einer **2-jährigen Berufsfachschule**, allerdings muss man einen Notendurchschnitt von mindestens 3,0 in den Hauptfächern haben und es gibt eine Warteliste. In Hessen sind die Aufnahmebedingungen folgende: In den Hauptfächern maximal eine 4, in den Nebenfächern einen Notendurchschnitt von mindestens 3,0.

Wer hilft mir, wenn ich finanziell nicht mehr ein noch aus weiß?

- ➔ wende Dich an die **Schuldnerberatung** beim Diakonischen Werk Weinheim, Tel. 06201-90290 oder
- ➔ an das **Sozialamt** in Weinheim: Tel. 06201-94836070. Dort kannst Du eventuell Hilfe zum Lebensunterhalt oder andere einmalige Leistungen beantragen
- ➔ melde Dich bei der **Arbeitsagentur**, dort kannst Du Geldleistungen zur Förderung der beruflichen Ausbildung beantragen, zum Beispiel wenn Du die Bewerbungs- und Reisekosten nicht allein tragen kannst, oder
- ➔ bei der Arbeitsagentur kannst Du vielleicht auch **Berufsausbildungsbeihilfe (BAB)** beantragen, wenn Deine Ausbildungsstelle sehr weit entfernt ist und die Kosten nicht anderweitig gedeckt werden können

Wer unterstützt mich bei Konflikten und Krisen?

- ➔ die **Psychologischen Beratungsstelle** in Weinheim: Tel. 06201-14362
- ➔ das **Amt für Jugend und soziale Angelegenheiten** in Weinheim: Tel. 06201-82247
- ➔ die **Schwangerschafts- und Schwangerenberatung** des Diakonischen Werkes Weinheim, die auch in sexualpädagogischen Fragen und **Verhütungsfragen** berät: Tel. 06201-90290

**© Regionale Jugendagentur Badische Bergstraße e.V. –**

**Jugendagentur Job Central**

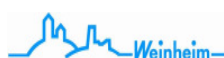
Bahnhofstraße 19, 69469 Weinheim, [www.jobcentral.de](http://www.jobcentral.de)

Fon 06201-184762, Fax 06201-184764, E-Mail: [mail@jobcentral.de](mailto:mail@jobcentral.de)

Öffnungszeiten Beratungsstelle: Mo bis Do 9.30 -17h, bitte Beratungstermine vereinbaren!

Die Jugendagentur Job Central wird gefördert durch:

Stadt Weinheim • Freudenberg Stiftung • Europ. Sozialfonds • Landesstiftung BaWü. • Kultusminist. BaWü



## **Arbeitsblatt *Gedanken zum Thema Glück***

**Denkst Du, dass man *Glück* zur Ausbildungsstellensuche braucht?**

**Ja, das stimmt, aber.....**

- Glück begünstigt die Vorbereiteten.
- Glück begünstigt jene, die daran arbeiten.
- Glück begünstigt jene, die ihrer inneren Stimme folgen.
- Glück begünstigt die/den, der/die in Alternativen denkt.
- Glück begünstigt diejenigen, die ihre Perlen auch zeigen.
- Glück begünstigt jene, die trotz eigener Sorgen die anderen wahrnehmen.

Oder wie Novalis formuliert:

- **Glück ist das Talent für das Schicksal<sup>23</sup>**

### **Literatur:**

Stoffel, Beatrice, Daniel, Gabriele, Aumüller, Isolde:

Laufbahnselbstmanagement, ein Praxismanual für Fachleute der Erwachsenenbildung zur Gestaltung ressourcenorientierter Trainings mit Gruppen

Stoffel, Beatrice: Laufbahnberatung in Gruppen. Ein Kompass für Fachleute der berufs- und Laufbahnberatung. Dübendorf, Schweizer Verband für Berufsberatung

Stoffel, Beatrice, Ries, Marie-Louise: Unterwegs als Interessen-Detektivin, Schweizer Verband...

Storch, Maja, Krause, Frank: Selbstmanagement – ressourcenorientiert. Grundlagen und Trainingsmaterial für die Arbeit mit dem Züricher Ressourcen Modell

Petzold, H.G., Heini, Hildegund (Hg.): Psychotherapie und Arbeitswelt

Jörin, Simone, Stoll u.a.: Explorix – das Werkzeug zur Berufswahl und Laufbahnplanung

Daniel, Gabriele, Bohrke-Petrovic, Siglinde, Süß, Ulrike: Langzeitarbeitslosen besser helfen

Stark, Wolfgang: Empowerment – Neue Handlungskompetenzen in der psychosozialen Praxis

Herriger, Norbert: Empowerment in der Sozialen Arbeit

Gudjons, Herbert, Pieper, Marianne, Wagener, Birgit: Auf meinen Spuren

Pearson, Richard E.: Beratung und Soziale Netzwerke

Sprenger, Reinhard K.: Das Prinzip Selbstverantwortung; Mythos Motivation

Baumgartner, Peter: Lebensunternehmer

Malik, Fredmund: Führen, Leisten, Leben

Sparrer, Insa: Wunder, Lösung und System

Drexler, Diana: Das integrierte Stress-Bewältigungs-Programm ISP

Berg, Insoo Kim, De Jong, Peter: Lösungen (er-) finden

Mörth, Ingo, Fröhlich, Gerhard (Hg.): Zur Kultursoziologie der Moderne nach Pierre Bourdieu

---

<sup>23</sup> Vgl. Baumgartner, Peter: Lebensunternehmer