

Deine
Zukunft
beginnt
jetzt!

SCHULJAHR 2024/25

Was will ich
eigentlich?
Ausbildung,
Studium und
alles dazwischen

Fuß in der Tür
Zulassung und
Bewerbung meistern

Los geht's
Wohnen und
finanzieren

abi» kompakt

Berufsorientierung –
kenne deine Chancen



abi.de



Bundesagentur
für Arbeit

EDITORIAL

Liebe Schülerin, lieber Schüler,

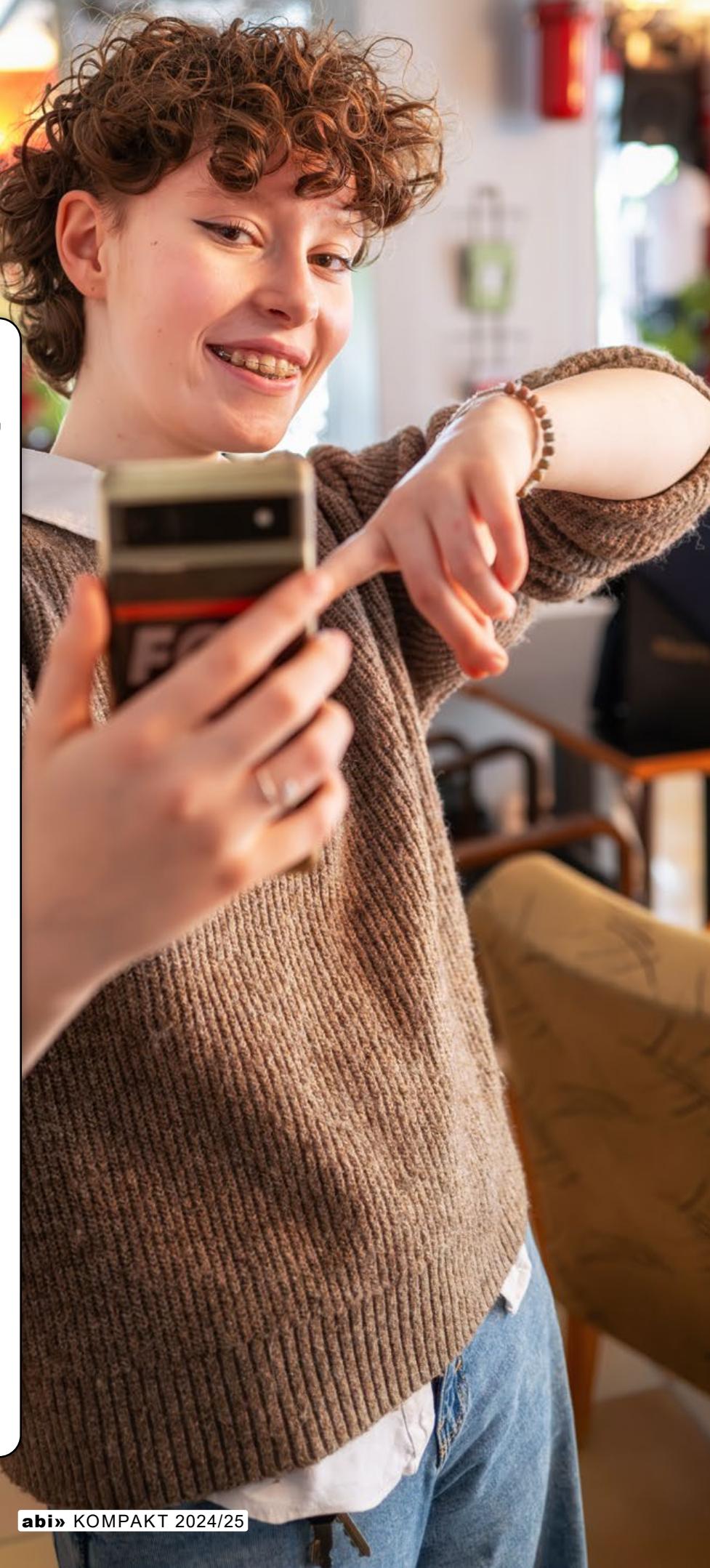
Was haben Taylor Swift, Kylian Mbappé und Albert Einstein gemeinsam? Alle drei sind nicht nur weltberühmt, sondern auch mit besonderen Talenten auf die Welt gekommen. Menschen wie sie sind beispielsweise musikalisch sehr begabt, ragen sportlich hervor oder sind Genies auf einem naturwissenschaftlichen Gebiet. Für diese Menschen steht dann oft auch ganz früh fest, dass sie ihre Begabung zum Beruf machen wollen.

Doch vielleicht gehörst du zu den vielen Menschen, deren Talent nicht ganz so klar auf der Hand liegt? Und das ist auch gar nicht schlimm, denn die meisten von uns haben eben nicht eine große Gabe, sondern mehrere Fähigkeiten und Stärken, die mehr oder weniger stark ausgeprägt sind. Und nicht immer ist sofort ersichtlich, welche Berufe dazu passen könnten.

Deswegen ist die Reflexion während der Berufsorientierung so wichtig. Nimm dir die Zeit, dich mit dir selbst auseinanderzusetzen und deine Interessen, Fähigkeiten und Stärken kennenzulernen. Dann hast du die Grundlage für einen erfolgreichen Berufsorientierungsprozess. Wie das geht und vieles mehr, erfährst du in diesem Heft. abi» kompakt fasst für dich alle wichtigen Informationen rund um die Berufsorientierung zusammen.

Und vielleicht bietet dir dieses oder eines der anderen abi» Magazine den Anreiz, der dir gerade noch fehlt, um deinen Wunschberuf zu finden.

Viel Erfolg bei deinem
Berufsorientierungsprozess
wünscht die **abi» Redaktion**



Alle Infos
auf einen
Blick

INHALT

BERUFSWAHL STARTEN

- 4 Interview: Dein Start in die Berufsorientierung
- 5 Orientieren – Entscheiden – Bewerben

STÄRKEN UND INTERESSEN ERKUNDEN

- 8 FAQ: Rund um Check-U
- 10 Übersicht: Noch mehr Testverfahren
- 11 Übersicht: Berufsberatung, BiZ und Co.

ÜBER AUSBILDUNG UND STUDIUM INFORMIEREN

- 12 Leitfaden: Welche Ausbildung ist die richtige für dich?
- 14 Leitfaden: Welches Studium passt zu dir?
- 16 Überblick: Ausbildung und Studium mit Behinderungen

ENTSCHEIDUNG TREFFEN

- 18 Checkliste: Ausbildung, Studium oder beides?
- 20 Interview zu Praktika: So gelingt der Realitätscheck

BEWERBEN

- 22 Fahrplan: Tipps für deine Bewerbung
- 24 Zulassungsverfahren: So klappt es mit dem Studienplatz



Foto: Hans-Martin Issler

AUSBILDUNGS- UND STUDIENSTART VORBEREITEN

- 26 Leitfaden: Fit für den Ausbildungsstart
- 28 Leitfaden: Startklar fürs Studium

HILFE BEI PROBLEMEN

- 30 FAQ: Schwierigkeiten in Ausbildung oder Studium?

ÜBERBRÜCKUNG

- 32 Interview: Sinnvolle Auszeit

WEITERE RUBRIKEN

- 34 Übung: Wo stehst du?
- 35 Impressum
- 36 Online-Medien



Foto: privat

Foto: Vanessa Mund

INTERVIEW

Dein Start in die Berufsorientierung

Wie wählst du den richtigen Beruf oder Studiengang?
Berufs- und Studienberater Dieter Leonhard von der Agentur für Arbeit in Frankfurt am Main gibt Tipps.

DIETER LEONHARD

BERUFS- UND STUDIENBERATER

Agentur für Arbeit
in Frankfurt am Main

TIPP:

„Auch die Meinung von Freunden kann helfen, sollte aber nicht ausschlaggebend sein, denn sie ist nicht neutral.“

abi» Herr Leonhard, wie gehe ich das Thema Berufsorientierung am besten an?

Dieter Leonhard: Zunächst solltest du dich mit deinen Interessen beschäftigen: Welche Themen findest du spannend? Womit beschäftigst du dich gern? Schulfächer können hier eine Orientierung sein, aber auch Hobbies. Dann solltest du deine Interessen mit deinen Eignungen abgleichen. Was machst du nicht nur gerne, sondern fällt dir auch noch leicht?

abi» Von welchen Faktoren sollte ich mich nicht beeinflussen lassen?

Dieter Leonhard: Es ist schön, wenn Eltern bei der Berufswahl unterstützen, allerdings fällt es ihnen oft schwer, objektiv zu bleiben. Auch die Meinung von Freunden kann zwar helfen, sollte aber nicht ausschlaggebend sein, denn sie ist nicht neutral. Auch von Zukunftsaussichten sollte man sich nicht zu sehr

beeinflussen lassen: Jobaussichten und Verdienstmöglichkeiten können sich zum Beispiel schnell ändern. Und eine Aussicht auf ein hohes Gehalt nützt nichts, wenn dir die Arbeit nicht gefällt.

Ganz wichtig ist auch, sich nicht an Rollenklischees zu orientieren: Frauen können ohne Probleme technische Berufe ergreifen, Männer können im sozialen Bereich tätig werden. Auch wer Behinderungen oder Beeinträchtigungen hat, findet viele Förder- und Unterstützungsmöglichkeiten an Hochschulen und in Betrieben.

abi» Wer oder was kann mir beim Berufsorientierungsprozess helfen?

Dieter Leonhard: Ich empfehle ein oder mehrere Beratungsgespräche bei einer örtlichen Agentur für Arbeit. Es bietet sich an, vorher den Test Check-U zu machen und die Ergebnisse mit ins Gespräch zu bringen. Auch Testverfahren für einzelne Studiengänge bieten

wir an. Gespräche mit Leuten aus der Praxis sind ebenfalls sinnvoll, zum Beispiel Bekannte der Eltern. Häufig wird man so auf Berufe aufmerksam, die man vorher noch nicht kannte. Informationsveranstaltungen der Hochschulen oder Berufsmessen sind auch hilfreich.

abi» Warum ist ein Beratungsgespräch bei der Agentur für Arbeit ein so wichtiger Baustein bei der Berufsorientierung?

Dieter Leonhard: Weil die Agenturen für Arbeit neutral beraten können. Sie sind keiner Hochschule und keinem Ausbildungsbetrieb verpflichtet. Die Beraterinnen und Berater orientieren sich allein an den Interessen und Eignungen der Schülerinnen und Schüler. Außerdem haben wir einen Überblick über alle Studiengänge und Ausbildungsberufe. Und nicht zuletzt ist unser Angebot kostenlos. ●

FAHRPLAN

Orientieren – Entscheiden – Bewerben

Möchtest du die richtige Ausbildung oder das passende Studium für dich finden, weißt aber nicht, wo du anfangen sollst? Dieser Fahrplan begleitet dich Schritt für Schritt.



STATION 1

Entdecke deine Stärken und Interessen

Zu Beginn solltest du dich mit dir selbst auseinandersetzen. Wo liegen deine Interessen und Stärken? Dabei helfen dir folgende Anhaltspunkte:

Lieblingsfächer: Deutsch, Sport oder Chemie? Welche Fächer machen dir am meisten Spaß – und warum? Vielleicht liebst du es zu schreiben, oder du findest es spannend, Laborexperimente durchzuführen?

Freizeitaktivitäten: Klavierspielen, Zeichnen, Volleyball: Womit du dich in deiner Freizeit beschäftigst, sagt einiges über dich aus.

Feedback: Frage andere, was dich ihrer Meinung nach ausmacht, zum Beispiel Eltern, Freundinnen und Freunde oder Lehrkräfte.

Tests: Die Bundesagentur für Arbeit bietet das kostenfreie Online-Erkundungstool Check-U an. (Mehr Infos ab Seite 8.)

Weitere Tests der Bundesagentur für Arbeit sind der Berufswahltest (BWT) oder die Studienfeldbezogenen Beratungs- tests (SFBT). Deine Berufsberaterin bzw. dein Berufsberater kann dich hierzu informieren und den entsprechenden Test veranlassen.



Check-U
www.check-u.de

abi»
Hier findest du eine Auflistung weiterer seriöser Tests; teilweise sind diese kostenpflichtig.
abi.de/orientieren/was-will-ich-was-kann-ich/testverfahren

→ Weitere Infos im Heft ab Seite 8

Wann steht dieser Schritt an?
Drei bis vier Jahre vor deinem Schulabschluss

STATION 2

Erkunde Berufs- und Studienfelder

In einem Berufsfeld werden mehrere Berufe zusammengefasst, in denen es ähnliche Tätigkeiten gibt, zum Beispiel „IT, Computer“, „Gesundheit“ oder „Medien“. Entsprechend sind alle Studiengänge in Studienfelder aufgeteilt, etwa „Ingenieurwissenschaften“ oder „Rechts-, Sozialwissenschaften“. Sichte die für dich interessanten Berufs- und Studienfelder. Orientiere dich dabei an den Stärken und Interessen, die du herausgearbeitet hast.

abi»

Berufsfelder:
abi.de/ausbildung/berufsfelder

Studiengänge:
abi.de/studium/studienbereiche

BERUFENET

Entdeckerwelt Berufsfelder:
www.arbeitsagentur.de/berufenet/berufsfelder

Entdeckerwelt Studienfelder:
www.arbeitsagentur.de/berufenet/studienfelder

→ Weitere Infos im Heft ab Seite 12

Wann steht dieser Schritt an?
Drei bis vier Jahre vor deinem Schulabschluss



Foto: Hans-Martin Issler

Wer sich frühzeitig beruflich orientiert, hat später weniger Druck.

STATION 3

Informiere dich zu Berufen und Studiengängen

Du hast in den für dich interessanten Berufs- und Studienfeldern Ausbildungsberufe und/oder Studiengänge entdeckt, über die du mehr erfahren möchtest? Dann informiere dich genauer, etwa darüber, was du im jeweiligen Ausbildungsberuf lernst und wie lange die Ausbildung dauert. Finde bei Studiengängen heraus, wie das Studium abläuft und zu welchem Abschluss es führt. Überlege dir darüber hinaus, welche beruflichen Möglichkeiten dein Wunschstudium nach dem Abschluss bietet.

Die Berufsberatung hilft dir bei Fragen zu Ausbildung und Studium weiter, siehe dazu Seite 11.

BERUFENET

www.arbeitsagentur.de/berufenet

BERUFE.TV

www.berufe.tv

Studienwahl

www.studienwahl.de

→ Weitere Infos im Heft ab Seite 12

Wann steht dieser Schritt an?

Drei Jahre vor deinem Schulabschluss



Tauscht euch aus: Wie gehen deine Freunde die Berufswahl an?

STATION 4

Triff deine Entscheidung

Unterziehe den gewünschten Beruf einem Realitäts-Check, zum Beispiel mit einem Praktikum. Nutze auch die Gelegenheit, dich auf Bildungsmessen mit Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern von Unternehmen zu unterhalten.

Willst du studieren, kannst du mit Tests herausfinden, ob du das nötige Vorwissen für deinen Wunschstudiengang hast. Nutze dafür zum Beispiel Studiencheck der Bundesagentur für Arbeit oder das OSA-Portal. Die Hochschulen bieten zudem regelmäßig Infotage zum Studienangebot an, manche auch ein Schnupperstudium oder Sommeruni.

Wichtig: Selbst wenn du dich schon entschieden hast, bleib offen für Alternativen. Ein Plan B ist schon allein deshalb sinnvoll, falls Plan A nicht klappt.

Studiencheck

www.studiencheck.de

OSA-Portal

www.osa-portal.de

Veranstaltungsdatenbank

Hier kannst du nach Infoveranstaltungen in deiner Nähe rund um Ausbildung und Studium suchen.
www.arbeitsagentur.de/veranstaltungen

→ Weitere Infos im Heft ab Seite 18

Wann steht dieser Schritt an? Zwei Jahre vor deinem Schulabschluss

STATION 5

Finde deinen Ausbildungs- oder Studienplatz

Du kannst im Internet selbst recherchieren. Deine Berufsberaterin oder dein Berufsberater hilft dir aber auch bei der Suche nach betrieblichen Ausbildungsplätzen oder Plätzen für ein (duales) Studium in deiner Region oder bundesweit, siehe dazu Seite 11.

Falls du eine Behinderung oder gesundheitliche Beeinträchtigung hast, findest du Tipps auf den Seiten 16/17.

Ausbildungsplatzsuche

Suche nach betrieblichen Ausbildungen

www.arbeitsagentur.de/ausbildungsplatzsuche

Berufsausbildung und mehr

Suche nach schulischen Ausbildungen

www.arbeitsagentur.de/berufsausbildung

Bundesagentur für Arbeit

Tipps für deine Ausbildungsplatzsuche

www.arbeitsagentur.de/bildung/ausbildung/tipps-suche-ausbildungsplatz

Studiensuche

Die Studiensuche der Bundesagentur für Arbeit hilft dir bei der Recherche nach deinem Wunschstudiengang und dem passenden Studienort. www.arbeitsagentur.de/studiensuche

Wann steht dieser Schritt an?

Ein bis zwei Jahre vor deinem Schulabschluss



abi» Berufswahl mit Plan

Alle wichtigen Schritte, Termine und Anlaufstellen für deine Berufsorientierung findest du auf einen Blick in den Übersichten „Berufswahl mit Plan“ für die Mittelstufe und Oberstufe.

Du kannst beide Teile in der Rubrik Orientieren unter den Schnellzugriffen als PDF herunterladen.



Illustration: Marie Demme



Foto: Vanessa Mund

STATION 7

Bereite deinen Start vor

Damit du dich ganz auf deine Ausbildung oder dein Studium konzentrieren kannst, solltest du dich vorher um Formalitäten und Organisatorisches kümmern. Suche dir eine Unterkunft, falls du wegziehen musst. Reicht dir deine Ausbildungsvergütung dafür nicht? Dann sichere dir rechtzeitig finanzielle Hilfen. Tipps findest du ab Seite 26 sowie online:

abi»

abi.de/ausbildungs-und-studienstart/ausbildungsstart-vorbereiten

Bundesagentur für Arbeit

www.arbeitsagentur.de/bildung/ausbildung/tipps-zum-ausbildungsstart

Studierendenwohnheim oder WG? BAföG oder Nebenjob? Auch der Studienstart will gut vorbereitet sein. Studienfinanzierung und Wohnen sind zwei wichtige Punkte, die du frühzeitig klären solltest. Weitere Infos gibt es hier:

abi»

abi.de/ausbildungs-und-studienstart/studienstart-vorbereiten

Bundesagentur für Arbeit

www.arbeitsagentur.de/bildung/studium

→ Weitere Infos im Heft ab Seite 26

Wann steht dieser Schritt an?

Ein halbes Jahr vor deinem Schulabschluss

STATION 6

Bewirb dich

Auf Ausbildungsstellen bewirbst du dich fristgerecht mit deinen Bewerbungsunterlagen, egal ob digital oder per Post. Dazu gehören Anschreiben und Lebenslauf, Zeugnisse und Nachweise über weitere Qualifikationen. Deine Berufsberaterin bzw. dein Berufsberater hilft dir bei den Bewerbungsunterlagen. Im Berufsinformationszentrum (BiZ) stehen dir Bewerbungs-PCs, Drucker und Scanner zur Verfügung. Bei der Vorbereitung auf das Vorstellungsgespräch unterstützt dich die Berufsberatung ebenfalls.

Weitere Infos rund um die Bewerbung für einen Ausbildungsplatz oder für den praktischen Teil von dualen Studiengängen findest du online:

abi»

abi.de/bewerbung/ausbildungsplatz
und: abi.de/bewerbung/duales-studium

Bundesagentur für Arbeit

Tipps für die Bewerbung um einen Ausbildungsplatz
www.arbeitsagentur.de/bildung/ausbildung/bewerbung-ausbildungsplatz

Mach dich schlau, welche Fristen und Termine für deinen Wunschstudiengang gelten, welche Zulassungsvoraussetzungen du erfüllen und wo du dich bewerben musst: bundesweit online über hochschul-start.de und/oder direkt an der jeweiligen Hochschule? Auch hier hilft dir die Berufsberatung weiter.

Was du bei deiner Bewerbung um einen Studienplatz beachten musst, kannst du auf folgenden Webseiten nachlesen:

abi»

abi.de/bewerbung/studienplatz

Bundesagentur für Arbeit

Tipps für die Bewerbung um einen Studienplatz
www.arbeitsagentur.de/bildung/studium/bewerbung-studienplatz

→ Weitere Infos im Heft ab Seite 22

Wann steht dieser Schritt an?

Ein bis zwei Jahre vor deinem Schulabschluss

ZWISCHENSTATION

Auszeit nach dem Abi

Möchtest du nach der Schulzeit erst mal andere Erfahrungen sammeln? Aber auch wenn es mit dem gewünschten Ausbildungs- oder Studienplatz nicht auf Anhieb klappt, bieten sich Überbrückungsmöglichkeiten an: Ob Freiwilliges Soziales Jahr (FSJ), Freiwilliges Ökologisches Jahr (FÖJ), ein Praktikum, ein Job zum Geld verdienen oder eine Sprachreise, Work & Travel oder Au-pair im Ausland – es gibt viele Wege, die Zeit sinnvoll zu nutzen (mehr dazu auf den Seiten 32/33).

abi»

abi.de/orientieren/ueberbrueckungsmoeglichkeiten

Bundesagentur für Arbeit

www.arbeitsagentur.de/bildung/zwischenzeit

→ Weitere Infos ab Seite 32

Weiterbildung und Karriere

Eine abgeschlossene Ausbildung oder ein Studienabschluss bilden die Basis für Weiterbildung und Karriere. Die Arbeitswelt befindet sich in ständigem Wandel. Umso wichtiger ist es, sich regelmäßig weiterzubilden, Stichwort: lebenslanges Lernen. Das erhöht auch deine Karrierechancen!

Informiere dich auf abi.de, wie es nach deinem Ausbildungs- oder Studienabschluss weitergehen kann:

abi»

abi.de/ausbildung/weiterbildung-und-karriere

abi»

abi.de/studium/weiterbildung-und-karriere

Rund um Check-U

Check-U ist ein wichtiger Baustein deines Berufsorientierungsprozesses. Doch wie funktioniert der Online-Test und wie kannst du ihn für dich am besten nutzen? Hier sind die Antworten auf die wichtigsten Fragen.



Was ist Check-U?

Check-U ist ein kostenloser Online-Test, der dir dabei hilft, deine Stärken zu erkennen. Mittels verschiedener Aufgaben findest du deine beruflichen Fähigkeiten und sozialen Kompetenzen heraus. Deine Kompetenzen werden dann mit den beruflichen Anforderungen von Ausbildungen und Studienfeldern (ab 2025 auch Studienfächern) abgeglichen. So erfährst du, wie gut deine Stärken zu den Anforderungen von Berufen passen. Du kannst Check-U auch nutzen, um deinen Blick auf bislang nicht betrachtete Alternativen zu erweitern.

Für wen ist Check-U geeignet?

Die Tests in Check-U können ab der 8. Klasse (Mindestalter 13 Jahre) durchgeführt werden. Der angestrebte oder erworbene Schulabschluss bedingt den Schwierigkeitsgrad der Testaufgaben. Bitte beachte: Check-U funktioniert nicht in Verbindung mit einer Braillezeile oder einer Textausgabe (Screenreader). Falls du auf solche Hilfsmittel angewiesen bist, vereinbare vorab ein Beratungsgespräch mit der Agentur für Arbeit. Im persönlichen Gespräch erfährst du, welche Alternativen für dich infrage kommen. Empfehlenswert sind zum



Foto: Hans-Martin Issler

Als Ergänzung oder Alternative zu Check-U findest du auf abi.de aufschlussreiche Selbstreflexions-Aufgaben.

Beispiel die Selbsterkundungsübungen auf abi.de unter abi.de/orientieren/uebungen sowie im Heft für die Mittelstufe.

Wie kann ich loslegen?

Eine Bearbeitung der Tests ist jederzeit online am PC, Tablet oder Handy möglich. Registriere dich auf check-u.de und notiere dir Benutzernamen und Passwort, um dich erneut anmelden zu können. So kannst du den Test starten und auch später noch fortsetzen oder die Ergebnisse aufrufen. Nimm dir für den Test rund 1,5 Stunden Zeit.

Welche Testaufgaben erwarten mich?

Dich erwarten verschiedene Arten von Aufgaben: Zunächst helfen dir Fragen dabei, dich selbst und deine persönlichen Stärken zu entdecken und einzuschätzen. Zum Beispiel wie du mit Konflikten umgehst oder wie durchsetzungsfähig du bist. Dabei gibt es kein richtig oder falsch. Nimm dir für diese Fragen so viel Zeit, wie du möchtest.

Dann gibt es noch Aufgaben zu verschiedenen Themen. Dabei geht es zum Beispiel um Denkgeschwindigkeit oder

Textverständnis. Zu Beginn jeder Aufgabe wird dir genau erklärt, was zu tun ist. Übungsaufgaben helfen dir, neue Aufgabentypen zu verstehen und zu üben. Nach einem Countdown startet dann die Zeit, die dir zur Verfügung steht, um die jeweilige Aufgabe zu lösen.

Wie gehe ich mit meinen Check-U-Ergebnissen um?

In den Ergebnissen werden dir Ausbildungen und Studienfelder (ab 2025 Studienfächer) vorgeschlagen, deren Anforderungen gut zu deinen Angaben in den Testaufgaben passen. Das Ergebnis kannst du dann noch verfeinern, indem du etwa Interessensgebiete auswählst oder festlegst, welche Arbeitsbedingungen für dich nicht infrage kommen, etwa viel im Freien zu arbeiten.

Du erhältst dann vertiefte Informationen zu möglicherweise passenden Ausbildungsberufen und Studienfeldern bzw. Studienfächern und kannst direkt in die Suche nach tagesaktuellen Angeboten in der von dir gewünschten Region starten.

Wie kann ich danach weitermachen?

Obwohl Check-U eine große Hilfe sein kann, ist es kein eignungsdiagnostisches Instrument. Das bedeutet, es bietet keine Empfehlung für die Aufnahme einer Ausbildung beziehungsweise eines Studiums und kann eine qualifizierte Berufsberatung nicht ersetzen. Die Ergebnisse eignen sich jedoch sehr gut für eine erste Orientierung und darauf aufbauende Beratungsgespräche mit deiner Berufsberatung. Am besten nimmst du deine Testergebnisse digital oder ausgedruckt mit zum Termin bei der Berufsberatung. ●

INFO



Check-U –
das Erkundungstool
der Bundesagentur für Arbeit
www.check-u.de



Foto: Martina Striegl-Kiehn

Nach der Registrierung kannst du den Test jederzeit stoppen und später weiterbearbeiten – auch auf dem Smartphone.

ÜBERSICHT

Noch mehr Testverfahren

Neben Check-U gibt es noch weitere Testverfahren der Bundesagentur für Arbeit, die dich bei deiner Berufsorientierung unterstützen können.



Alle hier aufgeführten Tests und Angebote haben eines gemeinsam: Sie sind freiwillig und kostenfrei. Deine Berufsberaterin bzw. dein Berufsberater unterstützt dich dabei herauszufinden, welcher Test für dich passend sein könnte.

Berufswahltest (BWT)

Der BWT ist dann sinnvoll für dich, wenn du dich für eine Berufsausbildung interessierst. Der Test hilft dir herauszufinden, welcher Ausbildungsberuf zu dir passt. Die Anmeldung erfolgt über deine Berufsberaterin bzw. deinen Berufsberater.

Bestehend aus einem Fragebogen zu deinen beruflichen Interessen und Kompetenzen sowie aus verschiedenen Tests mit Denkaufgaben, arbeitet der Berufswahltest deine Stärken und Interessen heraus und schlägt dir dazu passende Berufe vor. Zudem kannst du für jeden Ausbildungsberuf sehen, wie gut dieser zu deinen Fähigkeiten und Interessen passt.

Wenn du schon konkrete Wunschberufe hast, kannst du mit dem BWT deiner Eignung dafür auf die Spur kommen. Den BWT machst du in deiner Agentur für Arbeit am PC. Er dauert etwa drei Stunden. Die Ergebnisse besprichst du anschließend mit deiner Berufsberaterin oder deinem Berufsberater.

Studienfeldbezogener Beratungstest (SFBT)

Du hast schon eine gewisse Studienrichtung im Kopf? Mit dem SFBT findest du heraus, ob deine Fähigkeiten dazu passen. Es gibt den SFBT für folgende Studienbereiche:

Informatik/Mathematik, Ingenieurwissenschaften, Naturwissenschaften, Philologische Studiengänge, Rechtswissenschaften und Wirtschaftswissenschaften. Jeder Test dauert etwa zwei bis drei Stunden und wird in deiner Agentur für Arbeit durchgeführt. Im Anschluss findet ein Gespräch mit einer Psychologin bzw. einem Psychologen statt. Interessiert? Die Berufsberaterinnen bzw. Berufsberater stellen für dich den Kontakt zum Berufspsychologischen Dienst her.

Berufspsychologischer Service (BPS)

BWT und SFBT sind zwei von vielen Angeboten des Berufspsychologischen Services (BPS). Die Psychologinnen und Psychologen werden hinzugezogen, wenn Fähigkeiten, Interessen und Stärken ermittelt werden sollen. Der BPS kann dich bei Fragen zur beruflichen Eignung oder bei Problemen beraten und hilft dir, die richtige Berufswahl zu treffen.

Studiencheck

Das Portal bietet studiengangsspezifische Wissenstests (Checks) für Studieninteressierte an. Mithilfe der Checks kannst du prüfen, ob deine Kenntnisse den Anforderungen eines Studiengangs an einer bestimmten Hochschule entsprechen, und kannst einschätzen, was von dir im konkreten Studiengang erwartet wird. Hier kannst du direkt loslegen: www.studiencheck.de ●

Berufsberatung, BiZ und Co.

Du hast konkrete Fragen zur Berufsorientierung oder möchtest eine objektive Beratung?

Diese Übersicht stellt die Leistungen der Berufsberatung der Agenturen für Arbeit vor.

Foto: Vanessa Mund



Die Berufsberatungs-Angebote der Agentur für Arbeit sind so vielfältig wie die Berufseinsteiger selbst.

Beratung: vor Ort oder online, aber immer persönlich

Die Beraterinnen und Berater unterstützen dich in allen Schritten deiner beruflichen Orientierung. Im Mittelpunkt ihrer Beratung stehen persönliche Gespräche in deiner Agentur für Arbeit und an deiner Schule, du wirst aber auch telefonisch und über Videokommunikation beraten:

Telefon: **0800 4 5555 00** (gebührenfrei)



Online-Terminvereinbarung:

web.arbeitsagentur.de/portal/kontakt/de/terminvereinbarung/berufsberatung

Für Jugendliche mit Behinderungen gibt es ergänzende Unterstützungsangebote. Darüber informieren dich die Beraterinnen und Berater für berufliche Rehabilitation und Teilhabe in den Agenturen für Arbeit.

Berufsinformationszentrum (BiZ)

Ohne Anmeldung kannst du dich im BiZ deiner Agentur für Arbeit über Ausbildungs- und Studienmöglichkeiten informieren.



Deine Agentur für Arbeit und dein BiZ:

[> Suche > Dienststellen](http://www.arbeitsagentur.de)

Veranstaltungen und Vorträge

Die Berufsberatung organisiert Veranstaltungen und Vorträge im BiZ, aber auch an deiner Schule oder virtuell. Hier findest du zum Beispiel Infos zur Ausstellung **Arbeit im Wandel** und zum **Virtuellen Museum**.



abi.de/arbeit-im-wandel



www.arbeitsagentur.de/veranstaltungen

Tests zur Berufsorientierung

Mit diesem kostenfreien Online-Test kannst du gleich selbst loslegen (weitere Infos ab Seite 8):



Check-U:

www.check-u.de

Die Agentur für Arbeit bietet zudem kostenlos **Berufswahltests** und **Studiengangstests** an (Seite 10).

Online-Angebote zur Selbstinformation

Zusätzlich zu den Medien im BiZ gibt es verschiedene Webportale zur Berufsorientierung. Einen Überblick über alle Angebote findest du auf der Rückseite dieses Hefts.

Vermittlung von Ausbildungsplätzen

Die Berufsberatung unterstützt dich bei der Suche nach betrieblichen und schulischen Ausbildungsstellen, auch für den praktischen Teil dualer Studiengänge. Die Beraterinnen und Berater haben den Überblick über alle regionalen Angebote, vermitteln aber auch bundesweit.

Jugendberufsagenturen

In vielen Regionen arbeiten die Berufsberaterinnen und Berufsberater mit anderen Institutionen in Jugendberufsagenturen zusammen. Diese helfen dir, in Ausbildung oder Arbeit zu kommen, etwa wenn du keinen Schulabschluss oder Probleme in der Ausbildung hast. Bitte beachte, dass die Beratung für Berufliche Rehabilitation und Teilhabe kein Bestandteil der Jugendberufsagenturen ist.



www.arbeitsagentur.de/institutionen/jugendberufsagenturen

Welche Ausbildung ist die richtige für dich?

Du möchtest nach dem Schulabschluss gleich in die Berufspraxis eintauchen?

Mit einer beruflichen Ausbildung geht das! Dieser Leitfaden hilft dir dabei, dich über Ausbildungsberufe, Ausbildungsarten und Alternativen zu informieren.



1. ÜBER BERUFSFELDER INFORMIEREN

Der Einstieg über Berufsfelder hilft dir, einen ersten Überblick zu bekommen. Dort werden Berufe mit ähnlichen Aufgaben und Tätigkeiten zusammengefasst. Wenn du dir zum Beispiel vorstellen kannst, etwas mit IT und Computern zu machen, findest du im gleichnamigen Berufsfeld Ausbildungsberufe wie Fachinformatiker/in oder Fachberater/in – Integrierte Systeme. Schau am besten in alle Berufsfelder, die dich interessieren. Hier findest du sie:



Berufsfelder bei abi.de
abi.de/ausbildung/berufsfelder

Berufsfelder im BERUFENET
www.arbeitsagentur.de/berufenet > Berufsfelder

TIPP

Infos aus deiner Region

Im Berufsinformationszentrum (BiZ) gibt es regionale Informationen. Angebote in deiner Region findest du auf der Webseite der Bundesagentur für Arbeit unter „Schule, Ausbildung, Studium“. www.arbeitsagentur.de/bildung/berufsinformationszentrum-biz

2. INFORMATIONEN EINHOLEN UND AUSWAHL TREFFEN

Sieh dir die Berufe in den Berufsfeldern an, die dich besonders interessieren. Wenn du erste Favoriten unter den Berufen gefunden hast, beschäftige dich im Anschluss genauer damit, was die Ausbildung und spätere Tätigkeit mit sich bringen. Dabei helfen dir folgende Angebote:



Berufe von A-Z bei abi.de
abi.de/ausbildung/berufsueberblick-von-a-z

BERUFENET

Informiere dich über Zugangsvoraussetzungen, Ausbildungsinhalte, Vergütung, Trends und Perspektiven.
www.arbeitsagentur.de/berufenet

BERUFE.TV

Hier findest du Filme über verschiedene Ausbildungsberufe und Berufsfelder
www.berufe.tv

Ausbildungsplatzsuche

Hier kannst du nach dualen Ausbildungsplätzen suchen.
www.arbeitsagentur.de/ausbildungsplatzsuche

Berufsausbildung und mehr

Willst du eine schulische Ausbildung machen, dann findest du hier Standorte von (Berufsfach-)Schulen:
www.arbeitsagentur.de/berufsausbildung

Informationen zu deinem möglichen Wunschberuf bekommst du aus erster Hand von Menschen in deinem Umfeld. Erkundige dich bei deinen Eltern, Verwandten, Freunden oder Nachbarinnen und Nachbarn, wer Erfahrung in dem Beruf hat, und scheue dich nicht, Fragen zu stellen. Um dir selbst einen Eindruck zu verschaffen, sind Praktika sinnvoll.

Hand aufs Herz: Hast du dich bei deiner Auswahl von Klischees über typisch weibliche und männliche Berufe beeinflussen lassen? Nutze den Girls'Day (www.girls-day.de) beziehungsweise Boys'Day (www.boys-day.de) oder ähnliche Aktionstage, um auch mal in Berufe zu schnuppern, die du sonst vielleicht ausgeschlossen hättest. Mehr Infos zur klischeefreien Berufswahl bekommst du im abi» Magazin „Typisch Frau, typisch Mann“, das jährlich im März erscheint.

3. ÜBER AUSBILDUNGARTEN INFORMIEREN

Es gibt verschiedene Arten der Ausbildung:

Duale (betriebliche) Ausbildung

Bei der dualen Ausbildung lernst du im Betrieb die praktischen Fertigkeiten und in der Berufsschule die Theorie. Sie dauert in der Regel zwei bis dreieinhalb Jahre. In dieser Zeit bekommst du eine Ausbildungsvergütung.

Schulische Ausbildung

Du hast Vollzeitunterricht an einer (Berufsfach-)Schule. Ergänzend dazu machst du Praktika. Die Ausbildung dauert in der Regel zwei oder drei Jahre. Für schulische Ausbildungen wird nur in wenigen Berufen (zum Beispiel Pflegefachmann/-frau) eine Vergütung bezahlt. An staatlichen Schulen ist der Unterricht kostenlos, an privaten Einrichtungen musst du Schulgeld bezahlen.

Ausbildung im öffentlichen Dienst

Es gibt zwei Möglichkeiten für eine Ausbildung im öffentlichen Dienst: Du kannst eine betriebliche Ausbildung bei den Behörden von Bund, Ländern und Kommunen absolvieren. Oder du machst einen eineinhalb- bis zweieinhalbjährigen Vorbereitungsdienst, um Beamte im mittleren nichttechnischen Dienst zu werden. Der Vorbereitungsdienst ähnelt der betrieblichen Ausbildung: Neben praktischen Einsätzen in deiner Ausbildungsbehörde besuchst du Verwaltungsschulen. Für die Stellensuche kannst du das Portal www.wir-sind-bund.de nutzen.

Abiturientenausbildung

Für Auszubildende mit (Fach-)Hochschulreife besteht die Möglichkeit, eine doppelt qualifizierende Erstausbildung zu machen. In dem Fall erwerben sie zusätzlich zum Abschluss in einem anerkannten Ausbildungsberuf weitere Qualifikationen. Die doppelt qualifizierende Ausbildung „Handelsfachwirt/in“ beispielsweise führt zu einem Abschluss im anerkannten Ausbildungsberuf Kaufmann/-frau im Einzelhandel und darüber hinaus zu dem bundesweit einheitlich geregelten Abschluss Handelsfachwirt/in.

Die Abiturientenausbildung setzt sich – wie die duale Ausbildung – aus Praxis- und Theoriephasen zusammen. Die Vermittlung der theoretischen Inhalte findet an Verwaltungs- und Wirtschaftsakademien (VWA), an privaten Bildungseinrichtungen oder Berufs(fach)-schulen statt. Diese Ausbildungsart ist besonders im kaufmännischen oder handwerklich-technischen Bereich verbreitet und auf die Bedürfnisse des Unternehmens zugeschnitten. Die Ausbildungsdauer liegt in der Regel bei drei Jahren.

4. ALTERNATIVEN EINBEZIEHEN

Versteife dich bei der Suche nach der passenden Ausbildung nicht zu sehr auf einen Beruf. Es könnte ja sein, dass es mit dem gewünschten Ausbildungsort nicht klappt. Außerdem könntest du andere interessante Berufe übersehen. Alternativen im Hinterkopf zu haben, ist von Vorteil. In deinem gewählten Berufsfeld gibt es sicher noch andere Ausbildungsberufe, die zu dir passen. Das Erkundungstool Check-U kann dir helfen, diese zu finden (siehe dazu die Seiten 8/9). Möglicherweise ist auch ein (duales) Studium eine Option?

5. DIE KARRIERE IM BLICK HABEN

Mach dir bewusst, dass nach einer abgeschlossenen Ausbildung viele Aufstiegsmöglichkeiten auf dich warten. Je nach Fachbereich kannst du dich zum/zur Meister/in, Techniker/in oder Fachwirt/in weiterbilden. Auch ein Studium bleibt eine Option. Mit deinem Ausbildungswissen und deiner Berufspraxis überwindest du vielleicht sogar die Zulassungsbeschränkungen für bestimmte Studiengänge wie Humanmedizin. ●



Foto: Julian Fent Photography

Ein Studium bleibt auch nach der Ausbildung eine Option.

TIPP

Ausbildung in Teilzeit

Fast jede Ausbildung kannst du auch in Teilzeit machen, insofern der Ausbildungsbetrieb zustimmt. Das ist zum Beispiel sinnvoll, wenn du ein kleines Kind betreust oder eine Behinderung hast. Bei einer Ausbildung in Teilzeit verkürzt sich die tägliche oder wöchentliche Ausbildungszeit im Betrieb. Die Gesamtdauer der Ausbildung kann sich entsprechend verlängern und die monatliche Vergütung kann geringer ausfallen.

Möchtest du eine Teilzeit-Ausbildung machen? Dann sprich mit der Berufsberatung darüber. Auch die Industrie- und Handelskammern sowie die Handwerkskammern können dir weiterhelfen. Kläre dieses Thema auch möglichst früh mit deinem Wunsch-Ausbildungsbetrieb ab.

Welches Studium passt zu dir?

Du willst studieren? Dann hast du eine große Anzahl an Studiengängen zur Auswahl. Dazu kommen noch verschiedene Hochschultypen und Abschlüsse. Dieser Leitfaden hilft dir dabei, einen Überblick zu bekommen.



1. ÜBER STUDIENFELDER INFORMIEREN

Studiengänge mit ähnlichen fachlichen Inhalten werden in Studienfeldern zusammengefasst, zum Beispiel „Ingenieurwissenschaften“ oder „Sprach-, Kulturwissenschaften“. Es lohnt sich, in den verschiedenen Informationsangeboten der Bundesagentur für Arbeit zu stöbern.



Studiengänge bei abi.de
abi.de/studium/studienbereiche

Studiengänge bei Studienwahl
www.studienwahl.de/studienfelder

Studiensuche
www.arbeitsagentur.de/studiensuche

Studiengänge im BERUFENET
www.arbeitsagentur.de/berufenet > Studienfelder

2. INFORMATIONEN EINHOLEN UND AUSWAHL TREFFEN

Du hast in einem Studienfeld mehrere interessante Studiengänge, eventuell auch duale Studiengänge ausfindig gemacht? Dann informiere dich doch genauer.

Studiengangsrückblick auf abi.de
Diese Seite bietet den nach Studienbereichen und Studienfeldern geordneten Zugang zu Reportagen über Studienangebote. Studierende berichten von den Inhalten und Anforderungen in ihrem Studiengang.
abi.de/studium/studienbereiche

BERUFE.TV

Hier findest du Filme über verschiedene Studiengänge
www.berufe.tv

Studiensuche

www.arbeitsagentur.de/studiensuche

Studiencheck

An dieser Stelle im Entscheidungsprozess kannst du mit Studiencheck überprüfen, ob deine Kenntnisse für den gewählten Studiengang ausreichen. Die Checks prüfen die Voraussetzungen für die Aufnahme eines Studiums an einer bestimmten Hochschule.
www.studiencheck.de

3. ÜBER STUDIENABSCHLÜSSE INFORMIEREN

Der **Bachelor** ist ein erster Studienabschluss, mit dem du in vielen Berufen grundlegend gerüstet bist für die Arbeitswelt. Du bist damit außerdem berechtigt, ein Masterstudium aufzunehmen, jedoch können weitere Zugangsvoraussetzungen bestimmt werden. Ein Bachelorstudium dauert meist sechs bis acht Semester.

Der **Master** ist ein weiterführender Abschluss, mit dem du dein Wissen vertiefen kannst. Du kannst das Masterstudium direkt an den Bachelor anschließen (konsekutiver Master), oder du sammelst erst mindestens ein Jahr Berufspraxis und machst dann noch einen Master (weiterbildender Master). Das Masterstudium dauert in der Regel ein bis zwei Jahre.

Auch das in der Regel dreijährige **duale Studium im öffentlichen Dienst** führt zu einem Diplom- oder Bachelorabschluss, und zwar im gehobenen nichttechnischen Dienst. Voraussetzung ist mindestens die Fachhochschulreife. Wer

einen Vorbereitungsdienst im gehobenen technischen Dienst oder höheren Dienst anstrebt, braucht ein abgeschlossenes Bachelor- beziehungsweise Masterstudium.

Einige Studiengänge schließen mit einer staatlichen Prüfung ab, bekannt als **Staatsexamen**. Dazu gehören Human-, Zahn- und Tiermedizin, Pharmazie, Rechtswissenschaften, Lebensmittelchemie und je nach Bundesland auch Lehramtsstudiengänge.

Studiengänge mit einem **Diplom-** oder **Magisterabschluss** werden nur noch vergleichsweise selten angeboten. Sie wurden schrittweise überwiegend durch Bachelor- und Masterstudiengänge ersetzt.

4. ÜBER HOCHSCHULTYPEN INFORMIEREN

Die Hochschulen in Deutschland unterscheiden sich durch ihre Ausrichtung und Träger. Danach richtet sich auch das Studienangebot.

Universitäten widmen sich der Wissenschaft und Forschung. Sie bieten in der Regel viele Studiengänge aus allen Fachgebieten an. Manches kannst du nur dort studieren, zum Beispiel Lehramt oder Medizin.

Fachhochschulen, die sich heute Hochschulen für angewandte Wissenschaften oder Universities of Applied Sciences nennen, orientieren sich stärker an der Praxis oder am Anwendungsbezug. Viele Fachhochschulen kooperieren mit Betrieben oder bieten duale Studiengänge an.

Berufsakademien/Duale Hochschulen haben praxisorientierte oder duale Studiengänge im Angebot. Berufspraktische Ausbildungsphasen im Betrieb wechseln sich dabei mit theoretischen Studienabschnitten an der Hochschule ab. Es gibt zwei Modelle des dualen Studiums: Beim ausbildungsintegrierenden Modell erwerben Absolventinnen und Absolventen einen Studien- und Ausbildungsabschluss, beim praxisintegrierenden Modell nur einen Studienabschluss. Welche Betriebe in deiner Nähe ein duales Studium anbieten und mit welcher Hochschule sie jeweils kooperieren, kannst du unter www.arbeitsagentur.de/ausbildungsplatzsuche recherchieren. Die Berufsberatung unterstützt dich hierbei gerne!

Darüber hinaus gibt es **Kunst-, Musik-, Film-, und Sporthochschulen** sowie **Schauspielschulen**. Um dort zu studieren, solltest du besonders talentiert sein. Deswegen musst du in der Regel eine Aufnahmeprüfung bestehen.



Foto: Julian Fertl

Schon mal über eine Ausbildung nachgedacht? Manchmal ist diese der erste Schritt in ein anschließendes Studium.

Die Mehrzahl der Hochschulen in Deutschland ist **staatlich**. Daneben existieren **kirchliche** und **private Hochschulen**. An privaten Hochschulen gibt es ebenfalls Zulassungsbeschränkungen und Auswahlverfahren. Außerdem musst du mit Studiengebühren rechnen.

11 Universitäten gelten als „Exzellenzuniversitäten“. Sie werden vom Bund und den jeweiligen Ländern finanziell besonders gefördert.

5. ALTERNATIVEN EINBEZIEHEN

Es ist immer gut, sich Alternativen zu überlegen. Zum einen übersiehst du sonst vielleicht Studien- oder Ausbildungsgänge, die noch besser zu dir passen. Zum anderen hast du weitere Wege parat, wenn es mit deiner ersten Wahl nicht klappt. Die Studienfelder und Reportagen bei abi.de sowie deine Ergebnisse von Check-U helfen dir, Alternativen zu entdecken. Und in BERUFENET findest du bei jedem Studiengang Informationen zu möglichen Alternativen, schau mal rein. Überlege auch, ob ein duales Studium etwas für dich sein könnte, falls du großen Wert auf Praxis legst. Und muss es eigentlich unbedingt ein Studium sein? Manchmal bietet eine Ausbildung viele Vorteile – mit ebenso guten Chancen auf Karriere. ●

TIPP

Studieren im Ausland

Vielleicht ist es dir wichtig, Erfahrungen im Ausland zu sammeln? Informiere dich, ob es für deinen gewünschten Studiengang Austauschprogramme mit Hochschulen in anderen Ländern gibt. So ist es leichter, sich Leistungen aus dem Auslandsstudium anrechnen zu lassen. Hilfreich ist außerdem ERASMUS+, ein Programm der Europäischen Union. Es fördert zwei- bis zwölfmonatige Praktika und Studienaufenthalte im europäischen Ausland finanziell.

Du kannst auch dein ganzes Studium im Ausland verbringen. Sichere dich aber vorher ab, ob dein Abschluss in Deutschland später anerkannt wird.

Studieren in Teilzeit/mit Kind

Du pflegst Familienmitglieder oder betreust ein eigenes Kind? Dann ist ein Präsenzstudium in Vollzeit vielleicht eine Herausforderung. An manchen Hochschulen gibt es deshalb Studiengänge, die in Teilzeit absolviert werden können. Präsenzveranstaltungen finden dann zum Beispiel nur am Abend oder Wochenende statt. Oder du entscheidest dich für ein Fern- oder Onlinestudium.

Studierende mit Kind können zudem finanziell gefördert werden über Elterngeld, Kindergeld, Kinderbetreuungszuschläge zum BAföG oder Wohngeld. Für Fragen zum Studium in Teilzeit beziehungsweise mit Kind wende dich an die Studienberatung der Hochschule oder an dein Studierendenwerk.

Mehr Infos findest du unter:



[abi.de/ausbildungs-und-studienstart/
besondere-beduerfnisse/
studieren-in-teilzeit-uebersicht](http://abi.de/ausbildungs-und-studienstart/besondere-beduerfnisse/studieren-in-teilzeit-uebersicht)

Ausbildung und Studium mit Behinderungen

Studieren oder eine Ausbildung machen kannst du auch mit einer körperlichen oder psychischen Einschränkung. Hierbei unterstützen dich spezielle Anlaufstellen und Fördermöglichkeiten.



Behinderung entsteht, wenn Menschen mit Beeinträchtigungen auf Barrieren stoßen – das besagt die Behindertenrechtskonvention der Vereinten Nationen. Ihr Ziel ist es, diese Barrieren zu beseitigen. Denn: Die Teilnahme am Arbeitsleben ist für alle Menschen existentiell. Dafür steht auch Artikel 3 im Grundgesetz oder das Behindertengleichstellungsgesetz: Niemand darf in Deutschland wegen einer Behinderung benachteiligt werden. Wer mit Beeinträchtigungen lebt, bekommt Unterstützung von zahlreichen Anlaufstellen, die bei Fragen rund um die Berufsorientierung und -wahl zur Seite stehen und vieles möglich machen können.

Hier erfährst du, welche Hilfen es für Ausbildungs- oder Studieninteressierte gibt.

Ausbildung mit Behinderungen

Diese Anlaufstellen unterstützen:

Die Beraterinnen und Berater für berufliche Rehabilitation und Teilhabe helfen bei der Suche nach geeigneten Ausbildungsbereichen oder Arbeitsplätzen und stehen dir auch dann zur Seite, wenn es am Arbeitsplatz mal zu Schwierigkeiten kommt.

Diese Fördermöglichkeiten gibt es:

Wer individuelle Begleitung in der Ausbildung benötigt, kann z.B. eine begleitete betriebliche Ausbildung beantragen. Es gibt zudem die Möglichkeit, eine Ausbildung in Teilzeit zu absolvieren. Wenn nötig, können dir technische Arbeitshilfen die Ausbildung erleichtern. Hier stehen als Unterstützung die Beraterinnen und Berater des Technischen Beratungsdienstes als Ansprechpersonen bereit. Je nach Art der Ausbildung kannst du BAföG für Schülerinnen bzw. Schüler oder Berufsausbildungsbeihilfe beantragen. Auch zusätzliche Kosten können erstattet werden.

Und du kannst, wenn nötig, einen Nachteilsausgleich beantragen, um die Bedingungen im Unterricht oder bei Prüfungen deinen Bedürfnissen anzupassen.

Studieren mit Behinderungen

Diese Anlaufstellen unterstützen:

Die Informations- und Beratungsstelle Studium und Behinderung (IBS) des Deutschen Studierendenwerks ist ein guter erster Anlaufpunkt für alle Studieninteressierten. Auf ihrer Webseite findest du zahlreiche grundlegende Informationen. Außerdem sind die Ansprechpersonen der einzelnen Hochschulen und



Foto: privat

Marlon Seeburger

Alter: 26ist gehörlos und studiert
Maschinenbau an der
Hochschule Heilbronn

„Wie für meine Mitstudierenden ist auch für mich das Lernpensum die größte Herausforderung an meinem Studium. Außerdem ist die Organisation der Dolmetschenden zu jedem Semesterbeginn ein zusätzlicher Aufwand, den hörende Studierende nicht haben. Meine Gehörlosigkeit stellt allerdings kein Hindernis dar. Da ich in einem Netzwerk für gehörlose Studierende, den viStudis (Instagram: @dgj_vistudis), bin, war ich schon gut über die Unterstützungsmöglichkeiten informiert. So wusste ich vor dem Studienbeginn bereits, dass ich einen Härtefallanspruch habe. Den Antrag dafür habe ich direkt mit der

Studienbewerbung bei der Hochschule gestellt, wodurch sich meine Chancen auf einen Studienplatz verbesserten.

Um mir die Teilnahme am regulären Studienalltag zu ermöglichen, kommen zwei Dolmetschende in die Lehrveranstaltungen, die für mich und die Dozierenden in Laut- und Gebärdensprache übersetzen. Außerdem habe ich häufig eine Mitschreibkraft an meiner Seite, damit ich mich voll auf die Vorlesung konzentrieren kann. Die Kosten dafür werden vom Landratsamt getragen. Ich bekomme außerdem Nachteilsausgleiche bei Klausuren, Prüfungen und Projekten in Form von Zeitverlängerungen. Da meine Muttersprache nicht die Lautsprache, sondern die Gebärdensprache ist, benötige ich für schriftliche Arbeiten mehr Zeit. Den Nachteilsausgleich musste ich beim Prüfungsamt beantragen.

Ich rate allen jungen Menschen mit Behinderungen, sich frühzeitig zu vernetzen und ihre Ausbildung oder ihr Studium nach ihren Interessen und Stärken zu wählen. Wir sind nicht anders als andere und können mit der richtigen Unterstützung alles schaffen.“ ●

Studierendenwerke aufgelistet. Diese solltest du auf jeden Fall kontaktieren, denn sie kennen die Gegebenheiten vor Ort und helfen bei der Vermittlung von Studien- oder Alltagsassistenzen und bei der Wohnungssuche.

Diese Fördermöglichkeiten gibt es:

Wie allen Studierenden steht es dir zu, BAföG zu beantragen. Wenn du zusätzliche Kosten hast, können verschiedene Stellen einspringen. Dabei den Überblick zu behalten ist nicht einfach, die IBS hilft. Das gilt etwa für Arbeitshilfen wie technische Geräte oder spezielle Computerprogramme, eine persönliche Assistenz oder Beförderungskosten. Zudem kannst du einen Nachteilsausgleich beantragen, um Prüfungs- oder Studienbedingungen deinen Bedürfnissen anzupassen. Vielleicht ist ja auch ein Studium in Teilzeit eine gute Möglichkeit für dich? ●

Weitere Infos auf abi.de:



Beitrag „Berufsorientierung für junge Menschen mit Behinderungen“

abi.de/orientieren/was-will-ich-was-kann-ich/selbsterkundung/berufliche-orientierung-mit-behinderungen-hintergrund



Beitrag „Ausbildung mit Behinderungen“

abi.de/ausbildungs-und-studienstart/besondere-beduerfnisse/ausbildung-mit-behinderungen



Beitrag „Studieren mit Behinderungen“

abi.de/ausbildungs-und-studienstart/besondere-beduerfnisse/studieren-mit-behinderung-reportage



Links für deine Recherche:



Bundesagentur für Arbeit

Die Bundesagentur für Arbeit gibt einen Überblick über Beratungen und Hilfsangebote, bietet Berufs- und Studienorientierung und eine Jobsuche. Viele Angebote zur Berufsorientierung sind barrierefrei zugänglich. Wenn du zusätzlich Hilfe brauchst, können dich die Beraterinnen und Berater für berufliche Rehabilitation und Teilhabe bei der Nutzung des Angebots und weiteren Schritten unterstützen.

www.arbeitsagentur.de/menschen-mit-behinderungen

IBS im Studentenwerk

Tipps und Informationen der Informations- und Beratungsstelle Studium und Behinderung (IBS), mit Übersicht über spezifische Beratungsstellen und Ansprechpersonen in und außerhalb der Hochschulen.

www.studierendenwerke.de/themen/studieren-mit-behinderung

Barrierefrei studieren

Ein Projekt der gemeinnützigen Initiative für transparente Studienförderung für chancengerechten Zugang zu Bildung.

www.barrierefrei-studieren.de

Einfach teilhaben

Wegweiser rund um das Thema Ausbildung und Studium mit Behinderungen.

www.einfach-teilhaben.de

Integrationsämter

Von hier findest du den Weg zu den Ansprechpersonen des Integrationsfachdienstes in deinem Ort.

www.bih.de/integrationsaemter

CHECKLISTE

Ausbildung, Studium oder beides?

Bist du eher praktisch veranlagt oder tauchst du gerne in wissenschaftliche Theorien ein?

Möchtest du den Studienalltag erleben oder einen geregelten Tagesablauf haben?

Welche Ausbildungsform zu dir passt, hängt in erster Linie von deinen Vorlieben ab.

Diese Checkliste hilft dir bei einer ersten Einschätzung. Kreuze einfach an, was auf dich zutrifft.



Duale Ausbildung

Ich will auf eigenen Beinen stehen und bald mein eigenes Geld verdienen.

Ich habe Spaß an praktischem Arbeiten.

Ich arbeite gerne eigenverantwortlich, schätzt aber klar formulierte Arbeitsanweisungen.

Ich lerne am besten, wenn mir jemand zeigt, wie etwas funktioniert und ich es danach selbst ausprobieren kann.

Ich möchte verschiedene Bereiche eines Unternehmens kennenlernen.

Ich kann mir nicht vorstellen, mich jahrelang nur theoretisch mit einem Thema zu befassen, sondern will möglichst schnell in den Beruf einsteigen.

Gute Übernahmehandlungen sind mir wichtig.

Ich kann mir vorstellen, mich nach meiner Ausbildung weiterzubilden, um auf der Karriereleiter aufzusteigen.

Schulische Ausbildung

Ich habe gerne einen strukturierten Alltag mit einem festen Stundenplan.

Ich schätzt es, in einem festen Klassenverband zu lernen und zu arbeiten.

Frühzeitig Berufserfahrung zu sammeln steht für mich nicht an erster Stelle.

Es macht mir nichts aus, während der Ausbildung noch kein Gehalt zu bekommen. (Hinweis: In nur wenigen schulischen Ausbildungen wird ein Gehalt gezahlt, bei privaten schulischen Ausbildungen ist in der Regel Schulgeld fällig.)

Ich will einen Beruf erlernen, der nur im Rahmen einer schulischen Ausbildung angeboten wird (z.B. Erzieher/in, Pharmazeutisch-technische/r Assistent/in).

Ich möchte die Ausbildungszeit nutzen, um nicht nur in einem einzigen Betrieb Erfahrungen zu sammeln, sondern verschiedene Praktika zu absolvieren.

Duales Studium

Ich will mein theoretisches Wissen, das ich an der Hochschule erworben habe, direkt in der Praxis in einem Unternehmen anwenden.

Es macht mir nichts aus, mich von vorneherein auf einen Tätigkeitsbereich festzulegen.

Ich will studieren, aber auf ein regelmäßiges Einkommen nicht verzichten.

Ich habe kein Problem damit, meine Semesterferien im Unternehmen zu verbringen.

Ich bin sehr belastbar und komme mit stressigen Phasen und wenig Freizeit gut zurecht.

Mich reizt die Vorstellung, am Ende meines dualen Studiums gleich zwei Abschlüsse in der Tasche zu haben (im ausbildungsintegrierenden Studienmodell) bzw. vergleichbare Praxiserfahrung gesammelt zu haben (im praxisintegrierenden Studienmodell).

Gute Übernahme- und Karrierechancen im Unternehmen sind mir wichtig.



Büffeln, ackern oder beides? Je nachdem was dir mehr liegt, kann eine andere Ausbildungsform zu dir passen.

Studium

Ich will mich noch nicht auf einen konkreten Beruf festlegen und mich erst mal breiter mit einem Feld wie Ingenieur- oder Geisteswissenschaften befassen.

Ich habe einen konkreten Berufswunsch wie Lehrerin beziehungsweise Lehrer oder Ärztin beziehungsweise Arzt, den ich nur über ein Studium erreichen kann.

Ich beschäftige mich gerne auf einer abstrakten Ebene mit verschiedenen Themen, habe Spaß an komplexen Sachverhalten und am Recherchieren von Quellen und Hintergründen.

Ich interessiere mich für eine wissenschaftliche Laufbahn

Ich teile mir meine Zeit gerne frei ein.

Ich lerne am besten selbstständig und verfüge über ein hohes Maß an Selbstdisziplin und einer guten Selbstorganisation.

Mir gefällt die Vorstellung, mich mehrere Jahre in einen Fachbereich zu vertiefen, bevor ich in einen Beruf einsteige (Hinweis: Im Bachelorstudium sind es in der Regel drei, im Masterstudium noch einmal zwei Jahre).

Ich möchte die Studienzeit nutzen, um vielfältige Erfahrungen zu sammeln. An der Hochschule, aber auch in Praktika oder im Ausland.

Die Vorstellung, erst einmal kein eigenes Geld zu verdienen, evtl. nebenbei zu jobben und/oder ggf. abhängig zu sein von der Unterstützung meiner Eltern bzw. finanziellen Hilfen wie BAföG (von dem zumindest ein Teil später zurückgezahlt werden muss), macht mir nichts aus.

Eine mögliche Führungsposition in der Zukunft und/oder ein höheres Einstiegsgehalt sind mir wichtig.

Wenn du feststellst, dass du in einem Bereich viele Kreuze gesetzt hast, könnte das ein Hinweis für dich sein, dass dieser Weg zu dir passt.



Die Checkliste findest du auch online unter:
abi.de/orientieren/uebungen

TIPP



Foto: Hans-Martin Issler

Foto: privat

INTERVIEW

So gelingt der Realitätscheck

Praktika sind ideal, um in verschiedene Berufe hineinzuschnuppern, bevor du dich für ein Studium oder eine Ausbildung entscheidest. Berufsberater Marcel Orlamünder von der Jugendberufsagentur Berlin Mitte erläutert, worauf es dabei ankommt.

abi» Herr Orlamünder, was für Praktika gibt es überhaupt?

Marcel Orlamünder: Es gibt viele Arten von Praktika: angefangen beim Schnupperpraktikum von wenigen Tagen über das Schülerpraktikum bis zum Vorpraktikum, das vor Beginn von manchen Studiengängen oder

Ausbildungen verpflichtend ist. Grundsätzlich gibt es freiwillige Praktika, die du zu jeder Zeit machen kannst, um dich zu orientieren, und Pflichtpraktika, die an bestimmte Vorgaben gebunden sind.

abi» Wo kann ich nach Praktikumsstellen suchen?

Marcel Orlamünder: Über die Jobsuche der Bundesagentur für Arbeit (www.arbeitsagentur.de/jobsuche) findest du in der Rubrik Praktikum/Trainee/Werkstudent immer wieder Angebote. Zusätzlich empfehle ich, unter der Rubrik Ausbildung/Duales Studium nach Unternehmen zu schauen. Denn Arbeitgeber, die Ausbildungsplätze oder ein duales Studium anbieten, sind oft auch offen für Praktikumsanfragen. Häufig werden Praktikumsplätze gar nicht ausgeschrieben, daher lohnt es sich, einfach mal bei interessanten Unternehmen anzufragen. Auch

MARCEL ORLAMÜNDER

BERUFSBERATER

Jugendberufsagentur
Berlin Mitte

TIPP:

„Erst bei freiwilligen Praktika von mehr als drei Monaten greift der Mindestlohnanspruch von aktuell 12,41 Euro pro Stunde. Es steht Unternehmen jedoch immer frei, eine Aufwandsentschädigung zu zahlen.“

regionale Handwerkskammern oder Industrie- und Handelskammern haben oft Lehrstellenbörsen.

abi» Wer unterstützt mich bei der Suche nach einem Praktikum und beantwortet meine Fragen?

Marcel Orlamünder: Fragen können die Berufsberaterinnen und Berufsberater der Agenturen für Arbeit beantworten. Wir können auch Tipps geben, wie du dich am besten mit Hilfe von Praktika auf dein Studium oder deine Ausbildung vorbereiten kannst, und helfen dir bei der Praktikumssuche.

abi» Bekomme ich Geld für mein Praktikum?

Marcel Orlamünder: Für freiwillige Praktika zur Berufsorientierung, die nicht länger als drei Monate dauern, sowie für Pflichtpraktika im Rahmen von Ausbildung oder Studium sind

TIPP

So findest du einen Praktikumsplatz

Die Arbeitsagentur unterstützt dich mit einer Reihe von Angeboten bei der Suche nach einem passenden Praktikumsplatz. Telefonisch unter 0800 4 555500 oder unter arbeitsagentur.de/bildung/praktikum.

Unternehmen nicht verpflichtet, eine Vergütung zu bezahlen. Hier gilt der gesetzlich vorgeschriebene Mindestlohn nicht. Erst bei freiwilligen Praktika von mehr als drei Monaten greift der Mindestlohnanspruch von aktuell 12,41 Euro pro Stunde. Es steht Unternehmen jedoch immer frei, eine Aufwandsentschädigung zu zahlen, wenn der Praktikant gute Arbeit geleistet hat.

abi» Muss ich für die Einnahmen aus dem Praktikum Steuern zahlen?

Marcel Orlamünder: Wer eine Vergütung oder eine Lohnzahlung erhalten hat, muss für dieses Einkommen auch Steuern zahlen, sobald es den Grundfreibetrag von 11.784 Euro pro Jahr übersteigt.

abi» Bin ich im Praktikum versichert, falls etwas passiert?

Marcel Orlamünder: Alle, die unter 25 Jahre alt sind und insgesamt weniger als 538 Euro pro Monat verdienen, sind automatisch weiter über ihre Eltern oder Erziehungsbe rechtigten krankenversichert. Falls du dich im Praktikum verletzt, bist du über die Unfallversicherung des Arbeitgebers abgesichert.

abi» Wie kann ich sicherstellen, dass ein Praktikum mir inhaltlich auch tatsächlich etwas bringt?

Marcel Orlamünder: Bei längeren Praktika würde ich empfehlen, einen Praktikumsvertrag abzuschließen. In diesem sollten nicht nur die Dauer, die Arbeitszeiten und die eventuelle Entlohnung stehen, sondern auch Angaben zu den Inhalten des Praktikums: In welcher Abteilung werde ich eingesetzt? Welche Inhalte soll das Praktikum vermitteln? Bei kürzeren Praktika gibt es oft keinen Vertrag. Daher sollten Praktikanten am besten vorher mit dem Arbeitgeber ihre Wünsche an das Praktikum klären: Wo möchte ich gern

hineinschnuppern? Was will ich lernen? Solch ein Gespräch erfordert vielleicht ein bisschen Mut, hilft dir aber, am Ende das meiste aus deinem Praktikum herauszuholen. Außerdem zeigt es dem Arbeitgeber, dass du dir Gedanken zum Praktikum gemacht hast. ●

TIPP

**So holst du am meisten aus
deinem Praktikum raus:**

- Wähle ein Unternehmen aus einer Branche, die dich interessiert – und nicht nur irgendeinen Praktikumsplatz, um die Zeit abzusitzen.
- Zeige Interesse an der Arbeit der Kolleginnen und Kollegen und an der Arbeit, die dir zugewiesen wurde.
- Wenn du etwas nicht verstanden hast, frag nach.
- Erkundige dich, ob du auch mal in eine andere Abteilung des Unternehmens hineinschauen darfst.
- Unterhalte dich mit den Mitarbeitenden darüber, warum sie ihre Arbeit gern machen und wie ihr Weg zu dieser Stelle verlaufen ist.
- Sorge dafür, dass du einen guten Eindruck hinterlässt: Sei pünktlich, höflich und zuverlässig.
- Lass dir von deinem Praktikumsbetrieb ein Zeugnis für deine Bewerbungsunterlagen ausstellen.
- Wenn das Praktikumsunternehmen von dir und deiner Arbeit überzeugt ist, bekommst du vielleicht ein Angebot für eine Ausbildungsstelle oder für ein weiteres Praktikum.



Erfahrung und Netzwerk: Bei einem Praktikum sammelst du nicht nur neue Kenntnisse, sondern auch Kontakte.

Tipps für deine Bewerbung

Hast du eine interessante Stelle gefunden? Dann ist es Zeit, sich um deine Bewerbung zu kümmern. abi» erklärt dir Schritt für Schritt, wie du dabei am besten vorgehst.



1. RECHERCHIEREN UND VORBEREITEN

Bevor du mit deiner Bewerbung loslegst, schau dir die Stellenanzeige genau an und informiere dich über den ausgewählten Ausbildungsbetrieb. Was gefällt dir am Unternehmen und an der ausgeschriebenen Stelle? Das stärkt nicht nur deine Überzeugungskraft, sondern auch deine innere Motivation. Sollte dein Wunschunternehmen keine Stellen ausschreiben, kannst du dich auch aus eigener Initiative bewerben. Schreibe der Firma, rufe dort an oder frage persönlich nach, ob Bewerbungen erwünscht sind.

Es lohnt sich auch, mit anderen Menschen über ihre Bewerbungserfahrungen zu sprechen. Das können zum Beispiel Eltern, Freundinnen und Freunde, Lehrerinnen und Lehrer oder Berufsberaterinnen und -berater sein. Informieren kannst du dich über Bewerbungen außerdem durch Fachliteratur, bei Coaches oder im Internet, etwa auf abi.de in der Rubrik „Bewerbung“. Achte dabei immer auf seriöse Angebote.

2. MIT DEINEN UNTERLAGEN INTERESSE WECKEN

Ziel deiner Bewerbung ist es, beim Arbeitgeber Interesse zu wecken. Das Anschreiben gibt dir die Gelegenheit, deine Motivation für die jeweilige Stelle darzulegen und dich vorzustellen.

In der Kürze liegt hierbei die Würze: Das Anschreiben sollte idealerweise nicht länger als eine Seite sein. Schildere darin komprimiert die wichtigsten Erfolge deiner schulischen bzw. beruflichen Laufbahn und mache deutlich, warum du auf die jeweilige Stelle passt und warum du dich für das Unternehmen interessierst. Wichtig ist, deine Bewerbung zielgerichtet für das Unternehmen zu formulieren und keinen Standardtext zu verfassen. Es macht außerdem einen guten Eindruck, wenn du deine Bewerbung an eine konkrete Ansprechperson richtest. Meist wird diese in der Stellenausschreibung genannt, ansonsten kannst du telefonisch nachfragen. Am Ende des Anschreibens listest du die Anlagen auf, die du deinen Unterlagen beifügst. Das können zum Beispiel Zeugnisse, Arbeitsproben oder Nachweise von Praktika sein.

In den Lebenslauf gehört dein bisheriger Werdegang. Liste deine Schulausbildung, deine praktischen Erfahrungen (zum Beispiel Schülerpraktika) und besondere Kenntnisse (zum Beispiel Sprachen, IT-Kenntnisse) auf. Dabei sollte man mit dem Wichtigsten zuerst anfangen. Stelle zuerst deine aktuelle Situation vor und gehe dann zu den vergangenen Ereignissen zurück. Achte darauf, deinen Lebenslauf auf ein oder maximal zwei Seiten zu bringen. Ein Bewerbungsfoto ist zwar kein Muss, kann beim Arbeitgeber aber einen zusätzlichen positiven Eindruck hinterlassen, wenn es professionell gemacht wurde und sympathisch wirkt. Deine Hobbys, Interessen und

dein Engagement verleihen deinem Lebenslauf eine individuelle Note und unterstreichen deine Stärken.

Übrigens: Falls du eine gesundheitliche Beeinträchtigung oder Behinderung hast, musst du das nicht verpflichtend in der Bewerbung angeben. Sollte die Behinderung den Arbeitsalltag stark beeinträchtigen, ist es jedoch empfehlenswert, sie bereits im Anschreiben zu erwähnen. Andernfalls kannst du sie im Vorstellungsgespräch thematisieren. So könnt ihr direkt über Lösungsansätze sprechen.

3. DIE BEWERBUNG AUF DEN WEG BRINGEN

Wenn du dich eigeninitiativ bewirbst oder in der Anzeige der Bewerbungsweg nicht explizit erwähnt wird, frage nach. Dann kannst du auch erfragen, an wen du deine Bewerbung konkret richten kannst.

Fast alle Unternehmen erwarten mittlerweile Bewerbungen per E-Mail oder haben eigene Online-Bewerbungssportale, auf die du deine Unterlagen hochladen kannst. Je nachdem, was gewünscht ist, erstellst du nun ein Sammel-PDF aller Unterlagen oder du bereitest die geforderten Einzeldateien zum Upload vor. Wichtig in beiden Fällen ist, dass eine bestimmte Dateigröße nicht überschritten wird und die Dateien entsprechend benannt sind. Gibt es bei einem Bewerbungsportal Texteingabefelder, kopiere die entsprechenden Passagen aus deinem vorbereiteten Anschreiben oder Lebenslauf heraus. So vermeidest du Tippfehler. Nimm dir ausreichend Zeit, um alle Anweisungen im Bewerbungsportal in Ruhe durchzulesen und die Fragen gewissenhaft zu beantworten.

Falls der Betrieb die Bewerbung doch auf dem Postweg will, druckst du deine Unterlagen aus und sortierst sie in eine Bewerbungsmappe ein.

Sollte ein zusätzliches Bewerbungsvideo erwünscht sein, überlege dir zuvor gut, wie du in wenigen Minuten die relevantesten Informationen über dich gut strukturiert und sympathisch vermittelst. Mache dir Gedanken, wo du das Video drehst und was du anziehst. Ob kreativ und modern oder konservativ – gestalte dein Video passend zur Branche und zum Unternehmen. Halte dich an die vorgegebene Länge für das Video. Es sollte nicht länger als zwei bzw. drei Minuten dauern.

4. VORSTELLUNGSGESPRÄCH MEISTERN

Sowohl in den schriftlichen Unterlagen als auch im persönlichen Auftreten beim Vorstellungsgespräch oder im Assessment Center solltest du deine Kompetenz, deine Leistungsmotivation und deine Persönlichkeit zum Vorschein bringen. Wichtig ist deshalb, zuerst dir selbst und dann dem Arbeitgeber diese drei Kernfragen zu beantworten:

- 1. Wer bin ich und was will ich? Wie passen mein Werdegang, meine Persönlichkeit und meine Interessen zum Unternehmen?**
- 2. Warum bewerbe ich mich genau bei diesem Unternehmen?**
- 3. Was hat das Unternehmen davon, wenn es mich auswählt?**

Informiere dich vorab unbedingt über das Unternehmen und seine Mentalität. Du solltest wissen, wie sich der Betrieb online präsentiert. Dieses Wissen gibt dir nicht nur mehr Sicherheit, sondern hilft dir auch inhaltlich zu punkten und den passenden Kleidungsstil für das Vorstellungsgespräch zu wählen.

Denke außerdem daran, eigene Fragen an den Arbeitgeber vorzubereiten und dich für die Einladung zum Gespräch zu bedanken. Deine Nervosität senkst du, indem du dir bewusst machst, dass du als Bewerberin oder Bewerber kein Bittsteller bist. Erfolgreiche Zusammenarbeit erfordert gegenseitiges Interesse – das Unternehmen bewirbt sich auch bei dir.

5. ZU- ODER ABSAGE: WIE GEHT ES WEITER?

Du hast eine Zusage bekommen? Herzlichen Glückwunsch! Informiere dich über die nächsten Schritte und bleibe mit dem Unternehmen in Kontakt. Eine Absage wiederum ist kein Grund, beleidigt zu sein oder aufzugeben. Es ist völlig normal, dass nicht jede Bewerbung eine Zusage erhält. Betrachte es als Übung und nutze die Absage als Chance, um deine Bewerbungstechnik weiter zu verbessern. ●

Links für deine Recherche:



Mehr Infos auf abi.de:

In der Rubrik Bewerbung auf abi.de findest du viele Infos, die dir weiterhelfen. Klicke einfach an, wofür du dich konkret bewerben willst. Lies, worauf es bei deinen Unterlagen ankommt, oder springe direkt zu den Tipps für Auswahlverfahren, Auslands- oder Online-Bewerbung und mehr.

Unter Downloads findest du übrigens Beispiele für gelungene Unterlagen sowie Übungen und Checklisten. Denke unbedingt daran, dass Mustervorlagen immer individuell angepasst werden müssen und nicht einfach übernommen werden sollten.
abi.de/bewerbung



Hast du noch Fragen oder brauchst Unterstützung?

Die Beraterinnen und Berater deiner Agentur für Arbeit vor Ort gehen gerne deine Bewerbungsunterlagen mit dir durch und haben Ideen, wie du dich am besten auf Auswahlverfahren vorbereiten kannst. Außerdem gibt es Infoveranstaltungen zum Thema Bewerbung in deinem BiZ.

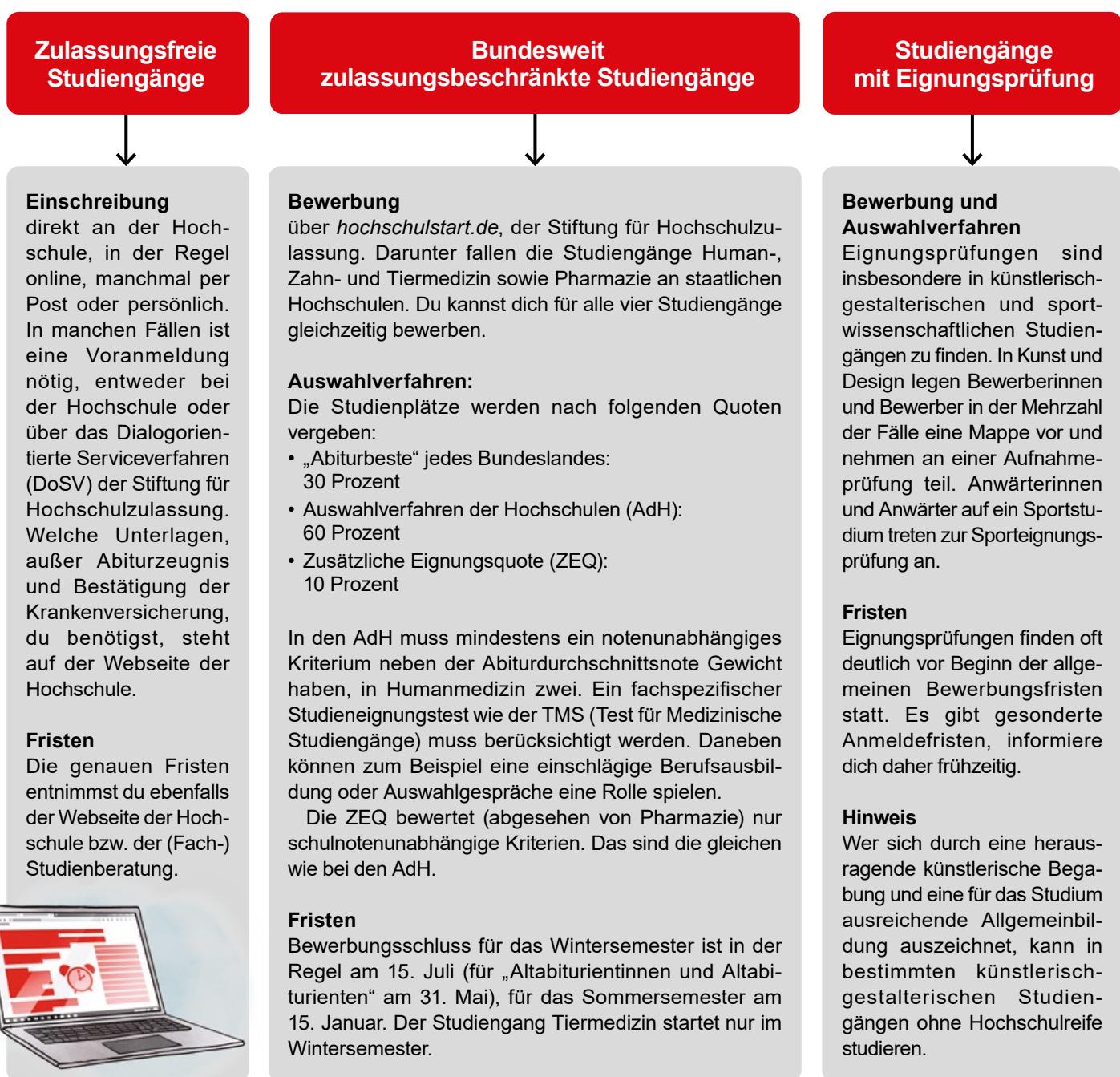
Beratungstermin vereinbaren unter:
web.arbeitsagentur.de/portal/kontakt/de/terminvereinbarung/berufsberatung

Bewerbungsveranstaltungen in deinem BiZ findest du unter:
www.arbeitsagentur.de/veranstaltungen



So klappt es mit dem Studienplatz

Wenn du dich für einen Studiengang entschieden hast, solltest du dich frühzeitig informieren, welches Zulassungsverfahren greift und welche Fristen gelten. Denn es gibt Studiengänge, in denen die Anzahl der Plätze beschränkt ist, sodass diese nach bestimmten Kriterien vergeben werden. abi» gibt dir einen Überblick.





Gerade bei Studiengängen mit komplexerem Bewerbungsprozess hilft der Erfahrungsaustausch mit anderen, etwa um sich auf eine Eignungsprüfung vorzubereiten.

Links für deine Recherche:



abi»
abi.de/
bewerbung/
studienplatz



Stiftung für
Hochschulzulassung
www.hochschulstart.de

Örtlich zulassungsbeschränkte Studiengänge

Duales Studium

A

Bewerbung an der Hochschule

Bewerbung und Auswahlverfahren

Die größte Rolle spielt die Abiturdurchschnittsnote. Weitere Kriterien sind Wartezeit, Einzelnoten oder praktische Erfahrungen. Darüber, welche Unterlagen du benötigst und welche Formulare du ausfüllen musst, informiert die Webseite der Hochschule bzw. die (Fach-)Studienberatung.

Fristen

Der Bewerbungszeitraum endet für gewöhnlich am 15. Juli für das Winter- und am 15. Januar für das Sommersemester. Abweichende Fristen werden normalerweise auf der Webseite der Hochschule aufgeführt.

B

Dialogorientiertes Serviceverfahren (DoSV)

Bewerbung und Auswahlverfahren

Das DoSV organisiert den Bewerbungsprozess für örtlich zulassungsbeschränkte Studiengänge. Um teilzunehmen, registrierst du dich im Bewerbungsportal von hochschulstart.de. Im Anschluss kannst du dich entweder direkt dort oder über die Hochschule bewerben – je nach Vorgabe.

Du kannst dich für bis zu zwölf Studienangebote gleichzeitig bewerben, deine Bewerbungen gewichten und in der Koordinierungsphase prüfen, ob bereits ein Zulassungsangebot einer Hochschule vorliegt. Entscheidest du dich für ein Angebot, erhältst du einen Zulassungsbescheid und scheidest mit allen weiteren Bewerbungen aus dem aktuellen Verfahren aus.

Fristen

Die Bewerbungsfrist für das Wintersemester endet regulär am 15. Juli, für das Sommersemester am 15. Januar.

Bewerbung und Auswahlverfahren

In den meisten Fällen bewirbst du dich zunächst bei deinem potenziellen Arbeitgeber (Unternehmen, soziale Einrichtung). Zu den Unterlagen gehören klassisch Anschreiben, Lebenslauf, Zeugnisse und gegebenenfalls weitere Qualifikationsnachweise. Bei der Auswahl setzen die Praxispartner auf verschiedene Verfahren wie Vorstellungsgespräche, Auswahltests oder Assessment-Center.

Mit deinem unterzeichneten Vertrag bewirbst du dich in einem zweiten Schritt fristgerecht für den zugehörigen Studiengang an der Hochschule, mit der dein Arbeitgeber kooperiert. In manchen Fällen übernimmt die Bewerbung sogar der Arbeitgeber für dich. Welche Unterlagen die Hochschule von dir benötigt und wie sich das weitere Verfahren gestaltet, erfährst du auf der Hochschul-Webseite.

Fristen

In der Regel schreiben Unternehmen ihre offenen Stellenangebote für ein duales Studium bereits über ein Jahr im Voraus aus. So musst du dich also schon mindestens ein Jahr vor deinem Abitur bewerben.

Hinweis

Duale Studiengänge können ebenfalls örtlich zulassungsbeschränkt sein, sodass du die Auswahlkriterien der Hochschule erfüllen musst. Informiere dich frühzeitig, um deine Chancen realistisch einzuschätzen.

Fit für den Ausbildungss-

start

Du hast eine Zusage für einen Ausbildungsplatz bekommen? Glückwunsch! Damit du gut vorbereitet startest, erklärt dir abi»**, was du organisieren musst und wer dich dabei unterstützt.**



Rechte und Pflichten von Azubis

Bevor du deine Ausbildung beginnst, schließt du einen schriftlichen Vertrag mit deinem Ausbildungsbetrieb ab. Im Ausbildungsvertrag steht, wann deine Ausbildung beginnt und wie lange sie dauert, wie hoch deine Vergütung ausfällt, wie lange du jeden Tag arbeitest und wie viele Urlaubstage dir jährlich zur Verfügung stehen. Darüber hinaus ist der Besuch der Berufsschule oder anderer Ausbildungsmaßnahmen geregelt.

Was genau du in der Ausbildung lernen sollst, ist gesetzlich in einer Ausbildungsordnung vorgeschrieben. Dein Betrieb erstellt darauf basierend einen Ausbildungsplan, der ebenfalls Bestandteil deines Vertrags ist. Im Gegenzug hältst du regelmäßig schriftlich fest, was du gearbeitet und gelernt hast. Dazu führst du ein Berichtsheft oder einen Ausbildungsnachweis.

Das Ausbildungsverhältnis beginnt mit der Probezeit. Während dieser überprüfst du, ob du den passenden Beruf beziehungsweise den richtigen Betrieb gewählt hast. Auch dein Arbeitgeber stellt sich die Frage, ob ihr zusammenpasst. Die Probezeit dauert höchstens vier Monate. In dieser Zeit hast du das Recht, ohne Angabe von Gründen zu kündigen, der Ausbildungsbetrieb ebenso.

Wohnmöglichkeiten

Musst du für deine Berufsausbildung umziehen, stellt sich die Frage nach der Wohnmöglichkeit. Wenn du nicht alleine wohnen möchtest oder auf Grund deines Alters noch keine eigene

Wohnung mieten darfst, könnte ein Jugendwohnheim das Richtige für dich sein. Dort bekommst du ein günstiges Zimmer und findest gleich Anschluss bei jungen Leuten. In ganz Deutschland stellen mehr als 500 Jugendwohnheime möblierte Einzel- oder Doppelzimmer zur Verfügung, die jedes Jahr von mehr als 200.000 jungen Menschen genutzt werden. Eine weitere Möglichkeit sind Wohngemeinschaften (WGs).

(Finanzielle) Unterstützung während der Ausbildung

Du kannst Berufsausbildungsbeihilfe (BAB) beantragen, wenn du für eine betriebliche Ausbildung umziehen musst, weil der Ausbildungsort zu weit entfernt ist. Für eine schulische Berufsausbildung kannst du einen BAföG-Antrag bei deinem zuständigen Amt für Ausbildungsförderung der Kreise oder kreisfreien Städte stellen, unabhängig davon, ob du daheim wohnst oder nicht.

Wohnst du während der Ausbildung zu Hause, erhalten deine Eltern bis zu deinem 25. Lebensjahr weiterhin Kindergeld. Wohnst du während deiner Ausbildung nicht mehr bei deinen Eltern und versorgst dich selbst, kann das Kindergeld direkt an dich überwiesen werden. Außerdem gibt es günstige Bildungskredite oder Stipendien, die du für eine Ausbildung beantragen kannst.

Unterstützung findest du auch in Form von Mentoring-Programmen. Einige Unternehmen bieten interne Programme an, andere Projekte sind von Branchenverbänden initiiert.

Die Assistierte Ausbildung (AsA) ist ein Angebot der Bundesagentur für Arbeit und hilft jungen Menschen, die Schwierigkeiten haben, eine Ausbildung zu finden oder erfolgreich abzuschließen. Ob diese Möglichkeit für dich infrage kommt, musst du vorab in einem Gespräch mit der Berufsberatung klären.

Berufsausbildungsbeihilfe (BAB)

www.arbeitsagentur.de/bildung/ausbildung/berufsausbildungsbeihilfe-bab

BAföG

www.bafög.de

Bildungskreditprogramm der Bundesregierung

www.bildungskreditonline.bva.bund.de

Kindergeld an andere Person auszahlen lassen

www.arbeitsagentur.de/familie-und-kinder/kindergeld-auszahlung-andere-personen

Assistierte Ausbildung (Asa)

www.arbeitsagentur.de/bildung/ausbildung/assistierte-ausbildung-machen

Finanzen und Versicherungen

Für deine Ausbildungsvergütung brauchst du ein Girokonto. Banken bieten Azubis oft Sonderkonditionen an. Außerdem benötigt der Ausbildungsbetrieb deine steuerliche Identifikationsnummer. Falls dir diese nicht bekannt ist, frage beim Bundeszentralamt für Steuern nach.

Das Thema Versicherungen kommt nun ebenfalls auf dich zu. Als Azubi bist du sozialversicherungspflichtig. Das heißt, du musst eine eigene Krankenversicherung auswählen und abschließen. Darüber hinaus zahlst du Beiträge in die Renten-, Pflege- und Arbeitslosenversicherung ein. Alle Sozialversicherungsbeiträge einschließlich Krankenversicherung gehen automatisch von deinem Brutto-Gehalt ab.

Neben dieser Basis-Versicherung solltest du dir überlegen, ob eine Haftpflichtversicherung sinnvoll ist, die dafür sorgt, dass eventuell von dir verursachte Schäden von der Versicherung übernommen werden. Auch über den Abschluss einer Berufsunfähigkeitsversicherung solltest du nachdenken und dich am besten dazu beraten lassen.

Frage bei deinem Ausbildungsbetrieb außerdem nach vermögenswirksamen Leistungen. Das sind Sparbeträge, die der Arbeitgeber gemäß dem Vermögensbildungsgesetz für dich anlegt. Du kannst damit Steuern sparen und vielleicht noch einen Zuschuss des Arbeitgebers erhalten.

Erste Tage im Betrieb

Sei am ersten Ausbildungstag unbedingt pünktlich! Den Weg zu deinem Betrieb kennst du wahrscheinlich schon vom Vorstellungsgespräch. Aber kalkuliere nun auch den Berufsverkehr am Morgen ein.

TIPP

Das Tool „100 Fachbegriffe“ unter 100fachbegriffe.planet-beruf.de erklärt dir branchenübliche Begriffe und deren Bedeutung – eine gute Vorbereitung für die ersten Ausbildungstage.

Welche Kleidung passend ist, davon hast du ebenfalls beim Bewerbungsgespräch einen Eindruck bekommen. Wenn du dir nicht mehr sicher bist, gilt: Lieber etwas schicker als zu leger. Versuche dich an die Namen der wichtigsten Personen zu erinnern, die beim Gespräch dabei waren, zum Beispiel die Abteilungsleiterin oder der Abteilungsleiter.

Gerade in den ersten Tagen wirst du mit vielen neuen Informationen konfrontiert. Doch keine Sorge: Niemand erwartet, dass du sofort jeden kennst oder alles weißt. Bist du unsicher, scheue dich nicht Fragen zu stellen – das zeigt dein Engagement und beweist, dass du am Ablauf im Betrieb interessiert bist. ●

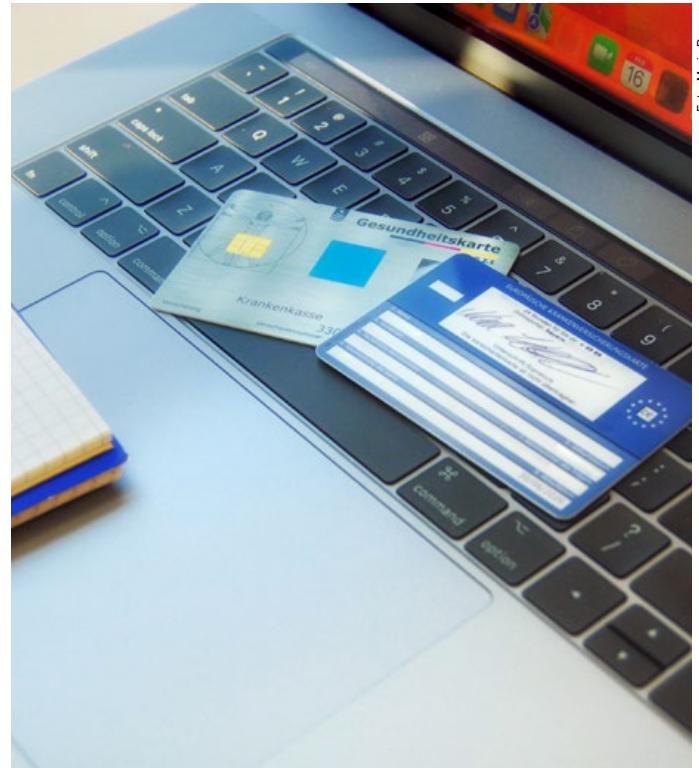


Foto: Marie Demme

Sich selbst um Versicherungen zu kümmern, kann einschüchternd sein. Nimm dir Zeit und lass dich beraten.

Links für deine Recherche:



abi»

abi.de/ausbildungs-und-studienstart/ausbildungsstart-vorbereiten



Bundesagentur für Arbeit

[> www.arbeitsagentur.de/bildung/ausbildung >](http://www.arbeitsagentur.de/bildung/ausbildung)
Bereite deinen Start vor

Bundesministerium für Bildung und Forschung

Kostenlose Broschüre „Ausbildung & Beruf“
www.bmbf.de/SharedDocs/Publikationen/de/bmbf/3/29340_Ausbildung_und_Beruf.html

Infos zu Jugendwohnheimen

www.auswaerts-zuhause.de

Startklar fürs Studium

Von der Immatrikulation über die Klärung der Finanzierung bis zur Wohnungssuche – hast du deinen Studienplatz in der Tasche, gibt es einiges zu organisieren. Doch wenn du frühzeitig beginnst, steht einem entspannten Studienbeginn nichts im Weg.



Immatrikulation

Sobald du von der Hochschule deinen Zulassungsbescheid erhalten hast, musst du dich immatrikulieren, also offiziell einschreiben. Die Immatrikulation erfolgt meist online, manchmal jedoch auch persönlich. Den genauen Ablauf erfährst du im Zulassungsbescheid. Bei der Immatrikulation erhältst du deinen Studierendenausweis und deine Matrikelnummer, die dazu dient, dich eindeutig zu identifizieren, etwa bei Prüfungen.

Kosten und Finanzierung

Auch wenn staatlich anerkannte Hochschulen – im Gegensatz zu privaten – keine Studiengebühren verlangen, kommen dennoch Kosten auf dich zu. Alle Hochschulen erheben einen Semesterbeitrag, der oftmals das Semesterticket beinhaltet. Zusätzlich musst du Miete, Lebensmittel, Kleidung, Versicherungen und mehr bezahlen. Dafür geben Studierende laut der

21. Sozialerhebung des Deutschen Studentenwerks im Monat durchschnittlich 819 Euro aus.

Viele Studierende werden im Studium von ihren Eltern finanziell unterstützt. Ist das nicht oder nicht ausreichend möglich, stellt BAföG eine alternative Möglichkeit dar. Den monatlichen Betrag gibt es zur Hälfte als zinsloses Darlehen, das du später zurückzahlen musst, und zur Hälfte als Zuschuss. Mehr Infos unter: www.bafög.de.

Ein Stipendium ist je nach persönlichem Engagement eine weitere Option. Unter www.stipendiumplus.de und www.deutschlandstipendium.de kannst du nach geeigneten Angeboten suchen. Vorsichtig sollte man mit Studienkrediten sein. Sie sind mit Zinsen zurückzuzahlen und damit meist teurer als andere Finanzierungsarten. Finanzieren kannst du das Studium zudem mit einem Nebenjob bzw. Werkstudentenjob. Idealerweise sammelst du darüber Berufserfahrung passend zu deinem Studienfach.



Auf Einführungsveranstaltungen für Erstsemester erhältst du wichtige Infos und lernst neue Leute kennen.

Bis du 25 Jahre alt bist, bekommen deine Eltern noch Kindergeld für dich, wenn du studierst. Wohnst du nicht mehr zu Hause und bekommst keinen Unterhalt von deinen Eltern, kann das Kindergeld direkt an dich ausgezahlt werden.

Versicherungen

In Sachen Krankenversicherung gilt: Bis du dein 25. Lebensjahr vollendet hast, kannst du als Studentin oder Student gesetzlich familienversichert sein. Du selbst zahlst dann keine Beiträge. Bist du über deine Eltern privat versichert, kannst du zu Studienbeginn entscheiden, ob du weiterhin privat versichert bleiben oder in die gesetzliche Krankenversicherung wechseln willst. Lass dich dazu am besten von deiner Krankenkasse beraten.

Überlege, ob es sinnvoll ist, zusätzliche Versicherungen abzuschließen. Eine private Haftpflichtversicherung etwa schützt dich davor, dass durch dich verursachte Schäden hohe Kosten nach sich ziehen. Unter Umständen bist du bei dieser oder anderen Versicherungen weiterhin über deine Eltern eingeschlossen.

Wohnmöglichkeiten

Wenn du bei deinen Eltern wohnen bleibst, gibst du kein Geld für Miete aus. Aber es kann natürlich sein, dass du dadurch eine lange Anfahrt zur Hochschule hast, sodass entsprechende Fahrtkosten anfallen. Außerdem ist es vielleicht schwieriger, sich am Studienort mit Lerngruppen zu treffen.

Eine Alternative ist ein Zimmer in einem Studierendenwohnheim. Oft nutzt du die Küche und manchmal das Bad zusammen mit anderen Studierenden. Die Zimmer sind meist möbliert. Ein Platz im Wohnheim ist günstig und deshalb sehr begehrte. Wende dich bei Interesse frühzeitig an das Studierendenwerk deiner Hochschule.

Auch in einer privaten Wohngemeinschaft (WG) teilst du dir mit anderen Personen die Räume, wobei in der Regel auch alle über ein eigenes Zimmer verfügen. Die Wohnungskosten

und meist auch weitere Kosten etwa für Strom oder Internet werden aufgeteilt. Eine WG ist daher meist billiger als eine Einzelwohnung und bietet eine gute Gelegenheit, schnell Anschluss in einer neuen Stadt zu finden. Die eigenen vier Wände haben jedoch den Vorteil, dass du eventuell mehr Ruhe zum Lernen und mehr Privatsphäre hast.

Auch Wohnen zur Untermiete ist eine Möglichkeit. Dabei gibt es spezielle Konzepte wie „Wohnen für Hilfe“. Die Studierenden zahlen keine oder wenig Miete und helfen den Vermieterinnen und Vermietern beispielsweise beim Einkauf oder im Haushalt.

Start vorbereiten

Informiere dich, wann die Einführungsveranstaltungen für die Erstsemester stattfinden. Hier steht die Begrüßung aller neuen Studierenden durch die Hochschulleitung auf dem Plan. Genauso wichtig sind die Veranstaltungen, die die Fachbereiche oder Fachschaften für alle Neuankömmlinge organisieren, denn hier hast du Gelegenheit, Kontakte zu deinen Kommilitoninnen und Kommilitonen zu knüpfen. An vielen Hochschulen gibt es zudem Mentoringprogramme, bei denen erfahrene Studierende Erstsemestern während ihrer Anfangszeit zur Seite stehen. ●

Links für deine Recherche:



abi»

[abi.de/ausbildungs-und-studienstart/
studienstart-vorbereiten](http://abi.de/ausbildungs-und-studienstart/studienstart-vorbereiten)

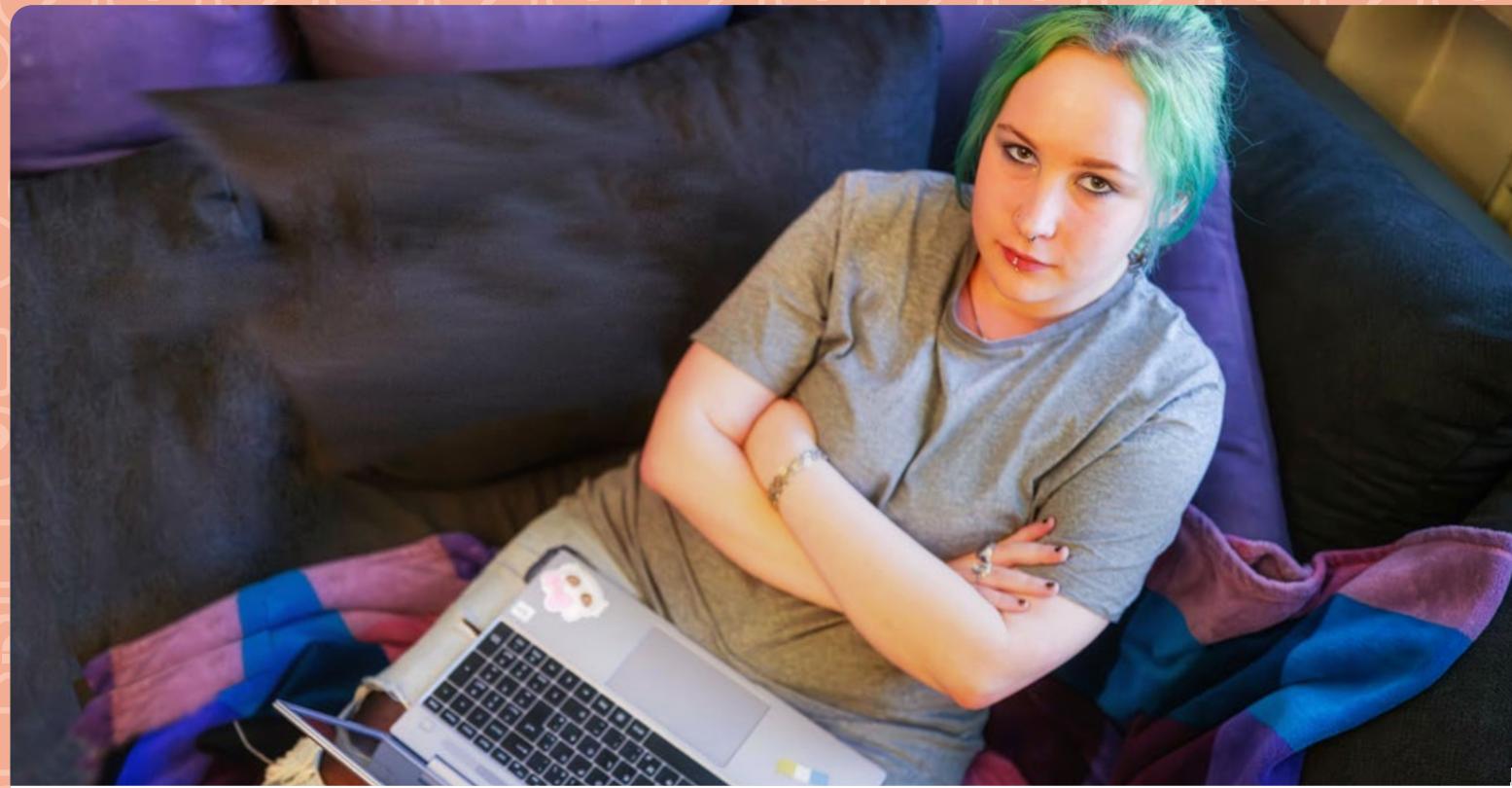


Bundesagentur für Arbeit

[>
www.arbeitsagentur.de/bildung/studium >
Bereite deinen Studienstart vor](http://www.arbeitsagentur.de/bildung/studium)

studienwahl.de

www.studienwahl.de



FAQ

Schwierigkeiten in Ausbildung oder Studium?

Fühlst du dich in deiner Ausbildung oder deinem Studium nicht wohl, kann das ganz schön belastend sein. Doch in der Regel gibt es für jedes Problem eine Lösung. Folgende Tipps können dir helfen.

1 Ich hatte mir meine Ausbildung bzw. mein Studium anders vorgestellt – was soll ich tun?

Was genau gefällt dir nicht an deiner Ausbildungs- bzw. Studiensituation? Gibt es zwischenmenschliche Probleme? Kommst du mit deiner Ausbilderin bzw. deinem Ausbilder oder Dozierenden nicht zurecht? Hast du Probleme, Anschluss zu finden? Hast du finanzielle Sorgen oder bereiten dir die fachlichen Inhalte Kopfzerbrechen? Oft kann es schon helfen, mit den Eltern oder guten Freundinnen und Freunden über Probleme zu sprechen, um Klarheit zu bekommen. Je nach Art der Schwierigkeiten gibt es zudem verschiedene Ansprechpersonen und Stellen, die dir weiterhelfen können. Generell gilt: Sprich Probleme frühzeitig an, damit sie dir nicht über den Kopf wachsen.

2 An wen kann ich mich bei Problemen in der Ausbildung wenden?

Suche frühzeitig das Gespräch mit deiner Ausbilderin oder deinem Ausbilder oder einer anderen Vertrauensperson im Betrieb. Im besten Fall findet ihr gemeinsam eine Lösung.

Auch die Beraterinnen und Berater von der Industrie- und Handelskammer, den Handwerkskammern und der Berufsberatung der Agentur für Arbeit können dir helfen. Handelt es sich um Schwierigkeiten in der Berufsschule, sprich mit deiner Lehrerin, deinem Lehrer oder einer speziellen Beratungslehrkraft.

3 Wer hilft mir bei Problemen im Studium?

Wende dich bei inhaltlichen Fragen und Zweifeln an die (Fach-)Studienberatung. Deren Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter kennen die meisten Sorgen und können dir Tipps geben, wie es weitergehen kann. Auch die Berufsberatung der Agentur für Arbeit unterstützt dich kompetent bei Problemen.

Bereiten dir finanzielle oder organisatorische Dinge Bauchschmerzen, etwa weil du keine Wohnung findest, ist die Sozialberatungsstelle des Studierendenwerks eine gute Anlaufstelle. Auch bei persönlichen beziehungsweise psychischen Schwierigkeiten wie Prüfungsangst findest du an deiner Hochschule Hilfe, zum Beispiel in der psychologischen Beratungsstelle.

4 Gibt es (finanzielle) Unterstützungs möglichkeiten für Azubis und Studierende?

Geldsorgen können dazu führen, dass man seine Ausbildung in Zweifel zieht, weil man nicht weiß, wie man die nächsten Monate überstehen soll. Damit es nicht so weit kommt, kann dir unter Umständen die Berufsausbildungsbeihilfe (BAB) finanziell unter die Arme greifen.

Auch für eine schulische Ausbildung gibt es monetäre Unterstützung in Form von BAföG, die du beim zuständigen Amt für Ausbildungsförderung beantragen kannst. Die Anträge müssen bei den kommunalen Ämtern des jeweiligen Bundeslandes gestellt werden.

Studierende in finanzieller Not wenden sich an die Studierendenwerke ihrer Hochschule, denen die BAföG-Ämter meist angegliedert sind. Auch Stipendien oder Studienkredite können weiterhelfen.

Die Zahl der Stipendien ist groß – viele sind der breiten Allgemeinheit nicht bekannt. Um keine Chance zu verpassen, solltest du ein Gespräch mit der Berufsberatung oder mit Vertretern deiner Hochschule vereinbaren, um so einen guten Überblick zu bekommen. Unter www.stipendiumplus.de findest du einen Überblick über die 13 Begabtenförderungswerke, die vom Bundesministerium für Bildung und Forschung finanziert werden.

5 Wer hilft mir, wenn ich meine Ausbildung oder mein Studium aufgrund einer Erkrankung oder Behinderung nicht wie geplant fortsetzen kann oder die Umgebung angepasst werden muss?

Wer sich mit seiner Ausbildung aufgrund einer Erkrankung oder Behinderung überfordert fühlt, kann Hilfe beantragen. Im Rahmen der sogenannten „Assistierten Ausbildung“ (AsA) werden Auszubildenden beispielsweise feste Ansprechpersonen zur Seite gestellt, die bei allen Fragen weiterhelfen. Bei einem Studium gibt es die Möglichkeit, Nachteilsausgleiche zu beantragen. Die Beraterinnen und Berater für Berufliche Rehabilitation und Teilhabe der Agenturen für Arbeit helfen dir dabei, die passende Unterstützung zu finden. Mehr Infos findest du auf den Seiten 16 bis 17.

6 Ich denke über einen Ausbildungs- bzw. Studienabbruch nach. Gibt es Alternativen?

Die Ausbildung an sich gefällt dir, doch du fühlst dich im Betrieb nicht wohl? Suche zunächst das Gespräch mit deiner Chefin oder deinem Chef. Sollte das nicht helfen, kannst du darüber nachdenken, den Ausbildungsbetrieb zu wechseln. Handelt es sich eher um inhaltliche Schwierigkeiten, etwa weil dir bestimmte Schwerpunkte nicht liegen, ist es eine Option, in einen verwandten Beruf zu wechseln, der deinen Interessen ebenfalls entspricht. Je nach Größe und Vielfalt des Arbeitgebers ist es eventuell sogar möglich, eine neue Ausbildung im selben Betrieb zu beginnen.

Ähnliches gilt für Studierende: Bei Unzufriedenheit kann ein Hochschulwechsel unter Beibehaltung des Studienfachs eine Option sein. Wenn du dir mehr Praxis wünschst, kannst du von der Universität zur Fachhochschule wechseln. Bist du dagegen unsicher, was dein Studienfach betrifft, überstürze nichts. Ein Abbruch sollte gut überlegt sein. Versuche zunächst Seminare und Vorlesungen mit inhaltlichen Schwerpunkten zu belegen, die dir besonders viel Spaß machen und dem entsprechen,

was du später beruflich machen möchtest, und schaue, ob du wieder mehr Motivation bekommst.

7 Wann ist ein Ausstieg eine Option?

Kannst du weder mit den Tätigkeiten noch mit den Inhalten etwas anfangen, ergibt es Sinn, einen Neustart in Erwägung zu ziehen. Eventuell liegt dir auch eine Ausbildung mehr als ein Studium – oder umgekehrt? Auch ein duales Studium könnte zu dir passen. Um mehr Klarheit zu gewinnen, solltest du unbedingt das Gespräch mit deiner Berufsberaterin oder deinem Berufsberater suchen.

8 Was muss ich bei einem Wechsel oder Abbruch beachten?

Wer seinen Betrieb vorzeitig verlassen möchte, sollte daran denken, die Kündigungsfristen einzuhalten und sich bei der Agentur für Arbeit arbeitssuchend zu melden – selbst dann, wenn noch kein Anspruch auf Geldleistungen besteht. Kontaktiere bei einem Ausstieg aus Studium oder Ausbildung außerdem deine Krankenkasse, um zu erfahren was sich für dich in Sachen Versicherung ändert. Auf den Bezug von Kindergeld und BAföG hat ein Wechsel oder Abbruch ebenfalls Auswirkungen. ●



Foto: Mariana Striegl-Klein

Egal, ob du dich an Freunde, Eltern oder zuständige Stellen wendest: Sich Hilfe zu suchen ist immer die richtige Wahl.

Tipps für die weitere Recherche:



abi»
Ausbildungs- oder
Studienwechsel bzw. -umstieg
abi.de/unterstuetzung/wechsel-und-umstieg



Sorgen und Probleme in der Ausbildung?
www.arbeitsagentur.de/bildung/ausbildung/ausbildung-sorgen-probleme

Probleme im Studium?
www.arbeitsagentur.de/bildung/studium/probleme-im-studium



Foto: Martin Rehm

Foto privat

INTERVIEW

Sinnvolle Auszeit

In manchen Fällen klappt es nicht nahtlos nach dem Schulabschluss mit dem Wunschstudium oder der Wunschausbildung. In anderen Fällen wollen Abiturientinnen und Abiturienten die Zeit zunächst nutzen, um sich auszuprobieren und beruflich weiter zu orientieren. Berufsberater Marcel Orlamünder von der Jugendberufsagentur Berlin Mitte erklärt, wie du eine Auszeit sinnvoll gestalten kannst.

abi» Ist es üblich, nach der Schule direkt mit der Ausbildung oder dem Studium zu starten?

Marcel Orlamünder: Nein, das machen viele nicht. Rund ein Drittel aller Schülerinnen und Schüler entscheiden sich nach dem Schulabschluss für ein sogenanntes Gap Year – übersetzt heißt das „Lückenjahr“. Das müssen aber nicht immer zwölf Monate sein. Man kann auch nur die Zeit zwischen Abitur und Ausbildungsbeziehungsweise Studienbeginn überbrücken.

abi» Ist es denn von Nachteil, wenn ich mir für ein ganzes Jahr eine Auszeit nehme?

Marcel Orlamünder: Grundsätzlich ist ein komplettes Gap Year kein Problem. Allerdings sollte vor allem eine längere Überbrückungszeit gut geplant werden. Du solltest dir

frühzeitig Gedanken machen, was dir die Auszeit bringen soll. Daraus ergibt sich dann oft schon die Länge der Auszeit: Brauche ich ein ganzes Jahr, um verschiedene Dinge auszuprobieren, oder reichen auch ein paar Monate bis zum Semester- oder Ausbildungsbeginn im Herbst? Je nachdem, was du planst, solltest du die Bewerbungsfristen beachten, um nicht unnötig Zeit zu verlieren.

abi» Welche Überbrückungsmöglichkeiten gibt es überhaupt nach dem Schulabschluss?

Marcel Orlamünder: Manche begeben sich auf eine mehrwöchige Reise, sei es in Europa oder auch in fernere Länder, um andere Kulturen kennenzulernen und Sprachkenntnisse zu verbessern. Hier bietet sich zum Beispiel ein Au-pair-Aufenthalt oder ein Work & Travel an. Andere machen

einen Freiwilligendienst, zum Beispiel im sozialen, im kulturellen oder im ökologischen Bereich. Wieder andere buchen eine Sprachreise im Ausland, um Sprachkenntnisse zu verbessern oder sie von Grund auf zu erlangen. Man kann Praktika machen oder auch beim Jobben Geld verdienen, zum Beispiel um sich das spätere Studium zu finanzieren. Auch ein Orientierungsstudium ist möglich, um sich eine bestimmte Studienrichtung unverbindlich anzuschauen.

abi» Bei all diesen Möglichkeiten: Wie treffe ich da die richtige Wahl?

Marcel Orlamünder: Das ist ganz individuell. Wenn du schon eine genaue Idee hast, welches Studium oder welche Ausbildung es sein soll, empfiehlt es sich, dich im Gap Year darauf vorzubereiten. Manche



Foto: Hans-Martin Issler



Foto: Hans-Martin Issler



Foto: Martin Rehm

Ein Freiwilligendienst in der Pflege oder Kinderbetreuung während der Auszeit kann Vorteile für dein Studium bringen.

Studiengänge verlangen ein Pflichtpraktikum von den angehenden Studierenden. Oder du probierst in einem freiwilligen Praktikum oder Freiwilligendienst aus, ob der angestrebte Beruf tatsächlich deinen Vorstellungen entspricht. Auch Wartezeiten für einen Studienplatz kannst du durch solch eine praktische Arbeit gut überbrücken. Beispielsweise erhöhest du deine Chancen auf einen Platz im Medizinstudium, wenn du vorher einen Freiwilligendienst absolvierst.

abi» Wo kann ich bei Bedarf Hilfe für meine Fragen finden?

Marcel Orlamünder: Ein Besuch bei der Berufsberatung in deiner Agentur für Arbeit oder bei einer Studienberatung an den Hochschulen kann dir helfen, um passende Entscheidungen für eine Überbrückung zu treffen. Aber auch Gespräche mit der Familie oder

mit Freunden sind sinnvoll. Das kann ganz unverhofft zu guten Ideen oder Kontakten führen.

abi» Was ist generell bei Überbrückungsmöglichkeiten im Ausland zu beachten?

Marcel Orlamünder: Projekte im Ausland, vor allem außerhalb von Europa, brauchen oft eine weitaus längere Vorlaufzeit als Überbrückungen im Inland. Mindestens ein Jahr im Voraus solltest du dich informieren, wie die Bewerbungsfristen sind. Auch Flugtickets, Visa, Unterkunft und Ähnliches müssen unter Umständen organisiert werden. Außerdem ist vorab zu klären, ob du volljährig sein musst, um bestimmte Angebote im Ausland wahrzunehmen. Für die meisten ausländischen Projekte muss man mindestens 18 Jahre alt sein. ●

Links für deine Recherche:



abi»

[abi.de/orientieren/
ueberbrueckungsmoeglichkeiten](http://abi.de/orientieren/ueberbrueckungsmoeglichkeiten)



Bundesagentur für Arbeit

Alternativen für die Zwischenzeit
[www.arbeitsagentur.de/bildung/
zwischenzeit](http://www.arbeitsagentur.de/bildung/zwischenzeit)

Ausbildungsplatzsuche

In der Ausbildungssuche kannst du nach Praktikumsplätzen suchen.
[www.arbeitsagentur.de/
ausbildungsplatzsuche](http://www.arbeitsagentur.de/ausbildungsplatzsuche)

Rausvonzuhaus

www.rausvonzuhaus.de



ÜBUNG

Wo stehst du?

An welchem Punkt deiner beruflichen Orientierung stehst du nach der Lektüre dieses Hefts? Diese Übung hilft dir zu reflektieren und gibt dir Anregungen, wie du weitermachen kannst.



Kreuze alle Aussagen an, die auf dich zutreffen:

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> „Ich habe noch gar keine Ahnung, was ich machen will.“ (A) | <input type="checkbox"/> „Ich habe ganz viele Interessen aber keine Idee, wie ich daraus auf einen passenden Studiengang schließen kann.“ (A) |
| <input type="checkbox"/> „Ich interessiere mich für einen bestimmten Bereich, weiß aber noch nicht, ob ich lieber eine Ausbildung oder ein Studium machen soll.“ (B) | <input type="checkbox"/> „Ich habe schon Ideen für mögliche Ausbildungsberufe, bin aber nicht sicher, ob die wirklich zu mir passen.“ (B) |
| <input type="checkbox"/> „Ich habe schon einen Wunschberuf, weiß aber noch nicht, wie ich da hinkomme.“ (C) | <input type="checkbox"/> „Ich weiß nicht, wo meine Stärken liegen.“ (A) |
| <input type="checkbox"/> „Ich will studieren, weiß aber noch nicht, was. (B) | <input type="checkbox"/> „Ich habe einen Wunschstudiengang, fürchte aber, dass ich den N.c. nicht schaffe.“ (B) |
| <input type="checkbox"/> „Ich habe mich bereits für ein Studienfach / eine Ausbildung entschieden.“ (C) | |

Zähle die Anzahl deiner Kreuze für jeden Buchstaben zusammen:

A _____ B _____ C _____

Lies dir nun die Handlungsempfehlung mit dem Buchstaben durch, den du am häufigsten angekreuzt hast. Hast du zwei Buchstaben (fast) gleich häufig angekreuzt, können beide Handlungsempfehlungen für dich relevant sein.

A Du stehst noch ganz am Anfang deiner Berufsorientierung. Doch keine Sorge: auf *abi.de* findest du Beiträge zu verschiedenen Orientierungsthemen und Unterstützungsangeboten. Kennst du schon die Berufsorientierungshefte für die Mittel- und Oberstufe? Die gibt es an deiner Schule. Sprich deine Lehrkraft für Berufsorientierung darauf an. Die Übungen zur Selbsterkundung ab Seite 6 im Heft für die Mittelstufe sind der perfekte Einstieg für dich.

Im Berufsorientierungsheft für die Oberstufe geht es mit dem Kapitel „Entscheidungshilfen“ weiter. Ab Seite 6 findest du außerdem Informationen über das Erkundungstool der Bundesagentur für Arbeit: Check-U.

B Super, dass du dich schon mit deiner Berufswahl beschäftigt hast! Tipps, wo du dich weiter informieren kannst, findest du zum Beispiel im Berufsorientierungsheft für die Mittelstufe im Teil „Das bieten dir die Angebote der BA“ ab Seite 20 und im Realitätscheck im Teil „Ab in die Praxis“ ab Seite 26.

Im Berufsorientierungsheft für die Oberstufe erhältst du außerdem ab Seite 10 Einblick in den Ausbildungs- und Studienalltag junger Menschen. Beiträge zu verschiedenen Orientierungsthemen, aber auch zu Wissenswertem rund um Ausbildung und Studium findest du zusätzlich online auf *abi.de*.

C Du bist schon sehr weit in deiner Berufsorientierung. Das ist super! Damit bist du bereit für die nächsten Schritte! Ab Seite 22 im Heft für die Oberstufe findest du Infos zum Thema Bewerbung bzw. Zulassung zum Studium sowie zum Ausbildungs- oder Studienstart. Schau dir doch auch mal online auf *abi.de* die Rubrik „Bewerbung“ an. Hier findest du wertvolle Tipps für alle Arten von Bewerbungen, egal ob für einen Ausbildungs- oder Studienplatz, ein duales Studium oder Praktikum & Nebenjob.

TIPP



Die Berufsorientierungshefte für die Mittelstufe und Oberstufe bekommst du an deiner Schule, im Berufsinformationszentrum (BiZ) oder auch online als barrierefreies PDF auf *abi.de* im Heftarchiv unter *abi.de/magazine*.



Auf *abi.de* findest du alle Übungs-Angebote aus den *abi*-Heften in digitaler Form.

IM PRESSUM



Bundesagentur für Arbeit

Herausgeber

Bundesagentur für Arbeit

Verlag

Meramo Verlag GmbH
Redaktion abi» Medien
Gutenstetter Straße 2a
90449 Nürnberg
Tel.: 0911 937739-0
Fax: 0911 937739-99
E-Mail: abi-redaktion@meramo.de



Geschäftsführer:
Andreas Bund

Prokuristin:
Kristina Ansorge

Redaktion

Chefredaktion:
Larissa Taufer, Carmen Freyas

Redaktion: Stephanie Saffer (verantw.),
Mara Bellini, Klaus Harfmann, Ralph Kinner,
Elena Pichler, Johann Trasch

Lektorat:
Eva Wagner

Redaktionsassistenz:
Nena Karabuto

Autorinnen

Sabine Olschner

Gestaltung und Layout

Art Direktion: Viviane Schadde

Layout: Vanessa Mund

Illustrationen: Marie Demme

Hinweis: Nicht immer haben die abgebildeten Personen etwas mit dem dargestellten Sachverhalt zu tun.

Titelbild: Martina Striegl-Kiehn

Druck

Baumann Druck
GmbH & Co. KG
E.-C.-Baumann-Str. 5
95326 Kulmbach



Copyright 2024 für alle Inhalte

© Bundesagentur für Arbeit

Alle Rechte vorbehalten. Der Nachdruck, auch auszugsweise, sowie jede Nutzung der Inhalte mit Ausnahme der Herstellung einzelner Vervielfältigungsstücke zum Unterrichtsgebrauch in Schulen bedarf der vorherigen Zustimmung des Verlags. In jedem Fall ist eine genaue Quellenangabe erforderlich. Mit Namen gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion und des Herausgebers wieder. Keine Gewähr für unverlangte Einsendungen und Besprechungsstücke.

Gesamtauflage: 124.000

Erscheinungsweise

jährlich

Einzelexemplare sind im Berufsinformationszentrum (BiZ) der Agenturen für Arbeit erhältlich.

ÜBERSICHT

Wo finde ich welche Infos?

Eine umfassende Information ist die Basis für eine gelungene Berufsorientierung.

Nutze dafür die Angebote der Bundesagentur für Arbeit.

Illustration: Marie Demme



abi.de



abi.de und die abi» Magazine begleiten dich bei deiner Berufsorientierung mit Infos, Tipps, Einblicken in die Ausbildungs- und Studienpraxis, Entscheidungs- und Bewerbungshilfen.
[abi.de](http://www.abi.de)



CHECK-U
DAS ERKUNDUNGSTOOL DER
BUNDESAGENTUR FÜR ARBEIT



Mit dem Online-Test Check-U findest du mithilfe verschiedener Aufgaben heraus, welche Ausbildungsberufe und Studienfelder (ab 2025 auch Studienfächer) besonders gut zu deinen Stärken und Interessen passen.
www.check-u.de



Berufs
Informations
Zentrum



In den Berufsinformationszentren der örtlichen Agenturen für Arbeit kannst du dich über Ausbildungsmöglichkeiten informieren. Dafür stehen Informationsbroschüren und Zeitschriften sowie Bewerbungs-PCs und Internet-Arbeitsplätze bereit.
www.arbeitsagentur.de/bildung/berufsinformationszentrum-biz

Veranstaltungsdatenbank der Bundesagentur für Arbeit



Bildungs- und Berufsmessen, Infoveranstaltungen und Workshops rund um Berufsorientierung, Studium, Ausbildung und Beruf kannst du deutschlandweit in der Veranstaltungsdatenbank der Bundesagentur für Arbeit recherchieren.
www.arbeitsagentur.de/veranstaltungen



BERUFENET



Das Onlinelexikon der Bundesagentur für Arbeit bietet über 3.000 aktuelle und ausführliche Berufsbeschreibungen in Text und Bild.
www.arbeitsagentur.de/berufenet



BERUFE.TV



Das Filmportal der Bundesagentur für Arbeit listet rund 300 Filme über Ausbildungsberufe und Studiengänge.
www.berufe.tv

Berufsausbildung und mehr



Recherchiere in dieser Datenbank nach schulischen Berufsausbildungen.
www.arbeitsagentur.de/berufsausbildung

Ausbildungsplatzsuche



In der Jobsuche kannst du mit wenigen Klicks geeignete Ausbildungen in einem Berufsfeld suchen. Wähle dazu unter „Was suchen Sie?“ die Kategorie „Ausbildung“ aus.
www.arbeitsagentur.de/ausbildungsplatzsuche

studienwahl.de



Das Portal der Stiftung für Hochschulzulassung in Kooperation mit der Bundesagentur für Arbeit bietet umfangreiche Informationen rund ums Studium.
www.studienwahl.de



STUDIENSUCHE



In der Studiensuche kannst du recherchieren, welche Studiengänge an welchen Hochschulen in Deutschland angeboten werden.
www.arbeitsagentur.de/studiensuche



STUDIENCHECK



Das Portal bietet studiengangsspezifische Wissenschecks (Checks) für Studieninteressierte an. Die Checks prüfen die Voraussetzungen für die Aufnahme eines Studiums an einer bestimmten Hochschule.
www.studiencheck.de



Bundesagentur
für Arbeit