

# PROBLEME MIT DEM STUDIUM?

---

BERATUNGSANGEBOTE SOWIE MÖGLICHKEITEN NEUER  
BERUFLICHER ORIENTIERUNG

---



Bundesagentur für Arbeit

Agentur für Arbeit Jena

**Agentur für Arbeit Thüringen Ost**

Stadtrodaer Straße 1

07749 Jena

Telefon: 0800 4 5555 00

E-Mail: [Jena.Berufsberatung@arbeitsagentur.de](mailto:Jena.Berufsberatung@arbeitsagentur.de)

Redaktion: Berufsberatung der Agentur für Arbeit Jena

**9. Auflage Oktober 2023**

Diese Broschüre ist auf der Homepage des Hochschulteams der Agentur für Arbeit Jena **als PDF-Dokument** abrufbar:

<https://www.arbeitsagentur.de/vor-ort/thueringen-ost/berufsberatung>

# Inhalt

---

Beratungsangebote sowie Möglichkeiten neuer beruflicher .....	4
Orientierung .....	4
Ich will mehr über mich wissen – vielleicht helfen Tests dabei .....	5
Persönliche Tests .....	5
Online-Tests .....	5
Meine Perspektive – einen Studienabschluss erwerben.....	6
Studienschwierigkeiten im aktuellen Studium angehen .....	6
Studiengang- und Hochschulwechsel.....	8
Die praktische Alternative – Duales Studium.....	9
Berufsbegleitendes Studium .....	9
Studium war einmal – Ziel ist nun eine Berufsausbildung.....	10
Berufsausbildung generell .....	10
Externe Berufsabschlüsse .....	12
Mit Praxiserfahrung oder Berufsausbildung – gleich in die Berufstätigkeit einsteigen .....	13
Arbeit oder Job suchen.....	13
Mal andere Luft schnuppern – Engagement, Ausland und mehr .....	14
Praktikum.....	14
Berufsorientierung und freiwilliges Engagement.....	14
Wenn es um Geld geht - Finanzierungsmöglichkeiten.....	16
Allgemeiner Lebensunterhalt .....	16
Studium und Ausbildung.....	16
Stipendien.....	16
Studienkredit.....	17
Weiterbildung.....	17

# **Beratungsangebote sowie Möglichkeiten neuer beruflicher Orientierung**

---

Sie finden bei uns in der Berufsberatung eine „Erste Hilfe“ zur Orientierung sowie Informationen zu möglichen beruflichen Perspektiven - auch außerhalb der Hochschule. Wir wissen, dass im Studium vielfältige Probleme auftauchen können; nicht selten führen diese zu einem Studienabbruch. Vielleicht fühlen auch Sie sich fachlich überfordert oder haben den Überblick verloren, werden von Prüfungsängsten geplagt, haben das falsche Studienfach gewählt, kommen finanziell nicht mehr klar oder sind endgültig durchgefallen...

Haben Sie keine Scheu, sich an uns zu wenden - im Leben läuft nicht immer alles glatt. Kommen Sie, bevor aus Unwohlsein Probleme werden. Ob Sie sich für oder gegen Ihr Studium entscheiden, wir sind die Ansprechpartner, die Sie gern beraten und unterstützen.

## **Neutrale Orientierung und Beratung bei Studienproblemen und -abbruch**

### **BerufsberaterInnen in der Agentur für Arbeit Jena**

Bettina Beck	Ines Hesse
Silke Borowka	Matthias Riedel
Andrea Herschelmann	

### **Offene Sprechzeit für Studierende: Donnerstag 14.00 -16.00 Uhr**

Bitte melden Sie sich am Empfang der Agentur für Arbeit Jena  
Stadtrodaer Str.1, 07749 Jena oder telefonisch unter: 03641 379 444

**oder vereinbaren Sie einen Termin für eine persönliche Beratung bzw. eine Videoberatung**

E-Mail: [Jena.Berufsberatung@arbeitsagentur.de](mailto:Jena.Berufsberatung@arbeitsagentur.de)

E-Kontakt: <https://www.arbeitsagentur.de/vor-ort/thueringen-ost/jena>  
→ Kontaktformular

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

**Über Vorträge der Berufsberatung informieren Sie sich bitte in der Veranstaltungsdatenbank der Agentur für Arbeit Jena:**

[https://web.arbeitsagentur.de/portal/metasuche/suche/veranstaltungen?ort=Jena\\_50.9171\\_512\\_11.58911955](https://web.arbeitsagentur.de/portal/metasuche/suche/veranstaltungen?ort=Jena_50.9171_512_11.58911955)

## **Ich will mehr über mich wissen – vielleicht helfen Tests dabei**

---

Neben Gesprächen mit vertrauten Personen und erfahrenen Beratern können Tests die Selbsterkenntnis fördern; sie können Hinweise auf eigene Stärken und Vorlieben geben sowie Bereiche beleuchten, in denen eine Weiterentwicklung förderlich wäre. Häufig ist die Teilnahme an Tests mit Kosten verbunden – hier finden Sie eine kleine Auswahl an kostenfreien Möglichkeiten, sich diesem Thema zu nähern.

### **Persönliche Tests**

#### **Berufspychologischer Service der Agenturen für Arbeit**

Hier erhalten Sie ausführliche persönliche Beratung bei der beruflichen Neuorientierung und können an Tests teilnehmen, die an Ihrer aktuellen persönlichen Situation orientiert sind.

Die Anmeldung erfolgt immer über die BerufsberaterInnen nach einem persönlichen Beratungstermin.

### **Online-Tests**

Welches Studium und welcher Beruf passen am besten zu Ihren Neigungen und Fähigkeiten? Diese Tests sind kostenlos und alle Testteilnehmer/innen bekommen direkt im Anschluss an die Testdurchführung eine ausführliche Auswertung: eine Analyse der berufsbezogenen Interessen, der Stärken im kognitiven Bereich und - ganz wichtig - eine Liste mit Berufs- und Studienfach-Empfehlungen!

[www.check-u.de](http://www.check-u.de) Erkundungstool der Bundesagentur für Arbeit für Ausbildung und Studium

[www.was-studiere-ich.de](http://www.was-studiere-ich.de) Studienorientierungstest des Landes Baden-Württemberg

[www.osa-portal.de](http://www.osa-portal.de) Vergleichsportal für Online Self Assessments zur Studienorientierung

[www.hochschulkompass.de](http://www.hochschulkompass.de) Studium-Interessentest (SIT) der Hochschulrektorenkonferenz (HRK) und ZEIT ONLINE

# **Meine Perspektive – einen Studienabschluss erwerben**

---

Sie kämpfen derzeit mit Studienproblemen, möchten aber Ihr Ziel weiter verfolgen, einen Studienabschluss zu erlangen. Welche Möglichkeiten haben Sie, wo erhalten Sie Auskünfte und wo können Sie sich beraten lassen?

## **Studienschwierigkeiten im aktuellen Studium angehen**

An den Hochschulen gibt es diverse Anlaufstellen, die Sie abhängig von Ihrer aktuellen Problemlage unterstützen können. Da Struktur und Angebote der Hochschulen variieren, bietet sich eine Suche auf der Homepage Ihrer Hochschule z.B. nach folgenden Begriffen an:

### **Zentrale Studienberatungen der Hochschulen**

Hier können Sie Ihr Anliegen in Ruhe besprechen und gemeinsam mit dem Berater nach Lösungswegen suchen. Manchmal reichen auch schon hilfreiche Auskünfte des Beraters, um Ihr Studium erfolgreicher zu gestalten. In der Regel können Sie einen persönlichen Termin vereinbaren oder Sprechstunden nutzen. Sollten die Studienberater spezielle Fragen nicht beantworten können, so werden sie Ihnen mitteilen können, wo Sie mehr erfahren.

#### **Friedrich-Schiller-Universität Jena / Zentrale Studienberatung**

im Studierenden-Service-Zentrum (SSZ)

Fürstengraben 1  
07743 Jena

Terminvereinbarung unter:

[servicedesk.uni-jena.de](mailto:servicedesk.uni-jena.de)

Telefon: 03641 9411111

#### **Ernst-Abbe-Hochschule Jena / Zentrale Studienberatung**

Carl-Zeiss-Promenade 2  
07745 Jena

Telefon: 03641 205 122

E-Mail: [studienberatung@eah-jena.de](mailto:studienberatung@eah-jena.de)

## **Career Service**

Dieser unterstützt Sie, sich bereits während des Studiums auf Ihren Berufseinstieg und Ihr zukünftiges Arbeitsleben vorzubereiten – auch wenn Zweifel auftreten. Fragen der beruflichen Orientierung nach dem Studienabschluss oder nach individuell passenden Berufsfeldern werden bearbeitet, teilweise Stärken-/Ressourcenanalysen und vertiefende Seminare angeboten.

### **Studienfachberatung**

Hier sind Lehrkräfte oder fortgeschrittene Studierende eines Faches am Werk, um bei fachspezifischen Problemen hilfreich zur Seite zu stehen. Sie beraten z. B. bei der Kurswahl, erläutern Studienordnungen, unterstützen Sie beim Stundenplanbau und können häufig auch Tipps für die Wege nach dem Studium geben.

### **Studierendenwerk**

Eine sinnvolle Anlaufstelle ist in vielen Fällen das Studierendenwerk. Dieses bietet zahlreiche Beratungs- und Unterstützungsmöglichkeiten an, z. B. wenn es um Wohnen, Studieren mit Kindern, Jobsuche, finanzielle Notlagen oder auch psychische Problemsituationen geht.

### **Psychosoziale Beratungsstelle des Studierendenwerks**

Diese ist auf Probleme rund um das Studium spezialisiert, z.B. Arbeits- und Lernstörungen, Motivationsprobleme, Prüfungs- und Redeängste, Schreibblockaden oder auch Kontaktsschwierigkeiten. Auch bei Sorgen, die indirekt auf Studienleistung und Zufriedenheit im Studium wirken, wie Beziehungsprobleme, Partnerschafts- und Familienkonflikte oder persönliche Krisen, finden Sie hier einen ersten Ansprechpartner.

### **Informationsstelle für chronisch kranke und behinderte Studienbewerber/-innen und Studierende der Hochschulen**

Besondere Fragen zur Studienplatzzulassung und zum Studierendenstatus mit gesundheitlicher Beeinträchtigung können hier besprochen werden. Darüber hinaus ist ein Informationsaustausch zu den Grundsätzen des Nachteilsausgleichs bei der Erbringung von Studien- und Prüfungsleistungen möglich.

## **Studiengang- und Hochschulwechsel**

Sollte sich die Unzufriedenheit mit Ihrer derzeitigen Studiensituation nicht auflösen lassen, so besteht evtl. die Möglichkeit, einen Wechsel vorzubereiten. Hierbei sollten Sie Ihre Motive genau prüfen und sich vor einer Entscheidung über Ablauf und Auswirkungen eines Wechsels informieren. Erste Anlaufstellen an den Hochschulen hierfür wurden bereits oben genannt. Denken Sie bei einem Hochschulwechsel daran, frühzeitig Kontakt zu den entsprechenden Stellen an der neuen Hochschule aufzunehmen.

Auch die Studien- und Prüfungsordnungen bzw. Ordnungen zum Studium können Sie zu Rate ziehen; diese können auf den Homepages der Hochschulen eingesehen werden.

### **Klären Sie in jedem Fall im Vorfeld die**

- Möglichkeit/Notwendigkeit der Anerkennung bislang erbrachter Studienleistungen
- Frage der Möglichkeit der Einstufung in ein höheres Semester
- Auswirkungen eines Wechsels auf Ihre BAföG-Situation
- Möglichkeiten alternativer Finanzierungen (s.u. „Finanzierungsmöglichkeiten“)

### **Exmatrikulation wegen endgültig nicht bestandener Prüfung**

Bitte beachten Sie, dass bei erfolgter Exmatrikulation infolge nicht bestandener Prüfung ein Studienfach, in welchem die Prüfung endgültig nicht bestanden wurde, nicht mehr belegt werden kann.

### **Studiengänge finden**

Bei der Suche nach Studiengängen bzw. Hochschulen, die für Sie bei einem Wechsel in Frage kommen, können diese Links hilfreich sein:

[www.hochschulkompass.de](http://www.hochschulkompass.de)

[www.arbeitsagentur.de/studiensuche](http://www.arbeitsagentur.de/studiensuche)

[www.berufenet.arbeitsagentur.de](http://www.berufenet.arbeitsagentur.de)

[www.che.de/projekt/che-hochschulranking](http://www.che.de/projekt/che-hochschulranking)

## **Die praktische Alternative – Duales Studium**

Als duales Studium wird ein Studium an einer Hochschule oder Berufsakademie mit integrierter Berufsausbildung bzw. Praxisphasen in einem Unternehmen oder einer Einrichtung im öffentlichen Dienst bezeichnet.

Ein dualer Studiengang unterscheidet sich von klassischen Studiengängen durch einen höheren Praxisbezug und eine größere Arbeitsdichte (nur Jahresurlaub, keine Semesterferien), die abhängig von Studiengang und Hochschule variieren.

Für alle dualen Studiengänge gilt:

- Es gibt immer die beiden Lernorte Hochschule bzw. Akademie und Praxispartner.
- Beim Praxispartner lernen Sie betriebliche Abläufe und Arbeitsprozesse kennen. Berufspraxis und Studium sind organisatorisch und curricular miteinander verzahnt.
- Zwischen den Studierenden und dem Unternehmen besteht eine vertragliche Bindung in Form eines Ausbildungs-, Praktikanten- oder Arbeitsvertrags.
- Es bestehen i. d. R. günstige finanzielle Voraussetzungen, da der Betrieb eine Ausbildungs- oder Arbeitsvergütung zahlt.

Weitergehende Informationen können Sie auf folgenden Seiten erhalten:

[www.ausbildungplus.de](http://www.ausbildungplus.de)

[www.duales-studium.de](http://www.duales-studium.de)

[www.dhge.de](http://www.dhge.de) (Thüringen)

## **Berufsbegleitendes Studium**

Sollten Sie nach reiflicher Überlegung zu dem Schluss kommen, dass im Vordergrund für Sie vorerst eine Berufstätigkeit steht, so müssen Sie sich von einem Studienabschluss dennoch nicht verabschieden. Vielleicht kehren Sie in einen schon vor dem Studium erlernten Beruf zurück, vielleicht müssen Sie aufgrund Ihrer aktuellen Finanzlage erst einmal Geld verdienen... Sie können in diesem Falle Ihr Ziel mit Hilfe eines berufsbegleitenden Studiums dennoch erreichen. Zur Information:

## **Angebote an Hochschulen**

An vielen Hochschulen gibt es berufsbegleitende Studienangebote, mit denen man einen grundständigen Abschluss erwerben kann. Rechnen Sie mit Studiengebühren. Schauen Sie direkt auf die Homepages der Sie interessierenden Hochschulen oder suchen Sie allgemeiner über

[www.arbeitsagentur.de/studiensuche](http://www.arbeitsagentur.de/studiensuche)

[www.hochschulkompass.de/studium/suche/fernstudium.html](http://www.hochschulkompass.de/studium/suche/fernstudium.html)

[www.fernuni-hagen.de](http://www.fernuni-hagen.de)

# **Studium war einmal – Ziel ist nun eine Berufsausbildung**

---

Sie haben sich nach reiflicher Überlegung entschieden, Ihrem Studium den Rücken zu kehren und möchten nun einen anerkannten Berufsabschluss erwerben, um eine qualifizierte berufliche Perspektive zu entwickeln.

## **Detaillierte Informationen zu Berufen**

Unter folgendem Link finden Sie ausführliche und aktuelle Informationen zu allen Berufen:

[berufenet.arbeitsagentur.de](http://berufenet.arbeitsagentur.de)

Sie können auch jederzeit die Berufsinformationszentren (BIZ) der Arbeitsagenturen für Ihre Recherche nutzen.

## **Rahmenlehrpläne**

Diese bilden die Grundlage für die in einer Berufsausbildung zu behandelnden Themen und verschaffen deshalb einen guten Einblick in die Inhalte und Anforderungen.

<https://www.kmk.org/themen/berufliche-schulen/duale-berufsausbildung/downloadbereich-rahmenlehrplaene.html>

## **Berufsausbildung generell**

Bei uns in der Berufsberatung der Arbeitsagentur Jena werden Sie persönlich beraten und erhalten auf Wunsch passende Ausbildungsangebote. Recherchieren Sie auch im Internet zu Unternehmen und kontaktieren Sie diese. Nutzen Sie also alle Wege, um einen Ausbildungsplatz zu finden. Aktivieren Sie eigene Netzwerke, Freunde, Familie – häufig werden offene Stellen gar nicht ausgeschrieben, sondern über „Mundpropaganda“ oder Initiativbewerbung vergeben/gefunden.

Welche Optionen haben Sie? Es gibt grob gesagt zwei Arten von Berufsausbildung, die duale (betriebliche) und die schulische Ausbildung.

Die duale Ausbildung, als betriebliche Ausbildung bekannt, wird als „dual“ bezeichnet, weil sie an zwei Lernorten, dem Betrieb und der Berufsschule, erfolgt. Das Lernen findet hauptsächlich in einem Ausbildungsbetrieb statt. Bei diesem muss man sich bewerben und erhält bei Erfolg einen Ausbildungsvertrag. Es wird eine Ausbildungsvergütung gezahlt. Unter bestimmten Bedingungen erhält man zusätzlich eine Berufsausbildungsbeihilfe (BAB). Den Antrag hierfür stellen Sie bei der Agentur für Arbeit.

Die schulische Ausbildung findet nicht primär im Betrieb statt. Es kann zwar auch hier Phasen von Praktika geben, der Schwerpunkt der Wissensvermittlung liegt hier aber in der Berufsfachschule, bei der man sich auch bewerben muss. Ein Arbeitgeber ist hier also i.d.R. nicht im Spiel, dementsprechend erhält man auch meist keine Ausbildungsvergütung. Bitte informieren Sie sich rechtzeitig, ob evtl. Kosten für die von Ihnen avisierte Ausbildung anfallen. Unter bestimmten Bedingungen kann man allerdings „Schüler-BAföG“ beziehen.

## **Bewerbungszeitraum**

Dieser beginnt für duale Ausbildungen normalerweise etwa ein Jahr vor Ausbildungsbeginn (Anfang August / September) und endet i.d.R. kurz vor Lehrbeginn. Nachfragen zu kurzfristig offenen Ausbildungsstellen lohnen sich aber immer; Firmen stellen auch kurzfristig ein, manch potenzieller Lehrling sagt doch noch ab, da er den erträumten Studienplatz bekommen hat und auch in der Probezeit ergeben sich hier und da noch Trennungen...

Für schulische Ausbildungen an staatlichen Berufsschulen in Thüringen bewirbt man sich i.d.R. bis spätestens Ende März.

## **Wir unterstützen Sie gern, vereinbaren Sie einen Termin:**

**Telefon:** 0800 4 5555 00

**E-Mail:** [Jena.Berufsberatung@arbeitsagentur.de](mailto:Jena.Berufsberatung@arbeitsagentur.de)

## **Hilfreiche Links:**

Homepage der Bundesagentur für Arbeit

[www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de)

Jobbörse

[www.arbeitsagentur.de/jobsuche/](http://www.arbeitsagentur.de/jobsuche/)

Ausbildungsplatzbörsen der Industrie- und Handelskammern (IHK)

[www.ihk-lehrstellenboerse.de](http://www.ihk-lehrstellenboerse.de)

Ausbildungsplatzbörsen bei jeder Handwerkskammer (HWK), hier Ostthüringen

[www.hwk-gera.de](http://www.hwk-gera.de)

Suche nach schulischen Ausbildungen

<https://web.arbeitsagentur.de/ausbildungssuche/berufsausbildung-suche>

<https://www.arbeitsagentur.de/vor-ort/thueringen-ost/berufsberatung>

→ Regionalschrift Sekundarstufe I

Grundlagen einer Bewerbung

[www.abi.de/bewerbung.htm](http://www.abi.de/bewerbung.htm)

[bwt.planet-beruf.de](http://bwt.planet-beruf.de)

## **Ausbildungsverkürzung**

Schon vor Beginn der Ausbildung kann festgelegt werden, dass die Ausbildungszeit verkürzt wird. Sprechen Sie rechtzeitig darüber mit Ihrem potenziellen Ausbildungsbetrieb; die Kammern (IHK und HWK) können Sie zu diesen Themen beraten:

- Der Nachweis der allgemeinen Hochschulreife, der Fachhochschulreife sowie bereits abgeschlossene Berufsausbildungen können bei Ausbildungsantritt angerechnet werden und damit die Ausbildung um bis zu einem Jahr verkürzt werden.
- Zwischen- und Abschlussprüfungen können evtl. vorzeitig abgelegt werden.
- Unter Nachweis bereits erbrachter Leistungen, z.B. Studienleistungen, kann ein Antrag auf Verkürzung gestellt werden.

Auch Tätigkeiten, die vor Beginn der Ausbildung durchgeführt wurden, können angerechnet werden.

## **Externe Berufsabschlüsse**

Bringen Sie ausreichend praktische Erfahrungen für einen Ausbildungsberuf mit (z.B. aus einer Nebentätigkeit während des Studiums oder aus Tätigkeiten davor), dann besteht die Möglichkeit, sich das theoretische Wissen mit Hilfe von Kursen bzw. im Selbststudium anzueignen und die Abschlussprüfung extern abzulegen. Dies ist, z.B. nach einem Studienabbruch, bei Vorliegen der Voraussetzungen, ein zeitlich überschaubarer Weg, zu einem Berufsabschluss zu gelangen.

## **Externenprüfung**

Diese Prüfung entspricht einem dualen Ausbildungsabschluss und wird bei der Industrie- und Handelskammer (IHK) oder der Handwerkskammer (HWK) abgelegt. Informationen hierzu gibt es bei der Ausbildungsberatung der IHK und HWK. Gesetzliche Grundlage ist der §45 Abs. 2 Berufsbildungsgesetz (BBiG).

Auch im Falle einer schulischen Berufsausbildung gibt es Möglichkeiten, erworbene Kompetenzen einzubringen. Im Falle eines Studienabbruchs besteht evtl. die Option zur Verkürzung der Ausbildung aufgrund bereits erbrachter Studienleistungen. Dies sollten Sie immer für Ihren individuellen Fall mit der Schule klären.

## **Mit Praxiserfahrung oder Berufsausbildung – gleich in die Berufstätigkeit einsteigen**

---

Manchmal ist das Studium daran gescheitert, dass im Laufe der Semester der Nebenjob zum Hauptberuf wurde – vielleicht wollen Sie erst einmal (oder auch auf Dauer) weiter arbeiten und Geld verdienen. Bedenken Sie hierbei jedoch, dass ein qualifizierter Berufsabschluss, sei es in Form eines abgeschlossenen Studiums oder einer Berufsausbildung, langfristig die Chancen auf dem Arbeitsmarkt deutlich erhöht.

### **Arbeit oder Job suchen**

#### **Arbeitsvermittlung der zuständigen Agentur für Arbeit**

Bei Ihrer Arbeitsvermittlung können Sie sich über den regionalen und überregionalen Arbeitsmarkt informieren, individuelle Informationen zu Ihren Möglichkeiten erfahren sowie aktuelle Stellenangebote erhalten.

E-Kontakt: <https://www.arbeitsagentur.de/vor-ort/thueringen-ost/jena> → Kontaktformular

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

#### **Stellensuche im Internet**

Jobsuche: [www.arbeitsagentur.de/jobsuche/](http://www.arbeitsagentur.de/jobsuche/)

Zusammenstellung von Links zur gezielten Suche von Jobs und Praktika bei der Agentur für Arbeit Göttingen → Jobbörsen für Hochschulabysolventen:

[www.arbeitsagentur.de/vor-ort/goettingen/hochschulberatung](http://www.arbeitsagentur.de/vor-ort/goettingen/hochschulberatung)

#### **Minijobs (520,- € im Monat)**

Weitere Informationen finden Sie unter: [www.minijob-zentrale.de](http://www.minijob-zentrale.de)

## **Mal andere Luft schnuppern – Engagement, Ausland und mehr**

---

Manchmal tut es gut, sich selbst in einer neuen Situation auszuprobieren, um Ideen für den weiteren Weg zu entwickeln und zu überprüfen. Tut man dies auf eine sinnvolle Weise, so ergeben sich oft ganz neue Perspektiven, Kontakte und Netzwerke, die für den weiteren (beruflichen) Lebensweg eine wichtige Bedeutung entwickeln können. Hier einige Informationen:

### **Praktikum**

Es gibt verschiedene Anlässe und Lebenssituationen, die ein Praktikum sinnvoll erscheinen lassen. Zur Vorbereitung auf eine Ausbildung oder ein (weiteres) Studium kann es grundlegend für die Entscheidung sein, ob der geplante Weg tatsächlich der richtige ist. Überlegen Sie sich Ziele, die Sie mit dem Praktikum erreichen wollen und welche Inhalte für Sie wichtig sind. Informieren Sie sich im Vorfeld über Ihre Rechte und Pflichten. Schauen Sie genau hin und informieren Sie sich, wo und unter welchen Bedingungen Sie ein Praktikum antreten.

Bei der Suche nach einem Praktikum gilt ähnliches wie in den Bereichen „Berufsausbildung“ bzw. „Arbeit oder Job suchen“ beschrieben.

### **Berufsorientierung und freiwilliges Engagement**

#### **Freiwilligendienste allgemein**

<https://www.bmfsfj.de/bmfsfj/themen/engagement-und-gesellschaft/freiwilligendienste>

#### **Bundesfreiwilligendienst (BFD)**

Dies ist ein Angebot an Bürgerinnen und Bürger jeden Alters, sich außerhalb von Beruf und Schule für einen Zeitraum zwischen 6 und 24 Monaten in sozialen, kulturellen, ökologischen oder anderen gemeinwohlorientierten Tätigkeitsfeldern zu engagieren – sozialversichert und professionell begleitet. Sie finden hier auch eine Platzbörse.

[www.bundesfreiwilligendienst.de](http://www.bundesfreiwilligendienst.de)

## **Freiwilliges Jahr mit verschiedenen Themenschwerpunkten**

(i. d. R. Angebote speziell für junge Leute zwischen 16 und 26 Jahren):  
**Thüringen Jahr**

- Freiwilliges Soziales Jahr (FSJ) in Thüringen
- Freiwilliges Ökologisches Jahr (FÖJ) in Thüringen
- Freiwilliges Soziales Jahr in der Kultur in Thüringen
- Freiwilliges Soziales Jahr im Sport in Thüringen
- Freiwilliges Jahr in der Denkmalpflege in Thüringen

Hier gibt es die Anschriften der Träger und das Einsatzstellenportal:

[www.thueringen.de/th2/thueringenjahr](http://www.thueringen.de/th2/thueringenjahr)

## **Zentrale Auslandsvermittlung der Bundesagentur für Arbeit**

[www.arbeitsagentur.de/vor-ort/zav/startseite](http://www.arbeitsagentur.de/vor-ort/zav/startseite) → Wege ins Ausland

## **Internationale Büros der Hochschulen**

Bitte erkundigen Sie sich bei den internationalen Büros Ihrer Hochschule über Ihre aktuellen Möglichkeiten, während des Studiums einen Auslandsaufenthalt zu planen.

## **Wege ins Ausland für junge Leute**

[www.rausvonzuhause.de](http://www.rausvonzuhause.de)

## **Arbeitskreis Wege ins Ausland**

Verschiedene Organisationen haben sich zum "Arbeitskreis Wege ins Ausland" zusammengeschlossen, um Ihnen zu helfen, die richtigen Ansprechpartner/-innen, das für Sie richtige Programm und relevante Förderinformationen zu finden. Klicken Sie sich hier durch das Angebot der einzelnen Organisationen.

[www.wege-ins-ausland.org](http://www.wege-ins-ausland.org)

## **Europäischer Freiwilligendienst/ Solidaritätskorps/ Internationaler Jugendfreiwilligendienst**

Hier arbeitet und lebt man in einem gemeinnützigen Projekt im Ausland. Man lernt ein fremdes Land, eine andere Kultur sowie neue Leute kennen – und verbessert seine Sprachenkenntnisse. Der Dienst kann persönliche wie berufliche Orientierung geben.

[www.solidaritaetskorpse.de/foerdermoeglichkeiten/fuer-junge-menschen/](http://www.solidaritaetskorpse.de/foerdermoeglichkeiten/fuer-junge-menschen/)

[www.freiwilligenarbeit.de/europaeischer-freiwilligendienst-edf.html](http://www.freiwilligenarbeit.de/europaeischer-freiwilligendienst-edf.html)

## **Weltwärts**

Der weltweite Freiwilligendienst des Bundesministeriums für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung bietet die Möglichkeit, in fast allen Ländern der Welt Erfahrungen zu sammeln.

[www.weltwaerts.de](http://www.weltwaerts.de)

## **Kultur und Bildung**

[www.kulturweit.de](http://www.kulturweit.de)

# **Wenn es um Geld geht - Finanzierungsmöglichkeiten**

---

Sie finden im Folgenden eine Auswahl an Institutionen, die bei Finanzierungsfragen Ansprechpartner sein können.

## **Allgemeiner Lebensunterhalt**

### **Ansprechpartner der Arbeitsagenturen und Jobcenter**

Erstkontakt, Terminvereinbarung etc.: **Telefon: 0800 4 5555 00**

- ✓ Arbeitsvermittlung der zuständigen Agentur für Arbeit
  - Arbeitslosengeld (ALG I) bei evtl. noch bestehenden Ansprüchen (z. B. aus Berufstätigkeit oder -ausbildung vor dem Studium), Bewerbungsunterstützung u. a.
- ✓ Zuständiges Jobcenter
  - Leistungen zum Lebensunterhalt (Bürgergeld) bei finanziellen Notlagen u. a.
- ✓ Studien- und Berufsberatung der zuständigen Agentur für Arbeit
  - Berufsausbildungsbeihilfe (BAB) für betriebliche Ausbildungen, Bewerbungsunterstützung u. a.

## **Studium und Ausbildung**

### **Ausbildungsförderung**

Schulische Ausbildung oder Studium

[www.bafög.de](http://www.bafög.de)

[www.stw-thueringen.de](http://www.stw-thueringen.de)

### **Bundesministerium für Wirtschaft und Technologie**

Eine umfassende Übersicht zu verschiedensten Förderprogrammen, u. a. auch für Zeiten der Aus- und Weiterbildung

[www.foerderdatenbank.de](http://www.foerderdatenbank.de)

## **Stipendien**

Deutschlandstipendium

[www.deutschlandstipendium.de](http://www.deutschlandstipendium.de)

Ausland – DAAD (Stipendiendatenbank)

[www.daad.de/deutschland/stipendium/datenbank/de/21148-stipendiendatenbank](http://www.daad.de/deutschland/stipendium/datenbank/de/21148-stipendiendatenbank)

Die wichtigsten bundesweiten Begabtenförderungswerke

[www.bmbf.de/de/die-begabtenfoerderungswerke-884.html](http://www.bmbf.de/de/die-begabtenfoerderungswerke-884.html)

**Studienkredit**

[www.studienkredit.de](http://www.studienkredit.de)

**Weiterbildung**

**Aufstiegs-BAföG:** Finanzierung von Lehrgängen über BAföG

[www.aufstiegs-bafoeg.de](http://www.aufstiegs-bafoeg.de)

## **Notizen**

---