

**Deine
Zukunft
beginnt
jetzt!**

SCHULJAHR 2022/23

Stärken und Interessen erkunden
Testverfahren im Überblick

Entscheidung treffen
Mach den Realitäts-Check

Bewerben
So klappt es mit dem Ausbildungs- oder Studienplatz

abi» kompakt



abi.de

**Berufsorientierung –
gewusst, wie!**

13



23



Alle Infos
auf einen
Blick



14

INHALT

SCHRITT FÜR SCHRITT ZUM PASSENDEN BERUF ODER STUDIUM

- 3 Fahrplan: Orientieren – Entscheiden – Bewerben
- 6 Übersicht: Auf Du und Du mit der Berufsberatung

STÄRKEN UND INTERESSEN ERKUNDEN

- 8 FAQ: Mit Check-U in deine Berufsorientierung starten
- 10 Interview: Umgang mit den Ergebnissen von Check-U
- 11 Übersicht: Welche Testverfahren kann ich noch nutzen?

AUSBILDUNGS- UND STUDIENMÖGLICHKEITEN

- 12 Schaubild: So geht's nach der Schule weiter
- 14 Leitfaden: Rund um die Ausbildung
- 16 Leitfaden: Rund ums Studium
- 18 Steckbriefe: Ausbildung und Studium mit Behinderungen
- 20 Übersicht: Karriere bei der Bundesagentur für Arbeit

ENTSCHEIDUNG TREFFEN

- 21 Checkliste: Welche Variante passt zu dir?
- 22 FAQ Praktika: Zeit für den Realitäts-Check!

SUCHE NACH AUSBILDUNGS- UND STUDIENPLÄTZEN

- 23 Übersicht: Wie finde ich Ausbildungs- oder Studienplätze?

BEWERBEN

- 24 Fahrplan: Auf die Bewerbung, fertig, los!
- 26 Zulassungsverfahren: Hier geht's zum Studienplatz

AUSBILDUNGS- UND STUDIENSTART VORBEREITEN

- 28 Leitfaden: Ausbildungspraxis
- 30 Leitfaden: Studienpraxis

ÜBERBRÜCKUNG

- 32 Eine Auszeit nehmen

HILFE BEI PROBLEMEN

- 34 FAQ: Was tun bei Schwierigkeiten?

WEITERE RUBRIKEN

- 35 Impressum
- 36 Onlinemedien

FAHRPLAN

Orientieren – Entscheiden – Bewerben

Deine Berufsorientierung startet jetzt.
Mach dich mit Plan ans Werk, dann findest
du Schritt für Schritt einen Beruf, der
zu dir passt und dir gefällt.



STATION 1

Entdecke deine Stärken und Interessen

Die eigenen Stärken und Interessen aufzuspüren, ist der erste wichtige Schritt auf dem Weg zum Wunschberuf. Dabei helfen dir verschiedene Anhaltspunkte:

Lieblingsfächer: Deutsch, Bio, Sport. Vielleicht kannst du sogar benennen, was genau dir an einem Schulfach gefällt: In Deutsch eventuell die Textinterpretation? In Biologie der Aufbau des menschlichen Körpers?

Freizeitaktivitäten: Klettern, Theater spielen, programmieren: Womit du dich in deiner Freizeit beschäftigst, sagt einiges über dich aus.

Feedback: Frage andere, wie sie dich einschätzen, zum Beispiel Eltern, Freundinnen und Freunde oder Lehrkräfte.

Tests: Die Bundesagentur für Arbeit bietet das kostenfreie Online-Erkundungstool Check-U an (mehr dazu ab Seite 8). Weitere Tests der Bundesagentur für Arbeit sind der Berufswahltest (BWT) oder die Studienfeldbezogenen Beratungstests (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

OSA-Portal
Viele Hochschulen haben Online-Studienorientierungstests im Programm. Hier findest du eine Übersicht:
www.osa-portal.de

→ Weitere Infos im Heft ab Seite 8

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



Foto: privat

„Berufsorientierung ist ein Prozess. Es lohnt sich, früh anzufangen, damit Zeit bleibt, dich auszuprobieren. Außerdem verpasst du dann keine wichtigen Fristen. Der Fahrplan lotst dich durch die einzelnen Schritte. Über die Links findest du weiterführende Informationen.“
Benthe Grundt, Berufsberaterin in der Agentur für Arbeit Neumünster

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

Studienfelder:
abi.de/studium/studienbereiche

→ Weitere Infos im Heft ab Seite 14

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

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, über die verschiedenen Ausbildungsarten und die Dauer. 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 6/7.

BERUFENET

www.arbeitsagentur.de/berufenet

BERUFE.TV

www.berufe.tv

Studienwahl

www.studienwahl.de

→ Weitere Infos im Heft ab Seite 14

Wann steht dieser Schritt an?

Drei Jahre vor Schulabschluss



Mithilfe der verschiedenen Stationen kommst du Schritt für Schritt ans Ziel.

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 Sommerunis.

Wichtig: Auch wenn du dich 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 21

Wann steht dieser Schritt an? Zwei Jahre vor Schulabschluss

STATION 5

Finde deinen Ausbildungs- oder Studienplatz

Du kannst auf staatlich geprüften Websites 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 6/7.

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

Von Konstanz bis Flensburg: Verschiedene Suchmaschinen helfen dir bei der Recherche nach deinem Wunschstudiengang und dem passenden Studienort.

Studiensuche

www.arbeitsagentur.de/studiensuche

→ Weitere Infos im Heft ab Seite 23

Wann steht dieser Schritt an?

Ein bis zwei Jahre vor Schulabschluss

abi» Berufswahl mit Plan
Alle wichtigen Schritte, Termine und Anlaufstellen für deine Berufsorientierung findest du auf einen Blick in der Übersicht „Berufswahl mit Plan“.



Teil 1
für die
Mittelstufe



Teil 2
für die
Oberstufe





Foto: Martina Strieg-Klehn

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 Zulassungsvoraussetzungen du für deinen Wunschstudiengang erfüllen, welche Fristen und Termine gelten und wo du dich bewerben musst: Bundesweit online über hochschulstart.de und/oder direkt an der jeweiligen Hochschule. Auch die Berufsberatung hilft dir weiter.

Was du bei deiner Bewerbung um einen Studienplatz beachten musst, kannst du auf folgenden Websites 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 24

Wann steht dieser Schritt an?
 Ein bis zwei Jahre vor Schulabschluss

STATION 7

Bereite deinen Start vor

Damit du dich ganz auf deine Ausbildung konzentrieren kannst, solltest du dich vorher um Formalitäten und Organisatorisches kümmern. Suche dir eine Unterkunft, falls du wegziehen musst. Reicht dir deine Ausbildungsvergütung nicht, sichere dir rechtzeitig finanzielle Hilfen. Tipps findest du online:

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

Bundesagentur für Arbeit
 Tipps für deinen Ausbildungsstart
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 28

Wann steht dieser Schritt an? Ein halbes Jahr vor Schulabschluss

ZWISCHENSTATION

Auszeit nach dem Abi

Soll es nach der Schule direkt weitergehen oder möchtest du erst neue Erfahrungen sammeln? 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 Geldverdienen oder eine Sprachreise, Work & Travel oder Au-pair im Ausland – es gibt viele Wege, die Zeit sinnvoll zu nutzen.

abi»
sl.abi.de/ueberbrueckung

Bundesagentur für Arbeit
 Infos zum Thema Zwischenzeit
www.arbeitsagentur.de/bildung/zwischenzeit

→ Weitere Infos auf den Seiten 32/33

Weiterbildung und Karriere

Eine abgeschlossene Ausbildung oder ein Studienabschluss bilden die Basis für Weiterbildung und Karriere. Die Arbeitswelt befindet sich im beständigen Wandel. Da ist es wichtig, sich regelmäßig weiterzubilden, Stichwort „lebenslanges Lernen“. Das erhöht auch deine Karrierechancen! Informiere dich auf **abi»**, wie es nach deinem Ausbildungs- oder Studienabschluss weitergehen kann:

abi»
abi.de/ausbildung/weiterbildung-und-karriere

abi»
abi.de/studium/weiterbildung-und-karriere

ÜBERSICHT

Auf Du und Du mit der Berufsberatung

Die Berufsberaterinnen und -berater stehen dir bei der Berufsorientierung zur Seite, von der Mittelstufe bis in Ausbildung und Studium – und darüber hinaus. Nutze die Beratungsgespräche, Veranstaltungen und Tests, um deinen beruflichen Weg zu finden.

Wie vielfältig das Angebot ist, zeigt diese Übersicht.



Foto: Vanessa Mund

In einem persönlichen Gespräch lassen sich offene Fragen am besten klären.

Beratung: vor Ort oder kontaktlos, aber immer persönlich

Die Beraterinnen und Berater unterstützen dich in allen Schritten deiner beruflichen Orientierung. Im Mittelpunkt ihrer Beratung stehen persönliche Gespräche. Sie finden in deiner Agentur für Arbeit und an deiner Schule statt. Die Beraterinnen und Berater sind darüber hinaus telefonisch und über Videokommunikation für ein Beratungsgespräch erreichbar. Einen Termin kannst du telefonisch oder online anfragen:



Telefon: **0800 4 5555 00** (gebührenfrei)
Online-Terminvereinbarung: web.arbeitsagentur.de/portal/kontakt/de/terminvereinbarung

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. Wir Berufsberaterinnen und -berater stellen gerne den Kontakt her, wenn wir merken, Ratsuchende sind bei den Kolleginnen und Kollegen besser aufgehoben“, erklärt Benthe Grundt von der Agentur für Arbeit Neumünster.

Berufsinformationszentrum (BiZ)

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

TIPP

Deine Berufsberatung

Die Beraterinnen und Berater unterstützen dich in allen Phasen deiner Berufswahl: von der Orientierung bis zu den ersten Monaten in Ausbildung oder Studium. Sollten dabei Schwierigkeiten auftreten, steht dir deine Beraterin bzw. dein Berater ebenfalls zur Seite. Du kannst dir auch später noch jederzeit Rat einholen zu den Themen Weiterbildung und Karriere.

Dafür stehen Informationsbroschüren und Zeitschriften sowie Bewerbungs-PCs und Internetarbeitsplätze für Recherchen bereit.

Die Berufsberatung organisiert im BiZ Veranstaltungen und Vorträge. Sie können auch an deiner Schule oder virtuell stattfinden.

Themen und Termine findest du in der **Veranstaltungsdatenbank**: www.arbeitsagentur.de/veranstaltungen

Finde deine **Agentur für Arbeit** und dein **BiZ**:
www.arbeitsagentur.de > *Dienststelle finden*

Tests zur Berufsorientierung

Mit diesen kostenfreien Online-Tests kannst du gleich selbst loslegen:

Check-U: Das Erkundungstool hilft dir, deine Stärken und Interessen zu ermitteln und dazu passende Ausbildungsberufe und Studienfelder zu finden: www.check-u.de (Weitere Infos ab Seite 8)

Studiencheck: Hier kannst du dein studiengang-spezifisches Wissen testen: www.studiencheck.de

Wende dich für folgende Tests an deine Berufsberaterin oder deinen Berufsberater: Berufswahltest und Studienfeldbezogene Beratungstests für sechs Studienrichtungen (mehr dazu auf Seite 11).

Daneben bieten Hochschulen kostenfreie Online-Eignungstests an, sogenannte Self-Assessments. Das OSA-Portal (www.osa-portal.de) listet sie.

Online-Angebote zur Selbstinformation

Zusätzlich zu den Medien im BiZ gibt es im Internet verschiedene Infoportale zur Berufsorientierung. Ein Überblick:

abi»: Schau dir Berufs- und Studienfelder an, entdecke Ausbildungsberufe und Studiengänge, die dich ansprechen. abi.de

Studienwahl: Hier findest du umfassende Informationen zum Thema Studium, von Studienvoraussetzungen über Studienformen bis hin zu Bewerbung, Zulassung und Finanzierung. www.studienwahl.de

Studiensuche: Finde heraus, wo du deinen Wunschstudiengang studieren kannst. www.arbeitsagentur.de/studiensuche

BERUFENET: Hier findest du ausführliche Informationen zu mehr als 3.000 Ausbildungs- und Studienberufen. www.arbeitsagentur.de/berufenet

BERUFE.TV: Kurze Videos zeigen Tätigkeiten in verschiedenen Ausbildungs- und Studienberufen. www.berufe.tv

Ausbildungsplatzsuche: Du kannst hier nach betrieblichen Ausbildungsplätzen in deiner Region suchen. www.arbeitsagentur.de/ausbildungsplatzsuche

Berufsausbildung und mehr: Recherchiere in dieser Datenbank nach schulischen Ausbildungen. www.arbeitsagentur.de/berufsausbildung

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. „Wir haben den Überblick über alle regionalen Angebote“, erklärt Benthe Grundt. „Wir vermitteln aber auch bundesweit, wenn jemand für die Ausbildung umziehen will oder muss.“

Jugendberufsagenturen

In vielen Regionen arbeiten die Berufsberaterinnen und Berufsberater mit anderen Institutionen (z.B. Jobcenter, Jugendamt) in Jugendberufsagenturen zusammen. Diese helfen dir, in Ausbildung oder Arbeit zu kommen – vor allem, wenn es Schwierigkeiten gibt. Das können zum Beispiel ein fehlender Schulabschluss oder Probleme in der Ausbildung sein. Um dich bestmöglich zu unterstützen, stimmen die beteiligten Institutionen ihre Hilfsangebote untereinander ab. Jugendberufsagenturen sind bundesweit nicht überall vertreten.

Jugendberufsagenturen:
www.arbeitsagentur.de/institutionen/jugendberufsagenturen



Foto: privat

„Berufsberatung ist ein Gesamtpaket. Wir Beraterinnen und Berater begleiten die Schülerinnen und Schüler durch den Berufswahlprozess. Wir helfen Stärken und Interessen zu ermitteln, beraten zu Berufen und Studiengängen, unterstützen bei den Bewerbungsunterlagen, bieten Veranstaltungen an und vermitteln Stellen.“

Benthe Grundt, Berufsberaterin in der Agentur für Arbeit Neumünster

Mit Check-U in deine Berufsorientierung starten

Welche Ausbildung oder welches Studium passt zu dir? Mit Check-U, dem kostenfreien Erkundungstool der Bundesagentur für Arbeit, kannst du das herausfinden.

Du willst gleich loslegen? Hier sind die wichtigsten Infos für dich.

Wo kann ich Check-U durchführen?

Du findest das Erkundungstool unter www.check-u.de. Um den Test zu starten, legst du einen Account an und beantwortest einige wenige Fragen, die erforderlich sind, um die richtigen Testeinstellungen zu bestimmen.

Benutzername und Passwort solltest du dir notieren. So kannst du Pausen einlegen, was du in jedem Fall tun solltest, dich später wieder anmelden und die Bearbeitung fortsetzen. Die Eingaben und gegebenenfalls vorhandene Ergebnisse werden gespeichert.

Für die Bearbeitung brauchst du PC oder Tablet und in Summe circa zwei Stunden Zeit ohne Ablenkung.

Wie ist der Test aufgebaut?

Das Erkundungstool besteht aus vier Modulen: Fähigkeiten, soziale Kompetenzen, Interessen und berufliche Vorlieben. Du kannst jedes Modul einzeln und in beliebiger Reihenfolge bearbeiten.

Bereits nach einem bearbeiteten Modul findest du bei „Testauswertungen“ erste Ergebnisse. Für jedes Modul gibt es eine eigene Auswertung. Diese ergeben zusammen dein individuelles Kompetenz- und Interessensprofil.

Um die Aussagekraft zu erhöhen, werden deine individuellen Testergebnisse von „Fähigkeiten“ und „Soziale Kompetenzen“ mit Ergebnissen einer größeren Vergleichsgruppe verglichen. Du erfährst also, ob du im Vergleich mit anderen Nutzerinnen oder Nutzern von Check-U (mit ähnlichem Alter und Bildungsniveau) eher stärker, weniger stark oder durchschnittlich abgeschnitten hast. Die Ergebnisse der Module „Interessen“ sowie „Berufliche Vorlieben“ werden in eine Rangfolge gebracht, die auf deinen Angaben basiert.

Die Module „Fähigkeiten“ und „Soziale Kompetenzen“ sind mit „empfohlen“ gekennzeichnet. Hast du diese beiden Module absolviert, bekommst du unter „Ergebnisse“ „Passende Ausbildungen“ und „Passende Studienfelder“ angezeigt. Hier erfährst du, wie gut die Anforderungen der Berufe und Studienfelder zu deinem Kompetenz- und Interessensprofil passen. Durch die Bearbeitung der Module „Interessen“ und „Berufliche Vorlieben“ werden diese Ergebnisse weiter verfeinert.

Modul „Fähigkeiten“

Kannst du räumlich denken und gut erklären? Löst du Aufgaben schnell? Liegt dir handwerkliches Arbeiten? Das Modul „Fähigkeiten“ hilft dir, Antworten auf diese Fragen zu

finden. Innerhalb von circa 70 Minuten ermittelst du deine persönlichen Stärken und deine Arbeitshaltung. Immerhin ist eine der wichtigsten Fragen auf der Suche nach dem passenden Beruf, worin du gut bist und welche Ausbildungsberufe und Studienfelder zu deinen Stärken passen. Im Ergebnis erfährst du, wie stark bei dir die insgesamt zwölf getesteten Fähigkeiten im Verhältnis zur Vergleichsgruppe ausgeprägt sind.

Modul „Soziale Kompetenzen“

In diesem Modul geht es um persönliche Eigenschaften, die im Beruf wichtig sind, sogenannte Soft Skills. Schätze in etwa 30 Minuten ein, wie gerne du mit anderen im Team zusammenarbeitest, wie gut du deine Meinung gegenüber anderen durchsetzt oder wie du mit Stress und Konflikten umgehst. Diesem Modul liegt die Frage zugrunde: Was passt zu deiner Persönlichkeit? Auch hier siehst du im Ergebnis, wie stark die elf getesteten sozialen Kompetenzen bei dir im Verhältnis zur Vergleichsgruppe ausgeprägt sind.

Modul „Interessen“

Mit deinen beruflichen Interessen setzt du dich in diesem Modul auseinander. Du gibst zum Beispiel an, welche berufsspezifischen Tätigkeiten, Themen oder Schulfächer du interessant findest. Zudem wirst du gefragt, wie du zu bestimmten Arbeitsbedingungen stehst, etwa Arbeit im Freien oder wechselnde Arbeitsorte. Dieses Modul bearbeitest du in circa 15 Minuten. In der Testauswertung werden die insgesamt 24 beruflichen Interessensbereiche nach deinen Vorlieben sortiert und mit jeweils kurzen Erläuterungen angezeigt.

Modul „Berufliche Vorlieben“

In diesem Modul geht es darum, was dir für deine berufliche Zukunft wichtig ist. Mit diesem Test findest du innerhalb von rund 10 Minuten heraus, welchem der acht Berufstypen du am meisten entsprichst: dem technischen, dem handwerklichen, dem forschenden, dem kreativen, dem sozialen, dem unternehmerischen, dem verwaltenden oder dem prüfenden Typ. In der Auswertung werden die acht Berufstypen priorisiert dargestellt und kurz erläutert.

Wie geht es für mich mit Check-U weiter?

In den Ergebnissen findest du unter „Meine Top 6“ die Übereinstimmungen von Ausbildungsberufen bzw. Studienfeldern, die unter Berücksichtigung aller abgeschlossenen Module



CHECK-U

DAS ERKUNDUNGSTOOL DER BUNDESAGENTUR FÜR ARBEIT

EMPFÖHLEN

Fähigkeiten

Teste unter anderem deine Denkgeschwindigkeit, dein Textverständnis oder dein abstrakt-logisches Denken.

100%

EMPFÖHLEN

Soziale Kompetenzen

Wie ist deine Teamorientierung? Wie durchsetzungsfähig und konfliktbereit bist du? Überprüfe deine Eigenschaften in diesem Test.

ca. 30 Min.

0%

STARTEN

Interessen

Welche Tätigkeiten und Themen interessieren dich? Entdecke, welche Studienfelder und Berufe deine Neugier wecken könnten.

ca. 15 Min.

0%

STARTEN

Berufliche Vorlieben

Bist du eher der handwerkliche oder doch der kreative Typ? Es gibt 8 verschiedene berufliche Typen, welche passen am besten zu dir?

ca. 10 Min.

100%

TESTAUSWERTUNG



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

besonders überlegenswert für dich sind. Unter „Weitere Informationen“ kannst du dich tiefergehend informieren und findest Suchmöglichkeiten nach konkreten Angeboten.

Als Motivation, dir den Bereich der Ausbildungsberufe näher anzusehen, berechnet Check-U zusätzlich zur Passung zu Ausbildungsberufen auch eine Passung zu möglichen späteren Entwicklungswegen, die du mit einer Aufstiegsqualifizierung nach der erlangten Ausbildung einschlagen kannst. Bei vorliegender Übereinstimmung mit einem Entwicklungsweg wird eine Weiterleitung zu den konkreten Weiterbildungsmöglichkeiten angeboten.

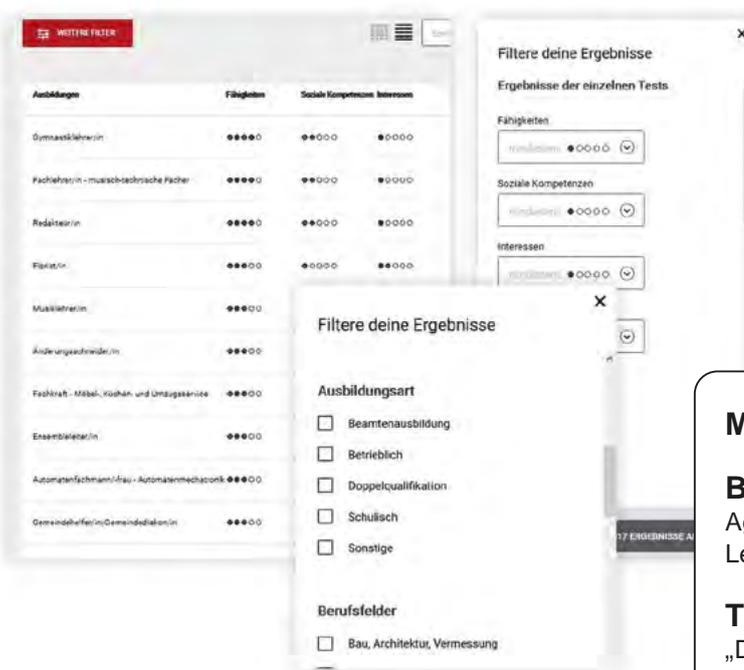
Unter „Alle Ausbildungen im Überblick“ bzw. „Alle Studienfelder im Überblick“ findest du alle in Check-U enthaltenen Ausbildungen bzw. Studienfelder und hast die Möglichkeit, die Ergebnisse zu filtern oder zu sortieren, zum Beispiel nach „Fähigkeiten“, aber auch nach „Sozialen Kompetenzen“, „Interessen“ und „Beruflichen Vorlieben“. Ist dein bisheriger Wunschberuf vielleicht nicht unter den Top 6, kannst du ihn mit dem Suchfeld „Deinen Wunschberuf finden“ suchen und erfährst, wie gut er zu dir passt.

Obwohl Check-U eine große Hilfestellung darstellt, ist es kein eignungsdiagnostisches Instrument. Das bedeutet, es bietet keine Empfehlung für die Aufnahme einer Ausbildung bzw. 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 oder mit Personen deines Vertrauens. Am besten bringst du deine Ergebnisse digital oder ausgedruckt mit zu dem Termin bei der Berufsberatung. ●



Foto: Martina Striegl-Klein

Mit Check-U kannst du herausfinden, welche Ausbildung oder welches Studium zu dir passt.



MANDY RUSCH

BERATERIN
Agentur für Arbeit
Leipzig

TIPP:

„Du kannst in den Ergebnissen gezielt nach einzelnen Ausbildungsberufen und Studienfeldern suchen.“

INTERVIEW

Umgang mit den Ergebnissen von Check-U

Hast du Check-U durchgeführt und Vorschläge bekommen, welche Ausbildungsberufe oder Studienfelder für dich geeignet wären? Nun stellst du dir vielleicht die Frage, wie du mit den Ergebnissen umgehen sollst. Mandy Rusch, Berufsberaterin bei der Agentur für Arbeit Leipzig, gibt Tipps.

abi» Nach dem Test erhalte ich Vorschläge für Ausbildungsberufe und Studienfelder, die aufgrund meiner Testergebnisse zu mir passen. Wie gehe ich mit den Ergebnissen am besten um?

Mandy Rusch: Schon nach den Modulen „Fähigkeiten“ und „Soziale Kompetenzen“ werden dir deine Top 6 Ergebnisse aus allen Ausbildungsberufen und Studienfeldern angezeigt. Um ein aussagekräftiges Ergebnis zu bekommen, solltest du aber alle vier Module bearbeiten. Wichtig ist, dass du dich nicht nur auf die Top 6 Ergebnisse konzentrierst, sondern auch die erweiterte Ergebnisliste betrachtest. Sie zeigt die individuelle Passung der Testergebnisse zu den Anforderungen aller in Check-U enthaltenen Ausbildungsberufe und Studienfelder.

Die Top 6 basieren in erster Linie auf den Fähigkeiten und sozialen Kompetenzen, die im Test ermittelt wurden. Deshalb dienen diese Vorschläge nur der ersten Orientierung.

Du solltest dich auf jeden Fall weiter mit deinen Ergebnissen beschäftigen und recherchieren, welche Anforderungen die Ausbildungsberufe oder Studienfelder an dich stellen. Im BERUFENET, bei BERUFE.TV und bei der Studiensuche der Bundesagentur für Arbeit findest du weitere Infos zu allen Ausbildungsberufen und Studiengängen.

abi» Wie kann ich die Vorschläge von Check-U sortieren und filtern?

Mandy Rusch: In der erweiterten Ergebnisliste kannst du sortieren, inwieweit ein Beruf jeweils mit deinen

eigenen Fähigkeiten, sozialen Kompetenzen, beruflichen Vorlieben und Interessen übereinstimmt. Die Ergebnisse, genau wie die Top 6, sind nach den Fähigkeiten vorsortiert.

Um dir ein allgemeines Bild deiner Passung zu den einzelnen Kategorien zu machen, kannst du alle vier ab- oder aufsteigend sortieren. Du kannst die Listen der Studiengänge und Ausbildungen auch nach den Ergebnissen der einzelnen Module filtern. So lassen sich Prioritäten setzen.

abi» Und wenn ich bereits einen Wunschberuf habe. Wie erfahre ich, wie dieser zu meinen Testergebnissen passt?

Mandy Rusch: Du kannst in den Ergebnissen gezielt nach einzelnen Ausbildungsberufen und Studienfeldern suchen. So kannst du herausfinden, wie dein Wunschberuf oder dein Wunschstudium mit deinen im Test gezeigten persönlichen Stärken und Interessen zusammenpasst.

abi» Wer kann mir mit meinen Ergebnissen weiterhelfen?

Mandy Rusch: Wir Berufsberaterinnen und -berater der Agenturen für Arbeit können dir helfen, deine Ergebnisse richtig zu deuten. Am besten bringst du deine Testergebnisse mit, damit du im Beratungsgespräch klären kannst, wo du bei deinen eigenen Ergebnissen Prioritäten setzt und effektiv filterst. ●

Welche Testverfahren kann ich noch nutzen?

Neben dem persönlichen Gespräch ist vor allem das Erkundungstool Check-U ein wichtiger Baustein, um deine Stärken und Interessen zu erkunden. Darüber hinaus gibt es aber noch weitere Testverfahren der Bundesagentur für Arbeit, die dich bei deiner Berufsorientierung unterstützen können.



Foto: Hans-Martin Issler

Erfüllst du die Anforderungen für deinen Wunschstudiengang? Auf Studiencheck.de kannst du das herausfinden.

Allen Tests und Angeboten ist 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 für diejenigen sinnvoll, die sich für eine Berufsausbildung interessieren. Der Test arbeitet deine Stärken und Interessen heraus. Dazu werden passende Berufe vorgeschlagen. 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 circa zwei bis drei Stunden und wird in deiner Agentur für Arbeit durchgeführt. Im Anschluss findet ein Gespräch statt.

Berufspsychologischer Service (BPS)

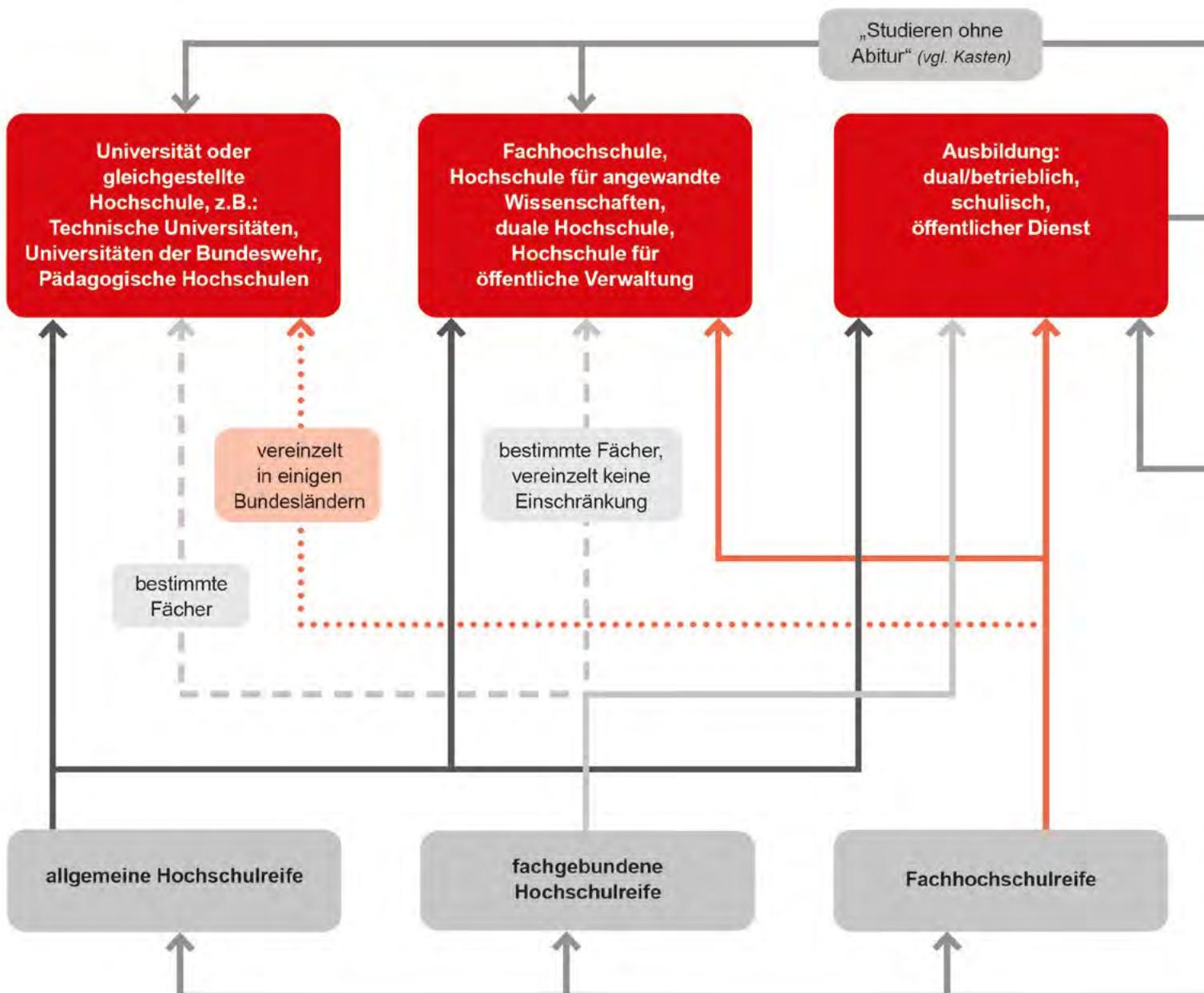
BWT und SFBT sind zwei von vielen Angeboten des Berufspsychologischen Services (BPS). Die Psychologinnen und Psychologen werden hinzugezogen, wenn Fähigkeiten, Interessen und Stärken ermittelt werden sollen. Der BPS kann dich bei Fragen zur beruflichen Eignung oder bei Problemen beraten und hilft dir, die richtige Berufswahl zu treffen. Ob ein Test oder eine Beratung beim BPS für dich infrage kommt, besprichst du mit der Berufsberatung. Deine Beraterin bzw. dein Berater vereinbart dann einen Termin für dich.

Studiencheck

Das Portal bietet studiengangspezifische Wissenstest (Checks) für Studieninteressierte an. Die Checks bieten die Möglichkeit zu überprüfen, ob die Voraussetzungen den Anforderungen eines Studiengangs an einer bestimmten Hochschule entsprechen. Die Ergebnisse werden in Form einer Ampel zurückgemeldet. So können Studieninteressierte besser einschätzen, was von ihnen im konkreten Studiengang erwartet wird und worauf sie sich einlassen würden. ●

Wege nach dem Schulabschluss

Mit der allgemeinen Hochschulreife kannst du alle Studiengänge an allen Hochschulen studieren – einen Studienplatz vorausgesetzt. Mit fachgebundener Hochschulreife oder Fachhochschulreife kannst du bestimmte Fächer oder an bestimmten Hochschularten studieren. Verlässt du die Schule mit einem mittleren Schulabschluss, kannst du später noch studieren, auch ohne Abitur. Das deutsche Bildungssystem ist grundsätzlich durchlässig, im Rahmen der Regelungen der Länder.





Ob allgemeine, fachgebundene oder Fachhochschulreife: Mit jedem Abschluss steht dir der Weg in eine Ausbildung und ein Studium offen. Informiere dich aber genau, denn je nach Bundesland und Abschluss bestehen Unterschiede.

Weiterbildung, z.B.
Meister/in, Techniker/in, Fachwirt/in
oder in der Regel mehrjährige
Berufserfahrung

mittlerer Schulabschluss

Erwerb der Hochschulreife z.B. über berufsbildende Schule, Abendgymnasium oder im Rahmen der Berufsausbildung

Weitere Infos auf abi.de:



Im Beitrag **„Mit welchem Abschluss wo studieren?“** erfährst du im Detail, welche Schulabschlüsse in den einzelnen Bundesländern den Weg an Universität, Fachhochschule & Co. eröffnen.



Das **Interview** zu **„Studieren ohne Abitur“** klärt darüber auf, unter welchen Voraussetzungen der Sprung aus dem Berufsleben an die Hochschule gelingen kann – auch ohne Abitur.



Du willst wissen, welche Schulformen es in den einzelnen Bundesländern gibt und welche davon zu einer Hochschulreife führen? Dann sieh dir die **Übersicht „Schulsysteme der Bundesländer“** an.

Link für deine Recherche:

Deutscher Bildungsserver
Infos zu deinem Bundesland:
www.bildungsserver.de

Rund um die Ausbildung

Du willst nach dem Abitur praktische Erfahrungen sammeln, sofort Geld verdienen und Teil eines Teams werden? Dann ist eine Ausbildung das Richtige für dich. Dieser Leitfaden hilft dir, dich für einen Beruf zu entscheiden und dich über Ausbildungsarten und Alternativen zu informieren.



1. ÜBER BERUFSFELDER INFORMIEREN

Du suchst einen Überblick über Berufe? Dann können die Berufsfelder weiterhelfen. Dort werden Berufe zusammengefasst, in denen Aufgaben und Tätigkeiten ähnlich sind. Wenn du dir zum Beispiel vorstellen kannst, etwas mit Wirtschaft und Verwaltung zu machen, findest du im gleichnamigen Berufsfeld Ausbildungsberufe wie Industriekaufmann/-frau oder Außenhandelsassistent/in. 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 Website 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

Filme über verschiedene Ausbildungsberufe und Berufsfelder
web.arbeitsagentur.de/berufetv/ausbildungsberufe

Berufsausbildung und mehr

Willst du eine schulische Ausbildung machen, 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, z.B. Eltern, Verwandte, Freunde, Nachbarn usw. Erkundige dich, wer Erfahrung in dem Beruf hat, und scheue dich nicht, Fragen zu stellen.

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.

3. ÜBER AUSBILDUNGSARTEN 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 (z.B. 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 Beamtin oder Beamter 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.



Foto: Martina Stregli-Klehn

Nach einer abgeschlossenen Ausbildung warten noch viele Aufstiegsmöglichkeiten auf dich.

Abiturientenausbildung

Hierbei handelt es sich um Sonderausbildungen großer Unternehmen, die oft auf die Bedürfnisse des Betriebs zugeschnitten sind. Ähnlich wie in der dualen Ausbildung wirst du meist im Betrieb auf die praktischen Anforderungen vorbereitet. Die theoretische Ausbildung erfolgt etwa an Verwaltungs- und Wirtschaftsakademien (VWA), an privaten Bildungseinrichtungen oder Berufs(fach-)schulen.

In doppelt qualifizierenden Erstausbildungen ist meist die Ausbildung in einem anerkannten Ausbildungsberuf integriert. Beispiel: Du machst eine Ausbildung zum/zur Kaufmann/-frau im Einzelhandel und erwirbst eine weitere Qualifikation als Handelsfachwirt/in in insgesamt drei Jahren.

Zugangsvoraussetzung ist mindestens die Fachhochschulreife. Die Vergütung ist ähnlich wie bei der dualen Ausbildung. Prüfen solltest du vorab, ob du nach der Ausbildung auch in anderen Unternehmen arbeiten kannst und wie die Karrierechancen aussehen.

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 Ausbildungsplatz 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 Seite 8-10). 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. ●

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. Die monatliche Vergütung kann geringer ausfallen.

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

Rund ums Studium

Was will ich studieren, welcher Studiengang passt zu mir und welche Hochschultypen gibt es? Fragen, die du im Prozess deiner Studienwahl klärst. Dieser Leitfaden gibt dir eine Hilfestellung mit wichtigen Infos für deine Entscheidung.



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.



Studienbereiche bei abi.de
abi.de/studium/studienbereiche

Studienfelder bei Studienwahl
www.studienwahl.de/studienfelder

Studiensuche
www.arbeitsagentur.de/studiensuche

Studienfelder 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 hole dir genauere Informationen dazu ein.



Studienreportagen auf abi.de
 Studierende berichten von den Inhalten und Anforderungen in ihrem Studiengang.
abi.de/studium/studienbereiche

BERUFE.TV
 Filme über verschiedene Studiengänge
www.berufetv.de

Studiensuche
www.arbeitsagentur.de/studiensuche

Studiencheck

An dieser Stelle im Entscheidungsprozess kannst du mit Studiencheck überprüfen, ob deine Kenntnisse für den 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 grundsätzlich 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 Berufspraxis (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 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-, Schauspiel- und Sporthochschulen**. Um dort zu studieren, solltest du besonders talentiert sein. Deswegen musst du in der Regel eine Aufnahmeprüfung bestehen.

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

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, ähnliche Studiengänge 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, wenn du auf Praxis großen Wert legst. Und muss es unbedingt ein Studium sein? Manchmal bietet eine Ausbildung viele Vorteile – mit ebenso guten Chancen auf Karriere.

6. 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, auch finanziell.

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

7. 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. ●

Ausbildung und Studium mit Behinderungen

Zur Schule gehen, eine Ausbildung machen, studieren:

Auch mit einer körperlichen oder psychischen Einschränkung stehen dir
diese Wege offen. Die Berufsberatung begleitet dich dabei.



Ein diskriminierungsfreier und gleichberechtigter Zugang zur Bildung – das steht nach der UN-Behindertenrechtskonvention allen Menschen zu. Eine körperliche oder psychische Einschränkung darf den Weg zum Wunschberuf nicht behindern. Dafür steht nicht nur die UN-Konvention, sondern auch Artikel 3 im Grundgesetz oder das Behindertengleichstellungsgesetz: Niemand darf in Deutschland wegen einer Behinderung benachteiligt werden. Leider ist das in der Praxis oft nicht ganz so einfach. Es gibt aber zahlreiche Anlaufstellen und Angebote, die dir zur Seite stehen und vieles möglich machen können.

Studieren mit Behinderungen

Diese Anlaufstellen unterstützen: Die Informations- und Beratungsstelle Studium und Behinderung (IBS) des Deutschen Studentenwerks ist ein guter erster Anlaufpunkt für alle Studieninteressierten. Auf ihrer Website findest du zahlreiche grundlegende Informationen, und es sind die Ansprechpersonen der einzelnen Hochschulen und 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 darüber hinaus Kosten hast, können diese durch verschiedene Stellen übernommen werden. Dabei den Überblick zu behalten ist nicht immer 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?

Ausbildung mit Behinderungen

Diese Anlaufstellen unterstützen: Der Integrationsfachdienst der Integrationsämter hilft Menschen mit Behinderung bei der Suche nach geeigneten Ausbildungs- oder Arbeitsplätzen. Er steht dir auch dann zur Seite, wenn es am Arbeitsplatz mal zu Schwierigkeiten kommt.

Diese Fördermöglichkeiten gibt es: Du kannst BAföG für Schülerinnen bzw. Schüler oder Berufsausbildungsbeihilfe beantragen und auch zusätzliche Kosten erstattet bekommen. Hier helfen die Reha-Beraterinnen und -Berater deiner örtlichen Agentur für Arbeit weiter. Auch in der Ausbildung kannst du einen Nachteilsausgleich beantragen, um die Bedingungen im Unterricht oder bei Prüfungen deinen Bedürfnissen anzupassen. Es gibt zudem die Möglichkeit, eine Ausbildung in Teilzeit zu absolvieren. ●

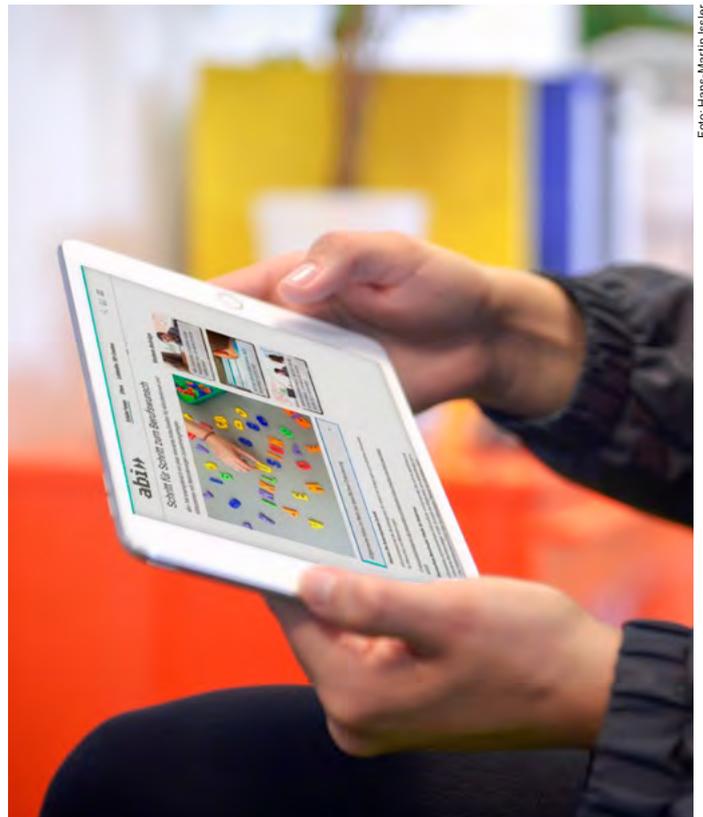


Foto: Hans-Martin Issler

Mehr Infos und Beiträge zum Thema Studium oder Ausbildung mit Behinderungen findest du auch auf abi.de.

Weitere Infos auf abi.de:



Beitrag „**Berufliche Orientierung mit Behinderungen**“
abi.de/orientieren/was-will-ich-was-kann-ich/selbsterkundung/berufliche-orientierung-mit-behinderungen-hintergrund



Beitrag „**Ausbildung mit Behinderungen**“
sl.abi.de/ausbildung-mit-behinderungen



Beitrag „**Studieren mit Behinderungen**“
sl.abi.de/studieren-mit-behinderungen

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 besonders qualifizierte Beraterinnen und Berater zur beruflichen Teilhabe und Rehabilitation unterstützen.
www.arbeitsagentur.de/menschen-mit-behinderungen

IBS im Studentenwerk

Tipps und Informationen der Informations- und Beratungsstelle Studium und Behinderung (IBS)
www.studentenwerke.de/de/behinderung



Beauftragte der Hochschulen und Studierendenwerke

Übersicht der Beraterinnen und Berater vor Ort, die zu allen Fragen rund um ein Studium mit Behinderung Rede und Antwort stehen.
www.studentenwerke.de/de/content/kontakt-für-studierende-mit-beeinträchtigung

Barrierefrei studieren

Ein Projekt der gemeinnützigen Initiative für transparente Studienförderung für chancengerechten Zugang zu Bildung
www.barrierefrei-studieren.de

Einfach teilhaben

Ein Wegweiser rund um das Thema Ausbildung und Studium mit Behinderungen
www.einfach-teilhaben.de

Integrationsfachdienst

Von hier findest du den Weg zu den Ansprechpersonen des Integrationsfachdienstes in deinem Ort
www.bih.de/integrationsaemter

Karriere bei der Bundesagentur für Arbeit

Ausbildung oder duales Studium? Das alles geht auch bei der Bundesagentur für Arbeit (BA). Hier findest du eine Zusammenstellung der verschiedenen Einstiegswege in die vielseitige Arbeitswelt der BA.

Ausbildung bei der BA

Zukünftige Kommunikationsprofis oder IT-Cracks können sich für einen der beiden Ausbildungsberufe entscheiden. Die Ausbildung dauert regulär drei Jahre.

- **Fachangestellte/r für Arbeitsmarktdienstleistungen**
Dein Ausbildungs- und späterer Arbeitsort ist die Agentur für Arbeit, das Jobcenter oder die Familienkasse. Dort stehst du im direkten Kontakt zu Kundinnen und Kunden. Du beantwortest Anfragen, beispielsweise zur Arbeitslosmeldung, und hilfst beim Ausfüllen von Anträgen auf Geldleistungen.
- **Fachinformatiker/in**
Im IT-Systemhaus der BA in Nürnberg kannst du eine Ausbildung zum/zur Fachinformatiker/in machen. Die Ausbildung dauert drei Jahre und ist in den beiden Fachrichtungen Anwendungsentwicklung oder Systemintegration möglich.

Dual studieren bei der BA

Wenn du Praxiserfahrung und Studium miteinander kombinieren willst, könnte ein duales Studium an der Hochschule der Bundesagentur für Arbeit (HdBA) das Passende für dich sein. Die HdBA hat Standorte in Schwerin und Mannheim. Das Angebot umfasst zwei Bachelorstudiengänge mit einer Regelstudienzeit von drei Jahren. Studienabschnitte und Praxisphasen wechseln sich ab.

- **Duales Studium „Arbeitsmarktmanagement“**
Dieses Studium qualifiziert dich für die Vermittlung und Integration von Ausbildungs- und Arbeitsplatzsuchenden. Unternehmensberatung gehört ebenfalls zu deinen späteren Aufgaben. Außerdem kannst du ins Controlling, in die Personalentwicklung oder in den Bereich der Sachbearbeitung/Leistungsgewährung (operativer Service) der BA einsteigen.
- **Duales Studium „Beratung für Bildung, Beruf und Beschäftigung“**
Du unterstützt die Kundinnen und Kunden bei der Studien- und Berufsorientierung, beim (Wieder-)Einstieg in die Arbeitswelt oder bei ihrer beruflichen Neuorientierung. Je nach Aufgabenbereich berätst du auch Unternehmen in Personalfragen oder zu Fördermöglichkeiten.
- **Duales IT-Studium**
Studieneinheiten an der Hochschule wechseln sich mit Praxisphasen beim IT-Systemhaus der BA in Nürnberg ab. Du kannst zwischen folgenden Studiengängen wählen: Informatik oder Wirtschaftsinformatik an der Technischen Hochschule Nürnberg (Bachelor of Science) oder IT-Management – Verwaltungsinformatik (Bachelor of Arts) an der Hochschule Harz. Das duale IT-Studium dauert sieben Semester. ●

Foto: Hans-Martin Isaler



Interessierst du dich für eine Ausbildung oder ein duales Studium? Dann schau dir die Möglichkeiten bei der BA doch mal genauer an.

Links für deine Recherche:

Karriereportal der Bundesagentur für Arbeit
www.arbeitsagentur.de/ba-karriere

Hochschule der Bundesagentur für Arbeit
www.hdba.de

IT-Systemhaus der Bundesagentur für Arbeit
www.ba-it-systemhaus.de/karriere



Welche Variante passt zu dir?

Ausbildung, Studium oder duales Studium? Mithilfe dieser Checkliste findest du heraus, was am besten zu dir passt. Kreuze an, welche Aussagen auf dich zutreffen.

Ausbildung

- Ich kann es kaum erwarten, nach der Schule direkt ins Berufsleben einzusteigen.
- Für mich zählt praktisches Arbeiten und zu erfahren, wie ich mein Wissen konkret anwenden kann.
- Ich möchte schnell berufliche Verantwortung übernehmen.
- Mir ist es wichtig, gleich eigenes Geld zu verdienen.
- Ich kann mir vorstellen, wieder zur Schule zu gehen und einen schulischen Ausbildungsberuf zu erlernen.
- Ich bin bereit, mich nach der Ausbildung weiterzubilden, wenn ich Karriere machen möchte.
- Ich finde es beruhigend zu wissen, dass ich nach der Ausbildung von meinem Betrieb übernommen werde, wenn es für beide Seiten passt.

Studium

- Mir gefällt es, tief in ein Thema einzutauchen und mich mehr theoretisch damit zu beschäftigen.
- Ich interessiere mich für Wissenschaft und Forschung.
- Ich kann mich gut selbst organisieren und motivieren.
- Für mich zählt, dass ich so weit wie möglich selbst entscheide, wann ich was lerne.
- Ich möchte in einem Beruf arbeiten, für den ein Studium Zugangsvoraussetzung ist, etwa als Lehrer/in.
- Ich strebe später eine höhere Führungsposition an.
- Ich weiß, dass manche Studiengänge nicht in festen Berufen münden und ich mir mein berufliches Ziel eigeninitiativ stecken muss.

Duales Studium

- Für mich zählt, praktische Erfahrungen und wissenschaftliches Arbeiten zu verbinden.
- Mir ist wichtig, bereits im Studium regelmäßig Geld zu verdienen.
- Ich finde es gut, dass ich bei manchen dualen Studiengängen einen Ausbildungs- und Studienabschluss parallel erwerben kann.
- Es beruhigt mich zu wissen, dass ich nach dem Studium bei meinem Praxisunternehmen weiterarbeiten könnte.
- Mir ist klar, dass ich unter Umständen für einen dualen Studienplatz von zu Hause wegziehen muss.
- Ich denke, ich könnte die Doppelbelastung von Studium und Ausbildung oder intensiven Praxisphasen gut schaffen.

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.



Foto: Vanessa Mund

Bist du eher der theoretische oder der praktische Typ? Oder gefällt dir eine Mischung aus beidem am besten?



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

TIPP

Zeit für den Realitäts-Check!

Mit einem Praktikum findest du heraus, ob ein Beruf wirklich zu dir passt. abi» hat zusammen mit Iris Becher, Berufsberaterin bei der Agentur für Arbeit Frankfurt, die wichtigsten Fragen und Antworten rund um Praktika für dich zusammengestellt.

1 Warum sollte ich Praktika machen?

Ein Praktikum sollte bei der beruflichen Orientierung unterstützen. Danach weiß man im besten Fall mehr darüber, was man später machen will – und was nicht. Außerdem hat man einen Pluspunkt im Lebenslauf gesammelt.

TIPP

Laufe während des Praktikums nicht einfach nur mit. Sei neugierig und stelle Fragen! So bekommst du einen tieferen Einblick in die Tätigkeiten. Erkundige dich, warum die Mitarbeitenden ihren jeweiligen Beruf gewählt haben und wie ihr Weg dorthin verlaufen ist.

2 Welche Arten von Praktika gibt es?

Es gibt Pflicht- und freiwillige Praktika. Je nach Schulordnung des jeweiligen Bundeslandes ist das Schülerbetriebspraktikum in der (vor-)letzten Klasse vorgeschrieben. Für einige Ausbildungsberufe und Studiengänge ist zudem vor dem Start ein verpflichtendes Vorpraktikum vorgesehen. Im Studium selbst kann es ein oder mehrere festgelegte Praxissemester geben. Außerdem besteht die Möglichkeit, mittels Praktika einen höheren Schulabschluss zu erlangen. So kannst du etwa nach der Berufsfachschule ein mindestens halbjähriges einschlägiges Praktikum anhängen und damit die Fachhochschulreife erwerben. Daneben steht es dir frei, in den Ferien oder nach dem Schulabschluss weitere Praktika zu machen.

3 Wo kann ich nach Praktikumsstellen suchen?

Die Ausbildungsplatzsuche der Bundesagentur für Arbeit ist eine gute Anlaufstelle (www.arbeitsagentur.de/ausbildungsplatzsuche). Wähle unter „Was suchen Sie?“ den Punkt „Praktikum/Trainee“ aus. Du kannst auch bei Unternehmen nach Praktika fragen. Die Industrie- und Handelskammern sowie Handwerkskammern haben Onlineportale, in denen du

ebenfalls nach Praktika suchen kannst. Du findest sie unter www.ihk-lehrstellenboerse.de und www.handwerkskammer.de > Service-Center > Lehrstellenbörse. Auf den Websites deiner Stadt oder Kommune sowie bei Berufsverbänden kannst du ebenfalls fündig werden. Für die Schülerbetriebspraktika hat deine Schule ein Netzwerk. Und du kannst dich eigeninitiativ bewerben.

4 Wird ein Praktikum vergütet?

Bei einem Pflichtpraktikum besteht kein Recht auf eine Vergütung. Wenn ein Betrieb dennoch etwas zahlt, ist es meistens eher eine Aufwandsentschädigung. Das schließt aber nicht aus, dass manche Unternehmen mehr zahlen. Verpflichtet sind sie dazu bei einem freiwilligen Praktikum ab einer Dauer von drei Monaten. Ab dieser Dauer geht man von einem echten Mehrwert für das Unternehmen aus. Dann greift der Mindestlohn, der aktuell bei 10,45 Euro liegt und im Oktober 2022 auf 12 Euro angehoben werden soll.

Informiere dich zudem vorab über deinen Versicherungsschutz in dieser Zeit. Im Regelfall (insbesondere bei einem freiwilligen, vergüteten Praktikum) bist du über das Praktikumsunternehmen gesetzlich unfallversichert. Bei einem unvergüteten Pflichtpraktikum kann im Einzelfall der Unfallversicherungsträger der Schule oder Hochschule zuständig sein. Ergänzend kann der Abschluss einer Haftpflichtversicherung sinnvoll sein, solltest du nicht über deine Eltern mitversichert sein.

5 Hat die Pandemie nach wie vor Auswirkungen auf das Angebot von Praktika?

Die Situation scheint sich zu normalisieren. Einen richtigen Einblick in einen Beruf bekommt man natürlich nur, wenn man vor Ort Kontakt mit den Personen hat, die ihn ausüben. Dieser Einblick ist virtuell nur schwer zu ersetzen, Online-Praktika sind daher nur zu empfehlen, wenn es keine andere Möglichkeit gibt.

6 Wer beantwortet meine Fragen rund ums Praktikum?

Deine Berufsberaterin oder dein Berufsberater erklärt dir, was es zu beachten gibt, kann dir Tipps für die Suche geben und bei rechtlichen Fragen helfen. Bei behinderungsbedingten Einschränkungen unterstützen die Beraterinnen und Berater zur beruflichen Teilhabe und Rehabilitation. Ganz wichtig ist zudem das persönliche Umfeld: Bekannte und Verwandte sind gute Ansprechpersonen, wenn man sich für ihre Berufe interessiert. Meistens helfen sie sehr gerne weiter oder vermitteln Kontakte. ●

Links für deine Recherche:



abi»
abi.de/orientieren/praktikum



Bundesagentur für Arbeit

www.arbeitsagentur.de/bildung/zwischenzeit/praktikum-machen

ÜBERSICHT

Wie finde ich Ausbildungs- oder Studienplätze?

Du bist auf der Suche nach einem Ausbildungs- oder Studienplatz? Statt einfach drauflos-zugooglen, ist es besser, gezielt geeignete Suchportale zu nutzen. Die Angebote der Bundesagentur für Arbeit, der IHKs und Handwerkskammern liefern dir passende Ergebnisse.

Foto: Martina Striegl-Klehn



Suche nach betrieblichen Ausbildungsplätzen

Ausbildungsplatzsuche der Bundesagentur für Arbeit

Gib die gewünschte Ausbildung sowie Postleitzahl oder Ort ein. Der Suchradius lässt sich zwischen zehn und 200 Kilometern einstellen. Es besteht zudem die Möglichkeit, nach Ausbildungen in Teilzeit oder dem gewünschten Schulabschluss zu filtern.

www.arbeitsagentur.de/ausbildungsplatzsuche

Lehrstellenstellenbörse der Industrie- und Handelskammern

www.ihk-lehrstellenboerse.de

Handwerkskammern

www.handwerkskammer.de > Service-Center > Lehrstellenbörse

Suche nach schulischen Ausbildungsplätzen

Berufsausbildung und mehr

Im neuen Portalbaustein der Bundesagentur für Arbeit kannst du nach Ausbildungsplätzen und Standorten von (Berufsfach-)Schulen in deiner Region recherchieren.

www.arbeitsagentur.de/berufsausbildung

Suche nach Studienplätzen

Finde im ersten Schritt heraus, an welchen Hochschulen dein Wunschstudiengang angeboten wird.

Studiensuche der Bundesagentur für Arbeit

www.arbeitsagentur.de/studiensuche

Hochschulkompass

www.hochschulkompass.de

Suche nach dualen Studiengängen mit der Ausbildungsplatzsuche der Bundesagentur für Arbeit

Nutze dieses Angebot, wenn du dich für ein duales Studium interessierst, das eine Ausbildung integriert. Gib unter der Frage „Was suchen Sie?“ den Suchbegriff „duals Studium“ ein.

www.arbeitsagentur.de/ausbildungsplatzsuche

Studiencheck

Teste, ob dein bereits vorhandenes Wissen den Anforderungen im gewählten Studiengang entspricht. Die Checks prüfen die Voraussetzungen für die Aufnahme eines Studiums an einer bestimmten Hochschule.

www.studiencheck.de

Auf die Bewerbung, fertig, los!

Du hast eine Stelle entdeckt, die zu dir passt? Dann kannst du jetzt mit der Bewerbung loslegen! abi» hat zusammen mit Berufsberaterin Brigitte Becker und Job-Coach Christian Bartsch von der Jugendberufsagentur Hannover einen Fahrplan zur Orientierung zusammengestellt.



1. UNTERLAGEN ORGANISIEREN

Jede Bewerbung sollte individuell auf dich und den angestrebten Beruf zugeschnitten sein. Standardtexte aus dem Internet sind ein absolutes „No-Go“. Allerdings kannst du einige Unterlagen unabhängig davon vorbereiten: Die Eckdaten für deinen Lebenslauf sind gesetzt. Hier listest du kurz und knapp, steckbriefartig die Stationen deines Werdegangs auf: Schule, Praktika, Ehrenämter, Kurse, Hobbys. Außerdem brauchst du in jedem Fall die Originale deiner letzten beiden Schulzeugnisse sowie von Bescheinigungen über Praktika und/oder ehrenamtlichen Tätigkeiten. Diese kannst du schon mal für deine Online-Bewerbung einscannen oder für deine schriftliche Bewerbung kopieren (lassen). Ein Bewerbungsfoto ist zwar keine Pflicht mehr, Unternehmen sehen es trotzdem gerne, um einen ersten Eindruck zu bekommen. Ob du das Foto im Lebenslauf und/oder auf einem optionalen Deckblatt platzierst, bleibt dir überlassen.



„Eine Bewerbung ist so etwas wie ein Werbespot für sich selbst. Sie sollte vor allem Neugier wecken und die eigene Persönlichkeit hervorheben.“

Christian Bartsch, Job-Coach

2. BEWERBUNG INDIVIDUELL GESTALTEN

Das Anschreiben ist dein Türöffner. Wer es liest, sollte dich als Mensch darin entdecken. Was begeistert dich? Was kannst du gut? Was interessiert dich am Beruf? So können sich Personalverantwortliche ein Bild von dir machen. Darüber hinaus solltest du reinschreiben, warum du dich bei diesem Unternehmen bewirbst, zum Beispiel weil du dich mit den Werten identifizieren kannst.



„Auffallen! Farbe bekennen! Wir ermutigen dazu, eine kreative, individuelle Bewerbung zu erstellen und im Anschreiben authentisch und mit Herz zu formulieren.“

Brigitte Becker, Berufsberaterin

3. MAPPE ABSCHICKEN

Bewerbung schreiben, ausdrucken und ab zur Post, das war einmal. Fast alle Unternehmen erwarten mittlerweile Bewerbungen per E-Mail oder sie haben eigene Online-Bewerbungsportale, auf die du deine Unterlagen hochladen kannst. Je nachdem, was gewünscht ist, erstellst du nun ein Sammel-PDF aller Unterlagen oder du bereitest Einzeldateien zum Upload vor.

Wichtig in beiden Fällen ist, dass eine bestimmte Dateigröße nicht überschritten wird. 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. Falls der Betrieb die Bewerbung doch auf dem Postweg will, druckst du deine Unterlagen aus und sortierst sie in eine Bewerbungsmappe ein.

4. AUF GESPRÄCH, TEST ODER ASSESSMENT VORBEREITEN

Nach dem Versand deiner Unterlagen kann einige Zeit verstreichen, bis du Rückmeldung bekommst. Hast du nach drei Wochen noch keine Rückmeldung erhalten, frage besser nach: Bis wann ist eine Entscheidung geplant? Wenn es noch dauert: Nutze die Zeit und bereite dich auf den Tag vor, an dem der Anruf mit einer Einladung zu einem Vorstellungsgespräch, Test oder Assessment-Center kommt. Übe das Vorstellungsgespräch mit Freundinnen und Freunden oder deiner Familie. Werde dir über deine Fähigkeiten, Ziele und Wünsche noch mal klar und gehe deinen Lebenslauf gut durch. Suche nach Beispielauswahltests oder besuche Workshops mit Bewerbungstrainings in deinem Berufsinformationszentrum (BiZ).

Ist die Einladung erfolgt, informiere dich auf der Unternehmenswebsite und in sozialen Netzwerken gut über das Unternehmen und die möglichen Gesprächspartnerinnen und -partner. Kontaktiere gegebenenfalls Personen, die selbst im Unternehmen arbeiten oder Mitarbeitende kennen. Sie haben noch bessere Einblicke in die Abläufe dort.

TIPP



Online-Bewerbung

Größere Unternehmen nutzen oft eigene Online-Bewerbungsportale. Hier lädst du deine vorbereiteten Unterlagen hoch.

Gibt es 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.

Mehr zur digitalen Bewerbung auf [abi.de](https://www.abi.de):

[abi.de/bewerbung/bewerbungsmappe/faq-bewerbung-digital](https://www.abi.de/bewerbung/bewerbungsmappe/faq-bewerbung-digital)

TIPP



Bewerbungsvideo

Im kreativen Bereich oder in Zeiten hoher Corona-Infektionszahlen kann es vorkommen, dass du dich in einem selbst gedrehten Video vorstellen sollst. Worauf du dabei achten musst, hängt von der jeweiligen Aufgabenstellung ab.

Mehr zum Thema Bewerbungsvideo auf [abi.de](https://www.abi.de):

[abi.de/bewerbung/bewerbungsmappe/was-gehoert-hinein/videobewerbung](https://www.abi.de/bewerbung/bewerbungsmappe/was-gehoert-hinein/videobewerbung)

5. AUSWAHLVERFAHREN MEISTERN

Mit Tests prüfen die Unternehmen die Qualifikation und Motivation von Bewerberinnen und Bewerbern. Einige bündeln ihre Auswahlverfahren und organisieren dazu Assessments. Ablauf und Durchführung unterscheiden sich stark. Eines haben alle gemeinsam: Dein potenzieller Arbeitgeber nimmt deine Fähigkeiten, auf die es besonders ankommt, unter die Lupe. Und er will wissen, wie du mit Zeitdruck umgehen kannst und wie du im Team agierst. Das passiert in Rollenspielen und bei Gruppenaufgaben, bei denen du deine Performance anschließend manchmal selbst bewerten musst. Bestandteil ist fast immer auch ein Vorstellungsgespräch.

Ein Vorstellungsgespräch dient dazu, sich gegenseitig besser kennenzulernen und abzuklären, ob eine Zusammenarbeit infrage kommt. Im Klartext: Auch das Unternehmen stellt sich vor. Sich das bewusst zu machen hilft, um die Nervosität zu senken. Im Gespräch solltest du auf gute Umgangsformen achten, freundlich und höflich sein. Das gilt übrigens auch für Gespräche per Videokonferenztools. Aber Achtung: Hier solltest du dich vorab mit der Technik vertraut gemacht haben. Wähle für den Call einen neutralen Raum oder Sorge für einen aufgeräumten, ordentlichen Hintergrund.

6. ZUSAGE ODER ABSAGE?

Manche Unternehmen sagen dir telefonisch zu, andere geben schriftlich Bescheid. Gibt es eine Absage, hast du noch viele weitere Chancen. Glaube an dich und deine Fähigkeiten. Bleib dran! ●

Links für deine Recherche:



Mehr Infos auf [abi.de](https://www.abi.de):

In der Rubrik Bewerbung auf [abi.de](https://www.abi.de) findest du viele Infos, die dir weiterhelfen. Klicke einfach an, für was du dich konkret bewerben willst. Schau dir Videos zur Kleiderwahl und zum richtigen Verhalten im Vorstellungsgespräch und Assessment-Center an. Unter Downloads findest du übrigens Beispiele für gelungene Unterlagen sowie Übungen und Checklisten.

[abi.de/bewerbung](https://www.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](https://www.web.arbeitsagentur.de/portal/kontakt/de/terminvereinbarung)

Bewerbungsveranstaltungen in deinem BiZ findest du unter:

www.arbeitsagentur.de/veranstaltungen

Hier geht's zum Studienplatz

An deutschen Hochschulen ist über die Hälfte aller Studiengänge zulassungsfrei, sodass du dich direkt einschreiben kannst. Daneben gibt es örtlich sowie bundesweit zulassungsbeschränkte Fächer, manchmal musst du eine Eignungsprüfung meistern. Bei dualen Studiengängen nimmst du auch Kontakt zum Unternehmen auf. abi» gibt einen Überblick über Wege an die Hochschule.

Zulassungsfreie Studiengänge

Einschreibung

direkt an der Hochschule, in der Regel online, manchmal per Post oder persönlich. In manchen Fällen ist eine Voranmeldung nötig, entweder bei der Hochschule oder über das Dialogorientierte Serviceverfahren (DoSV) der Stiftung für Hochschulzulassung. Welche Unterlagen, außer Abiturzeugnis und Bestätigung der Krankenversicherung, du benötigst, steht auf der Website der Hochschule.

Fristen

Die genauen Fristen entnimmst du ebenfalls der Website der Hochschule bzw. der (Fach-) Studienberatung.



Bundesweit zulassungsbeschränkte Studiengänge

Bewerbung

über hochschulstart.de der Stiftung für Hochschulzulassung. Darunter fallen die Studiengänge Human-, Zahn- und Tiermedizin sowie Pharmazie an staatlichen Hochschulen. Du kannst dich für alle vier Studiengänge gleichzeitig bewerben.

Auswahlverfahren:

Die Studienplätze werden nach folgenden Quoten vergeben:

- „Abiturbeste“ jedes Bundeslandes: 30 Prozent
- Auswahlverfahren der Hochschulen (AdH): 60 Prozent
- Zusätzliche Eignungsquote (ZEQ): 10 Prozent

In den AdH muss mindestens ein notenunabhängiges Kriterium neben der Abiturdurchschnittsnote Gewicht haben, in Humanmedizin zwei. Ein fachspezifischer Studieneignungstest wie der TMS (Test für Medizinische Studiengänge) muss berücksichtigt werden. Daneben können zum Beispiel eine einschlägige Berufsausbildung oder Auswahlgespräche eine Rolle spielen.

Die ZEQ bewertet (abgesehen von Pharmazie) nur schulnotenunabhängige Kriterien. Das sind die gleichen wie bei den AdH.

Fristen

Bewerbungsschluss für das Wintersemester ist in der Regel am 15. Juli (für „Altabiturientinnen und Altabiturienten“ am 31. Mai), für das Sommersemester am 15. Januar. Der Studiengang Tiermedizin startet nur im Wintersemester.

Studiengänge mit Eignungsprüfung

Bewerbung und Auswahlverfahren

Eignungsprüfungen sind insbesondere in künstlerisch-gestalterischen und sportwissenschaftlichen Studiengängen zu finden. In Kunst und Design legen Bewerberinnen und Bewerber in der Mehrzahl der Fälle eine Mappe vor und nehmen an einer Aufnahmeprüfung teil. Anwärterinnen und Anwärter auf ein Sportstudium treten zur Sparteignungsprüfung an.

Fristen

Eignungsprüfungen finden oft deutlich vor Beginn der allgemeinen Bewerbungsfristen statt. Es gibt gesonderte Anmeldefristen, informiere dich daher frühzeitig.

Hinweis

Wer sich durch eine herausragende künstlerische Begabung und eine für das Studium ausreichende Allgemeinbildung auszeichnet, kann in bestimmten künstlerisch-gestalterischen Studiengängen ohne Hochschulreife studieren.



Welches Zulassungsverfahren gilt für deinen Wunschstudiengang? Informiere dich frühzeitig.

Örtlich zulassungsbeschränkte Studiengänge

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 Website 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 Website der Hochschule aufgeführt.

B

Dialogorientiertes Serviceverfahren (DoSV)

Bewerbung und Auswahlverfahren

Um teilzunehmen, registrierst du dich im Bewerbungsportal von *hochschulstart.de*. Im Anschluss kannst du dich entweder über *hochschulstart.de* oder über die Hochschule bewerben – je nach Vorgabe der Hochschule.

Es ist möglich, dich für bis zu zwölf Studienangebote gleichzeitig zu bewerben, deine Bewerbungen in die gewünschte Reihenfolge zu bringen und in der Koordinierungsphase zu prüfen, ob bereits von einer oder mehreren Hochschulen ein Zulassungsangebot 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.

Duales Studium

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, ist deren Website zu entnehmen.

Hinweis

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

Links für deine Recherche:



abi»
[abi.de/
bewerbung/
studienplatz](http://abi.de/bewerbung/studienplatz)

Stiftung für
Hochschul-
zulassung
www.hochschulstart.de



Ausbildungspraxis

Der Start in eine Berufsausbildung markiert einen neuen Lebensabschnitt.

Neben deinen Tätigkeiten im Betrieb und der Berufsschule solltest du dich auf weitere Themen vorbereiten: zum Beispiel Finanzielles, deine Rechte und Pflichten und Wohnen.

Einiges musst du schon vor den ersten Tagen in der Ausbildung organisieren.

Der folgende Leitfaden unterstützt dich dabei.



Rechte und Pflichten von Azubis

Bevor du deine Ausbildung beginnst, schließt du einen schriftlichen Vertrag mit deinem Ausbildungsbetrieb. Im Ausbildungsvertrag werden unter anderem folgende Punkte festgehalten: wann deine Ausbildung beginnt und wie lange sie dauert, wie hoch deine Vergütung ausfällt, wie lange du jeden Tag arbeitest oder 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. Währenddessen überprüfst du, ob du den passenden Beruf beziehungsweise Betrieb gewählt hast. Auch dein Arbeitgeber stellt sich

die Frage, ob ihr zusammenpasst. Die Probezeit dauert höchstens vier Monate. In dieser Zeit könntest du ohne Angabe von Gründen kündigen, der Ausbildungsbetrieb ebenso.

Wo kannst du wohnen?

Falls du für deine Berufsausbildung umziehst, ist vielleicht ein Jugendwohnheim das Richtige für dich. Dort kannst du ein günstiges Zimmer mieten, wenn du eine schulische oder betriebliche Ausbildung machst.

Finanzielle Unterstützung während der Ausbildung

Finanziell unterstützt dich etwa die Berufsausbildungsbeihilfe (BAB). Du kannst 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.

Um Finanzen und Versicherungen kümmern

Für deine Ausbildungsvergütung brauchst du ein Gehaltskonto. Die 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 abschließen und zahlst darüber hinaus Beiträge in die Renten-, Pflege- und Arbeitslosenversicherung ein.

Berufsausbildungsbeihilfe (BAB)

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

BAföG

www.bafög.de

Bildungskreditprogramm der Bundesregierung

bildungskreditonline.bva.bund.de

Kindergeld an andere Person auszahlen lassen

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

Grundsätzlich ist zudem eine Haftpflichtversicherung zwar eine freiwillige, aber sinnvolle Option; eventuell auch eine Berufsunfähigkeitsversicherung.

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 dorthin kennst du wahrscheinlich schon vom Vorstellungsgespräch. Aber kalkuliere nun auch den Berufsverkehr am Morgen ein.

Welche Kleidung passend ist, davon hast du ebenfalls beim Bewerbungsgespräch einen Eindruck bekommen. Wenn du dir nicht mehr sicher bist, gilt: Lieber etwas zu schick als zu leger. Versuche dich an die Namen der wichtigsten Personen zu erinnern, die beim Gespräch dabei waren, etwa der/die Abteilungsleiter/in oder dein/e Ausbilder/in.

Gerade in den ersten Tagen wirst du mit vielen neuen Informationen konfrontiert. Keiner erwartet, dass du sofort alles kennst oder weißt. Frage deshalb ruhig nach, wenn du etwas nicht verstehst, und mach dir am besten Notizen. ●

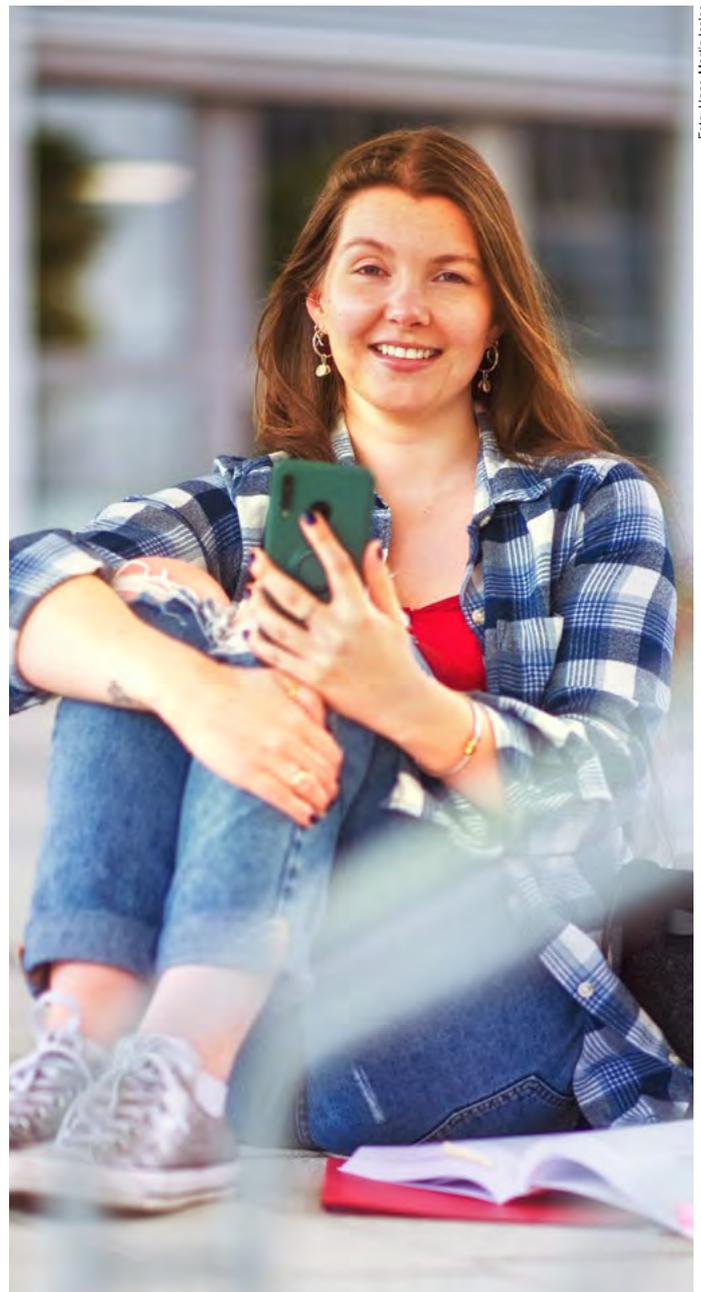


Foto: Hans-Martin Issler

Wohnen, Finanzen, Versicherungen – vor Ausbildungsantritt gilt es noch einige organisatorische Dinge zu klären.

Links für deine Recherche:



abi»

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



Bundesagentur für Arbeit

Bereite deinen Start vor
www.arbeitsagentur.de/bildung/ausbildung

Bundesministerium für Bildung und Forschung

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

Studienpraxis

Von der Studienfinanzierung bis zu Versicherungen: abi» gibt dir Tipps, wie du deinen Studienstart Schritt für Schritt vorbereiten kannst.



Ein Studium bringt viele Freiheiten mit sich – aber auch neue Verpflichtungen. Damit du dich ganz auf dein Fach konzentrieren und sorgenfrei studieren kannst, mach dir vorab Gedanken zu folgenden Punkten.

Wohnen im Studium

Wenn du bei deinen Eltern wohnen bleibst, gibst du kein Geld für Miete aus. Natürlich kann es dennoch sein, dass du 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 begehrt. Wende dich bei Interesse frühzeitig an das Studierendenwerk deiner Hochschule, da die Plätze äußerst gefragt sind.

Auch in einer privaten Wohngemeinschaft (WG) teilst du dir mit anderen Personen die Räume, wobei jede und jeder in der Regel auch über ein eigenes Zimmer verfügt. 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.

Kosten und Finanzierung

Auch wenn staatlich anerkannte Hochschulen – im Gegensatz zu privaten – keine Studiengebühren verlangen, kommen doch 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 (www.bafög.de) eine alternative Möglichkeit dar. Den

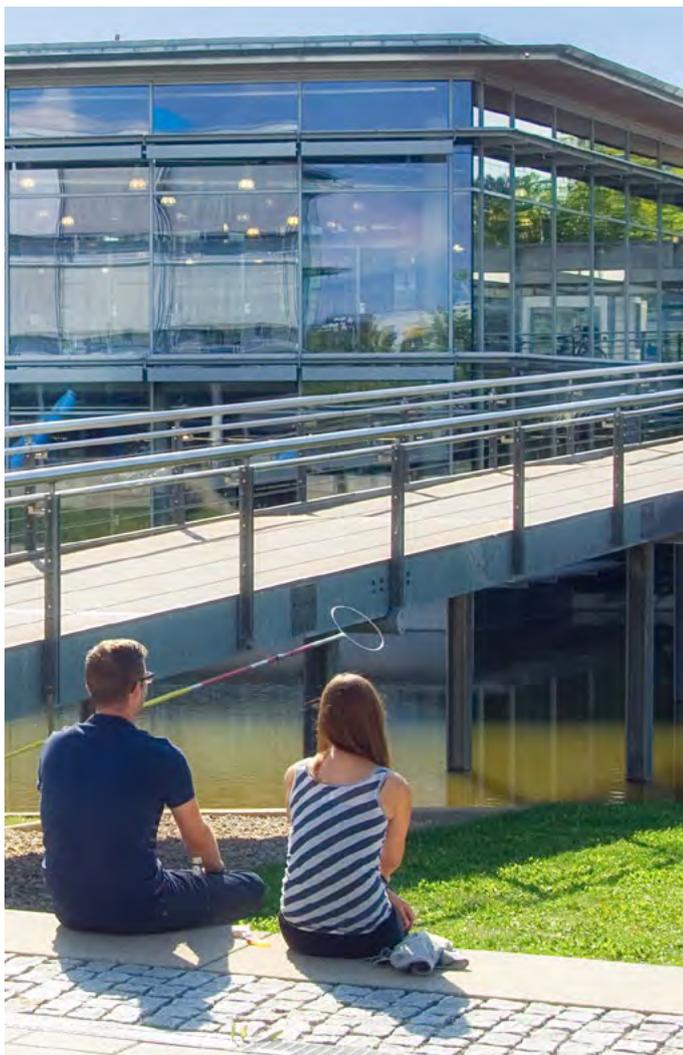


Foto: Anahit Weber



Foto: Martina Striegl-Klehn

Von der Bibliothek bis zu Mensa – bei den Einführungsveranstaltungen bekommst du eine erste Führung.

Links für deine Recherche:



abi»

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



Bundesagentur für Arbeit

arbeitsagentur.de > Bereite deinen Start vor
www.arbeitsagentur.de/bildung/ausbildung

studienwahl.de

www.studienwahl.de

Bist du gespannt, was dich an der Hochschule erwartet? Einen Eindruck kannst du dir am besten vor Ort verschaffen.

monatlichen Betrag gibt es zur Hälfte als zinsloses Darlehen, das du später zurückzahlen musst, und zur Hälfte als Zuschuss. Ein Stipendium ist eine weitere Option. Unter www.stipendiumplus.de und www.deutschlandstipendium.de kannst du nach geeigneten Angeboten suchen. Etwas vorsichtiger 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. Idealerweise sammelst du darüber Berufserfahrung passend zu deinem Studienfach.

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.

Rundum gut versichert

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.

Start vorbereiten

Sobald du von der Hochschule deinen Zulassungsbescheid erhalten hast, musst du dich noch immatrikulieren, also offiziell einschreiben. Die Immatrikulation erfolgt meist online, manchmal jedoch auch persönlich. Im Zulassungsbescheid wird der Ablauf beschrieben.

Informiere dich außerdem, wann Einführungsveranstaltungen stattfinden – wenn nicht vor Ort, dann alternativ virtuell. Neben einer Begrüßung für alle neuen Studierenden seitens der Hochschulleitung organisieren auch die Fachbereiche oder Fachschaften solche Veranstaltungen. Hier kannst du gleich Kontakte zu deinen Kommilitoninnen und Kommilitonen knüpfen. ●

Eine Auszeit nehmen

Nach dem Abitur muss es nicht unbedingt nahtlos weiter ins Studium oder in die Ausbildung gehen. Manchmal klappt es mit dem Wunschplatz nicht auf Anhieb, manchmal braucht man mehr Zeit, sich zu orientieren. So eine Auszeit kannst du sinnvoll nutzen, dafür gibt es viele Möglichkeiten.



Au-pair

Motivation: Du kümmerst dich gern um deine jüngeren Geschwister oder jobbst schon länger als Babysitterin oder Babysitter? Dann könnte ein Au-pair-Aufenthalt etwas für dich sein. Dabei lebst du in einer Gastfamilie und hilfst bei der Betreuung der Kinder. Im Gegenzug bekommst du ein eigenes Zimmer, Verpflegung und Taschengeld.

Ausland: Einen Au-pair-Aufenthalt kannst du in vielen Ländern der Welt absolvieren. Derzeit gibt es wegen der Pandemie allerdings noch Einreisebeschränkungen für manche Länder.

Dauer: Ein Au-pair-Aufenthalt dauert in der Regel sechs bis zwölf Monate. Abhängig vom Gastland arbeitest du 25 bis 45 Stunden pro Woche.

Gut zu wissen: Es gibt eine ganze Reihe Vermittlungsagenturen, die dich bei der Suche nach einem Au-pair-Platz unterstützen und teilweise Vorbereitungskurse anbieten. Das RAL-Gütezeichen Au-pair hilft dir dabei, seriöse Anbieter zu finden.

Freiwilligendienst

Motivation: Bei einem Freiwilligendienst engagierst du dich in sozialen, kulturellen, ökologischen oder anderen gemeinwohlorientierten Einrichtungen wie Pflegeheimen, Sportvereinen oder Forstämtern. Am Ende bekommst du ein Zeugnis – und kannst dir die Zeit des Dienstes teilweise als Wartesemester oder Praktikum anrechnen lassen.

Inland: Es gibt den Bundesfreiwilligendienst (BFD), das Freiwillige Ökologische Jahr (FÖJ) und das Freiwillige Soziale Jahr (FSJ), Letzteres auch in den Bereichen Wissenschaft,

Denkmalpflege, Digital oder Politik. Bei diesen gesetzlich geregelten Freiwilligendiensten bist du sozialversichert und deine Eltern erhalten für dich Kindergeld. Unterkunft, Verpflegung und Arbeitskleidung werden oft erstattet oder gestellt, und du bekommst ein Taschengeld. Darüber hinaus gibt es private Anbieter für Freiwilligendienste.

Ausland: Das FSJ und das FÖJ kannst du auch im Ausland absolvieren. Der Internationale Jugendfreiwilligendienst (IJFD) und der Europäische Solidaritätskorps (ESK) bieten ebenfalls Dienste im Ausland an. Daneben gibt es private Anbieter, bei denen du die Kosten aber meist selbst tragen musst.

Dauer: In der Regel dauert ein Freiwilligendienst zwölf Monate. Du hast allerdings auch die Möglichkeit, auf sechs Monate zu verkürzen oder auf 18 bzw. 24 zu verlängern. Private Agenturen bieten ganz unterschiedliche Zeiträume an.

Gut zu wissen: Wenn du mindestens 17 Jahre bist, kannst du auch einen Freiwilligen Wehrdienst im Heimatschutz ableisten und erhältst ein Gehalt.

Vorbereitung: Egal für welchen Freiwilligendienst du dich entscheidest: Fange am besten ein Jahr vorher an, dich zu informieren.

Jobben

Motivation: Geld verdienen und Berufserfahrung sammeln, das ist beim Jobben möglich. Ein finanzielles Polster kann außerdem helfen, wenn du für ein Studium oder eine Ausbildung in eine andere Stadt ziehen solltest. Jobbst du im Ausland, kannst du obendrein kulturelle und sprachliche Erfahrungen sammeln.

Inland: Die Auswahl ist groß: Du kannst kellnern, Nachhilfe geben, in einem Lager arbeiten oder dich als Fahrradkurierin bzw. -kurier ausprobieren. Einige Stellen sind ausgeschrieben, viele Nebenjobs findet man aber auch mit Eigeninitiative – und in fast allen Branchen.

Ausland: Work&Travel-Aufenthalte ermöglichen dir das Reisen und Arbeiten im Ausland. Jobs findest du häufig in der Gastronomie oder der Landwirtschaft. Eine weitere Möglichkeit bietet das WWOOFen. Das steht für „Worldwide Opportunities on Organic Farms“. Dabei hilfst du auf einem Biohof mit und erhältst im Gegenzug Unterkunft und Verpflegung.

Dauer: Die Spanne reicht vom kurzen Einsatz als Mini-Jobber/in über Teilzeitarbeit bis hin zum Vollzeit-Ferienjob. Wie lange und wie viele Stunden in der Woche du arbeitest, hängt ganz vom Jobangebot und deinen Wünschen ab.

Gut zu wissen: Gerade wenn du im Ausland jobben willst, musst du einige bürokratische Hürden überwinden. Außerhalb der Europäischen Union sind etwa ein Visum und eine Arbeitserlaubnis notwendig. Vermittlungsagenturen helfen dir bei der Organisation, verlangen aber Gebühren. Einige Angebote für Stipendien findest du etwa auf folgenden Plattformen: www.praktikawelten.de und www.rausvonzuhaus.de. Informiere dich frühzeitig und achte auf mögliche Einreisebestimmungen.

Praktikum

Motivation: Ob ein Beruf wirklich etwas für dich ist, das kannst du mit einem Praktikum herausfinden. Dabei sammelst du Praxiserfahrungen und kannst erste Kontakte knüpfen. Für manche Studiengänge muss man Vorpraktika nachweisen.

Inland: Einen Praktikumsplatz findest du in fast jeder Branche. Die Ausbildungsplatzsuche der Agentur für Arbeit hilft dir beim Suchen. Du kannst auch selbst auf Unternehmen zugehen und nach einem Praktikum fragen. Oder erkundige dich im Freundes- und Bekanntenkreis.

Ausland: Auslandspraktika können von großem Vorteil sein, sind aber schwieriger zu organisieren. Neben der Zentralen Auslands- und Fachvermittlung (ZAV) und EURES gibt es private Anbieter, die dir kostenpflichtig bei der Vermittlung helfen. Kosten für Versicherungen, An- und Abreise sowie für die Unterkunft musst du selbst aufbringen. Es gibt aber Stipendien, die dir dabei helfen. Informationen hierzu bietet beispielsweise der Deutsche Akademische Austauschdienst (DAAD).

Dauer: Wie lange und in welchem Umfang du ein Praktikum absolvierst, hängt von dir und dem jeweiligen Unternehmen ab. Es kann wenige Wochen dauern oder auch mehrere Monate.

Gut zu wissen: Für freiwillige Praktika, die länger als drei Monate dauern, gilt in Deutschland der Mindestlohn. Studienvorbereitende Programme wie ein Schnupperstudium bzw. Studium generale könnten ebenfalls eine spannende Alternative sein. Auch Mappenkurse könnten für dich interessant sein, wenn du ein künstlerisches Studium anstrebst.

Sprachkurs

Motivation: Wenn du eine Fremdsprache neu lernen oder deine Kenntnisse verbessern möchtest, bieten sich Sprachkurse an.

Inland: An Volkshochschulen und privaten Schulen gibt es Kurse für unterschiedlichste Sprachen und Niveaus. Infos findest du auch bei den Kulturinstituten verschiedener Länder,

beispielsweise beim British Council für Großbritannien, beim Institut français für Frankreich, beim Česká centra für Tschechien oder beim Instituto Cervantes für Spanien.

Ausland: Sprachreisen ins Ausland sind eine sehr gute Lernmöglichkeit, aber auch kostspielig, da sie von privaten Agenturen angeboten werden. Neben den Kursgebühren musst du An- und Abreise, Unterkunft und Verpflegung zahlen. Stipendien bieten hier finanzielle Unterstützung.

Dauer: Je nach Angebot können Sprachkurse und -reisen eine Woche, aber auch mehrere Monate dauern.

Gut zu wissen: Einen Sprachkurs kannst du mit anderen Überbrückungsmöglichkeiten kombinieren. Das gilt für das In- und Ausland. ●



Foto: Martin Hirschmann

Fremde Sprachen und Kulturen kennenlernen – eine Auszeit nach dem Abi bietet dafür die perfekte Gelegenheit.

Links für deine Recherche:



abi»
sl.abi.de/ueberbrueckung



Bundesagentur für Arbeit

Alternativen für die Zwischenzeit
www.arbeitsagentur.de/bildung/zwischenzeit

Rausvonzuhaus

www.rausvonzuhaus.de

TIPP

Informiere dich vor deiner Reise ins Ausland stets über die aktuellen Einreisebestimmungen. Informationen findest du etwa beim

Auswärtigen Amt:

www.auswaertiges-amt.de

Was tun bei Schwierigkeiten?

Mittendrin in Ausbildung oder Studium – und du merkst, es gibt Schwierigkeiten. Zögere nicht, dir Hilfe zu suchen! Es gibt mehr Möglichkeiten, als du vielleicht denkst.



Foto: Martina Striegl-Kiehn

1 Ich bin unzufrieden mit meiner Ausbildung oder meinem Studium – was soll ich tun?

Versuche herauszufinden, woran es konkret liegt: Kommst du mit Kolleginnen oder Kollegen nicht klar? Gibt es finanzielle Probleme? Überfordern dich die fachlichen Inhalte? Je nach Art deiner Schwierigkeiten gibt es verschiedene Unterstützungsmöglichkeiten.

2 An wen wende ich mich bei Problemen in der Ausbildung?

Die erste Anlaufstelle ist deine Ausbilderin oder dein Ausbilder bzw. eine andere Vertrauensperson im Betrieb. Liegt das Problem in der Berufsschule, wende dich an deine Lehrerin, deinen Lehrer oder eine spezielle Beratungslehrkraft. Die Ausbildungsberater und -beraterinnen deiner zuständigen Kammer, zum Beispiel der Industrie- und Handelskammer oder Handwerkskammer, können dir ebenfalls weiterhelfen. Darüber hinaus berät und unterstützt dich die Berufsberatung der Agentur für Arbeit.

3 Wer hilft mir bei Problemen im Studium?

Geht es um die Inhalte des Studiums, bist du bei der (Fach-) Studienberatung gut aufgehoben. Darüber hinaus kannst du dich auch an die Berufsberatung der Agentur für Arbeit wenden. Gibt es finanzielle Probleme oder Schwierigkeiten beim Finden einer Wohnung, ist die Sozialberatungsstelle des Studierendenwerks ein guter Anlaufpunkt. Bei persönlichen Schwierigkeiten wie etwa Prüfungsangst wende dich zum Beispiel an eine psychologische Beratungsstelle deiner Hochschule.

4 Welche Unterstützungsmöglichkeiten gibt es für Azubis und Studierende?

Finanziell kann dir zum Beispiel mit der Berufsausbildungsbeihilfe (BAB) geholfen werden. Im Einzelfall kann auch eine „Assistierte Ausbildung“ (AsA) eine betriebliche Ausbildung begleiten. Dabei erhältst du Unterstützung etwa in Form von Nachhilfeunterricht.

Auszubildende in einer schulischen Ausbildung können beim für sie zuständigen Amt für Ausbildungsförderung BAföG

Links für deine Recherche:



abi»
abi.de/unterstuetzung/wechsel-und-umstieg



Bundesagentur für Arbeit

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

Berufsausbildungsbeihilfe (BAB)

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

beantragen. Die Anträge werden bei den kommunalen Ämtern des jeweiligen Bundeslandes gestellt. Studierende wenden sich an die Studierendenwerke der Hochschule, da die BAföG-Ämter diesen meist angegliedert sind. Stipendien oder Studienkredite sind ebenfalls Optionen im Studium. Einen Überblick gibt der Stipendium-O-Mat der Stiftung der Deutschen Wirtschaft.



Stipendium-O-Mat

www.sdw.org/medien/news-und-newsletter/nachricht/artikel/der-stipendium-o-mat-1.html

Es gibt noch mehr Unterstützungsmöglichkeiten. Frage bei der Berufsberatung oder an deiner Hochschule nach!

5 Gibt es Alternativen zu einem Ausbildungs- oder Studienabbruch?

Die Ausbildung an sich macht dir Spaß, aber im Betrieb fühlst du dich nicht wohl? Sollten sich die zwischenmenschlichen Schwierigkeiten nicht ausräumen lassen, kannst du vielleicht den Ausbildungsbetrieb wechseln. Womöglich merkst du auch, dass dir bestimmte Ausbildungsinhalte doch nicht liegen. Gegebenenfalls kannst du die Fachrichtung oder den Ausbildungsberuf wechseln, vielleicht sogar beim selben Arbeitgeber.

Ein Hochschulwechsel unter Beibehaltung des Studienfachs kann auch für Studierende eine Lösung sein. Wenn du zu Studienbeginn unsicher bist, ob du das richtige Studienfach gewählt hast, kannst du im weiteren Verlauf gezielt Schwerpunkte setzen und dein Profil stärken.

6 Wann ist ein Ausstieg eine Option?

Merkst du in Studium oder Ausbildung, dass du weder mit den Tätigkeiten noch mit den Inhalten etwas anfangen kannst, ist ein Neustart eventuell sinnvoll. Vielleicht liegt dir auch eine Ausbildung mehr als ein Studium – oder umgekehrt. In jedem Fall solltest du mit deiner Berufsberaterin oder deinem Berufsberater sprechen.

7 Was muss ich bei einem Wechsel oder Abbruch beachten?

Als Azubi musst du die vorgegebenen Kündigungsfristen einhalten und solltest dich bei deiner Agentur für Arbeit arbeitssuchend melden, auch wenn du noch keinen Anspruch auf Geldleistungen erworben hast. Außerdem solltest du dich vorab bei deiner Krankenkasse informieren, wie die Versicherung weiterläuft. Auch auf den Bezug von Kindergeld und BAföG hat ein Wechsel oder Abbruch Auswirkungen. ●



Foto: Vanessa Mund

Zweifeln ist menschlich – Unterstützung holen auch!

Berufsberater Michael Hümmer von der Agentur für Arbeit in Fürth weiß, dass viele junge Menschen mit ihrer Ausbildung oder ihrem Studium hadern: „Ich lade Zweiflerinnen und Zweifler gerne auf eine Entdeckungstour ein. In der Berufsberatung finden wir gemeinsam zunächst die Ursache heraus. Wir gucken, wo die bzw. der Betroffene steht, wo sie oder er hinwill und welche Wege zum Ziel führen können. Vielleicht können Schwerpunkte anders gesetzt werden? Vielleicht ist das Studium oder die Ausbildung nur ein notwendiger Zwischenschritt zum eigentlichen Berufsziel? Wenn alle Stricke reißen, schauen wir nach einer anderen adäquaten Karriere. Ein Studien- oder Ausbildungsplatzwechsel ist nicht schlimm, er sollte aber gut durchdacht sein.“

IMPRESSUM



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 (verantwortl.),
Christoph Bortolotti, Klaus Harfmann,
Ralph Kinner, Yasmin Pohl, Alexander Reindl,
Dr. Nina Röder, Kristina Taube, Elena Trautwein

Lektorat:

Eva Wagner

Redaktionsassistent:

Nena Karabuto

Autorinnen

Annette Link, Alike Rettig, Sarah Weik

Gestaltung und Layout

Art Direktion: Viviane Schadde

Layout: Marie Demme, Vanessa Mund

Illustrationen: Marie Demme

Titelbild: Martina Striegl-Klehn

Druck

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



Copyright 2022 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: 342.000

Erscheinungsweise

jährlich

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

Wo kann ich mich informieren?

Online und offline – die Bundesagentur für Arbeit hält viele Angebote für dich bereit, mit denen du dich rund um deine Berufsorientierung umfassend informieren kannst.



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



CHECK-U
DAS ERKUNDUNGSTOOL DER
BUNDESAGENTUR FÜR ARBEIT



Mit dem Erkundungstool Check-U findest du mithilfe psychologisch fundierter Testverfahren heraus, welche Ausbildungsberufe und Studienfelder 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 Ausbildungs- und Studienmöglichkeiten 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 recherchieren.

www.arbeitsagentur.de/veranstaltungen



BERUFENET



Die Website der Bundesagentur für Arbeit bietet ausführliche Berufsbeschreibungen in Text und Bild.

www.arbeitsagentur.de/berufenet



BERUFE.TV



Das Filmportal der Bundesagentur für Arbeit listet Filme über Ausbildungsberufe und Studiengänge.

www.berufe.tv

studienwahl.de



Das Portal der Stiftung für Hochschulzulassung in Kooperation mit der Bundesagentur für Arbeit bietet umfangreiche Informationen rund um die Studienorientierung und das Studieren. Es liefert einen Überblick über elf Studienbereiche mit jeweils mehreren Studienfeldern.

www.studienwahl.de



STUDIENSUCHE



Mit diesem Angebot kannst du Schritt für Schritt Studiengänge finden. Zunächst wählst du aus neun Studienfeldern dein Interessengebiet. Dann kannst du deine Auswahl weiter spezifizieren, erhältst eine Kurzbeschreibung zu den jeweiligen Studienfächern und kannst dir alle entsprechenden Studienangebote anzeigen lassen.

www.arbeitsagentur.de/studiensuche



STUDIENCHECK



Das Portal bietet studiengangspezifische Wissens-tests (Checks) für Studieninteressierte an. Die Checks prüfen die Voraussetzungen für die Aufnahme eines Studiums an einer bestimmten Hochschule.

www.studiencheck.de



Berufsausbildung und mehr

Recherchiere in dieser Datenbank nach schulischen Berufsausbildungen.

www.arbeitsagentur.de/berufsausbildung



Ausbildungsplatzsuche

In der Jobsuche kannst du in der Kategorie „Ausbildung“ mit wenigen Klicks nach geeigneten Ausbildungen in einem Berufsfeld suchen.

www.arbeitsagentur.de/ausbildungsplatzsuche