

Orientierung anhand dieser zentralen Fragen:

- Was interessiert mich?
- Wo liegen meine Stärken – und was kann ich nicht so gut?
- Wie stelle ich mir meine berufliche Zukunft vor?
- Welche „Ausbildungswege“ gibt es dafür? (Ausbildung, Studium)
- Welche Alternativen existieren zu meinem Wunschberuf?

Gibt es (dadurch) bereits Ideen für eine Studienrichtung?

- www.hochschulkompass.de/studium/suche/erweiterte-suche.html

Noch keine Ideen? Nutze Entscheidungshilfen, wie den Check-U

- Selbsterkundungstool: www.arbeitsagentur.de/bildung/studium/selbsterkundungstool

Recherchiere Informationen zu einzelnen Berufen/ Studiengängen

- BerufeNet <https://berufenet.arbeitsagentur.de>
 - Suchwort z.B. Biomedizin (grundständig) oder „Biomediziner“ (=Tätigkeit)
 - Suche mit **Berufs- oder Studienfeldern**
- Für Ausbildungen: www.planet-beruf.de > Mein Beruf > Berufe von A-Z
- Für Studiengänge: <https://studienwahl.de/studienfelder>

Werte (vorläufig) aus: Lege für jeden Beruf ein Blatt an, auf dem du jeweils

- Pro und Contra sowie „neutrale Gesichtspunkte“ notierst
- alles gewichtest (z.B. dir Wichtiges unterstreichst und/ oder farblich markierst) und abschließend deine Blätter, d.h. deine persönlichen Berufssteckbriefe,
- auf einen Tisch legst und in deine passende Reihenfolge verschiebst, bis am Ende ein oder mehrere Favoriten übrigbleiben

Mach den Praxischeck und sammle eigene Erfahrungen:

- Nutze z.B. 1-tägige bis 2-wöchige (freiwillige) Praktika bei Arbeitgebern, um Aufgaben und Arbeitsumfeld in der Realität zu erleben:
<https://abi.de/orientieren/praktikum/berufsorientierung-mit-praktika-hintergrund>
- Nutze „Studien-Schnupperangebote“ der Hochschulen oder Portale, wie
- www.unischnuppern.de
 - Kurzvideos von Vorlesungen
 - Interviews mit Professoren und Studenten
 - Berufsporträts
- www.studies-online.de/StudInfo/termine.php
 - Bundesweite Studieninformationstage
- www.studienwahl.de - Veranstaltungen
 - Schnuppervorlesungen und Infotage für Schüler

Beziehe auch die Erfahrungen anderer ein

- Lass dir von bereits „Berufstätigen“, Azubis und Studenten von ihren Aufgaben berichten. Greife hierfür auf deinen Familien-, Freundes- und erweitertem Bekanntenkreis (Nachbarn, Verein, etc.) zurück
- www.whatchado.com/de/stories > Stories > Themen oder Berufsbilder A-Z

Sprechstunde der Studien- und Berufsberatung an der Schule nutzen

- oder Beratungstermin in der Agentur für Arbeit vereinbaren unter Tel. 0800 4 5555 00 bzw. per Email borken.berufsberatung@arbeitsagentur.de

Zusätzliche Tipps für Eltern

Ins Gespräch kommen - Werten Sie gemeinsam Selbst- und Fremdeinschätzung aus, z.B. anhand dieser Erfahrungsräume:

Bitte zutreffende Stichworte notieren und die 3-5 wichtigsten Ergebnisse festhalten

Erfahrungsraum Schule:

Lieblingsfächer, Wahlfächer, Zeugnisnoten, schulisches Engagement in Chor, Orchester, Theatergruppe etc., als Tutor, Klassensprecher, in SMV, bei Auslandsaufenthalten, Fremdsprachenkenntnisse ...

Erfahrungsraum Freizeit:

Meine Hobbys, meine privaten Interessen (was interessiert mich?), mein soziales oder gesellschaftliches Engagement, meine Vereinsmitgliedschaften ...

Erfahrungsraum Beruf/Arbeit:

Ferienjobs, Schülerpraktikum, Schnupperpraktikum, Mithilfe im elterlichen Betrieb, Girls-Day, Boys-Day, Berufsmessen ...

Erfahrungsräume allgemein:

Drei Erfolgserlebnisse aus den letzten Jahren z.B. Organisation eines Festes, ein gutes Gespräch, Jobsuche ... und vieles andere mehr. Welche Fähigkeiten konntest Du dabei einsetzen? Wodurch warst Du erfolgreich? Wie bist Du vorgegangen? ...

Unterstützende Links für Eltern:

Die Auswertung von Stärken und Interessen begleiten:

- <https://abi.de/eltern/orientieren/berufs-und-studienfelder-entdecken>

Tagesabläufe unterschiedlicher Ausbildungsberufe für ein erstes Orientierungspraktikum:

- <https://planet-beruf.de/schuelerinnen/welche-ausbildungen-gibt-es/welche-berufe-gibt-es/tagesablaeufe>

Die Praktikumssuche unterstützen:

- <https://abi.de/orientieren/praktikum/berufsorientierung-mit-praktika-hintergrund>
- <https://abi.de/bewerbung/praktikum-nebenjob>