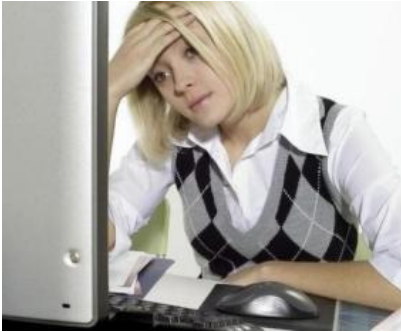



Was soll bloß aus mir werden?

Unentschlossene Schüler können sich mithilfe eines Berufsnavigators orientieren.



Großansicht 

Den richtigen Beruf zu finden, ist nicht leicht, aber auch nicht unmöglich. Foto: fotolia

Nehmen wir Maria. Sie ist 18 Jahre, Abiturientin mit durchschnittlichen Abschlussnoten. Als Hobbys hat sie Tanzen und Malen. Außerdem liest sie oft im Altenheim aus Büchern vor. Das macht ihr Spaß. Große Probleme konnte sie bisher nicht – aber nun. Maria weiß immer noch nicht, was sie werden möchte. Nachts wälzt sie sich hin und her, kann kaum noch durchschlafen: „Was soll bloß aus mir werden?“

Viele Berufseinsteiger fühlen sich so. Alleingelassen mit vielen Fragen und Ängsten. Schließlich gibt es nur wenig tatsächliche Unterstützung für sie in der Berufsfindung. Zum Beispiel haben

die allerwenigsten Gymnasiasten mal ein Praktikum in einer Firma gemacht, haben erfahren, was es heißen kann, zu arbeiten. Und dann die oft wenig konstruktiven Sprüche der Verwandten. Ob Tante, Onkel, Oma oder Cousin, alle mischen mit: „Jurist solltest du nicht werden, davon gibt es schon genug.“ Oder: „Krankenpfleger? Um Gottes Willen! Das liegt dir nicht!“ Auch die Berufsberatung des Arbeitsamtes kann nur funktionieren, wenn der Schulabgänger in etwa weiß, wie er sich seine berufliche Zukunft vorstellt. Mit „Keine Ahnung!“ oder Schulterzucken, kann niemand etwas anfangen. Immerhin gibt es in Deutschland rund 25 000 Berufe – die Auswahl ist groß und die Verwirrung für ganz Unschlüssige damit auch.

An dieser Stelle beginnt die Arbeit von Diplom-Psychologin Angelika Gulder (41) aus Hessen, eine von rund 3000 Karriereberatern in Deutschland, die sich aber von ihren Kollegen abhebt. Mit ihrem Buch „Finde den Job, der dich glücklich macht“, hat sie einen Karrierenavigator entwickelt. Mit ihm kann jeder Berufseinsteiger herausfinden, welche Art von Beruf zu ihm passt. Hier einige der hilfreichsten Tipps:

Drei Wünsche

Die gute Fee aus dem Märchen, die drei Wünsche erfüllt. Stellen Sie sich vor, Sie

würden sie wirklich treffen. Welche drei Dinge würden Sie sich wünschen? Schreiben Sie die Wünsche auf, und versuchen Sie herauszufinden, was sich hinter den Wünschen verbirgt. Vielleicht träumen Sie davon, sich stärker sozial zu engagieren?

Interessen

Was macht Ihnen wirklich Spaß? Was könnte Sie Sonntagfrüh mit einem Lächeln auf den Lippen aus dem Bett treiben? Wem gar nichts einfällt, dem könnten seine Lesegewohnheiten auf die Sprünge helfen. Welchen Teil in einer Tageszeitung lesen Sie zuerst? Gibt es Zeitschriften, die Sie besonders gerne lesen? Schreiben Sie Ihre Einfälle auf, und versuchen Sie, einen roten Faden zu finden, der Hinweise auf Ihren Traumjob gibt.

Stärken entdecken

Tauchen Sie ab in Ihr Inneres: Was haben Sie bisher gern getan? Wie wollen Sie später einmal sein? Welche Talente stecken in Ihnen? Überlegen Sie, welche Aspekte für Sie typischer sind: Abenteuer oder Vertrautes, Freiheit oder Sicherheit, Kreativität oder Technik, drinnen oder draußen, sozial oder allein. Was würden Sie gern stärker in Ihr Leben integrieren?

Roten Faden finden

Die Dinge, für die Sie sich leidenschaftlich interessieren, sind ein Ausdruck Ihrer Seele und ein Hinweis auf Ihre Berufung. Was finden Sie besonders interessant? Dabei sollen Sie auch berücksichtigen, was Sie besonders gut können. Wie etwa Maria, die seit Jahren tanzt und malt. Entdecken Sie vielleicht Talente, die Sie für nicht wichtig halten wie etwa, dass Sie gerne mit mehreren Kinder zugleich gespielt haben und so etwas wie ein Anführer waren? Listen Sie alles auf.

Zukunft entwerfen

Stellen Sie sich vor, Sie arbeiten schon seit Jahren in Ihrem Traumjob, und alles hat sich so entwickelt, wie Sie es sich gewünscht haben. Schreiben Sie einen Brief. Gefällt Ihnen das, was Sie geschrieben haben? Herzlichen Glückwunsch, Sie haben herausgefunden haben, welcher Job Ihren Wünschen und Fähigkeiten entspricht.

Nun entwerfen Sie eine Art Schlachtplan. Wie jedes wichtige Projekt braucht auch der Traumjob Planung und Energie.

Übrigens: Maria hat ihren Traumjob gefunden. Die Schülerin will Beschäftigungs- und Arbeitstherapeutin werden.

von Corinna Perrevoort

'''