

Neue Perspektiven für die Berufswahl

Die Berufswahl ist eine für die meisten jungen Menschen sehr belastende Entscheidungssituation, die sie aus reiner Überforderung oft so lange vor sich herschieben, bis es wirklich „brennt“. Doch das muss nicht so sein, und die Beschäftigung mit den beruflichen Möglichkeiten und Ausbildungswegen kann sogar Spaß machen. Beispielsweise dann, wenn junge Menschen mit spielerischen Methoden ihre Persönlichkeit erkunden und sich damit auseinandersetzen, was sie davon im zukünftigen beruflichen Leben einsetzen möchten. So gewinnen sie im wahrsten Sinne des Wortes mehr Selbst-Sicherheit. Wenn sie dann noch Gespräche mit Menschen in diesen Berufen führen oder ein Schnupperpraktikum absolvieren, um zu sehen, ob sich das Berufsbild passend anfühlt, steigert das zudem ihre Selbstwirksamkeit.

Die Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung (DGV) möchte mit diesen Unterrichtsmaterialien Hilfestellung für eine wohlreflektierte Berufswahlentscheidung geben, damit die erste Berufswahl leichterfällt. So kann von vornherein Frustration und Demotivation am Arbeitsplatz durch einen Beruf, der nicht zu einem passt, entgegengewirkt werden, und jahre-, oft jahrzehntelange Folgeschäden durch psychische Krankheiten wie Burn-out oder Bore-out lassen sich verringern.

Die Lernenden setzen sich in den beiden Bausteinen dieser Unterrichtsmaterialien vertieft mit den Fragestellungen „Wer bin ich?“, „Was kann ich?“ und „Was will ich?“, also zentralen Fragen der Persönlichkeitsentwicklung, auseinander. Aus ersten Antworten generieren sie einen kleinen persönlichen Kriterienkatalog, mit dem sie dann vorbereitet in die Bewertung von Ideen gehen können. Durch verschiedene Zugänge finden sie interessante berufliche Ideen, die sie recherchieren, um ein Gespür für den Ausbildungs- oder Studiengang mit den dahinterliegenden beruflichen Einsatzmöglichkeiten zu bekommen.

Ihnen als Lehrkraft, die zumindest in Ausschnitten die Berufswahl begleitet, kommt eine wertvolle Rolle in dieser wichtigen Phase der beruflichen Orientierung zu: Sie unterstützen Ihre Schülerinnen und Schüler in diesem Entdeckungsprozess beherzt und mit Verstand, aber ohne „Ratschläge“. Sie bieten einen geschützten, wertschätzenden Rahmen im Klassenzimmer, der diese Selbsterforschung ermöglicht. Sie ermutigen Ihre Schülerinnen und Schüler, sich auch auf die Herausforderungen der neuen Arbeitswelt einzulassen, und Sie haben mit diesen Unterrichtsmaterialien ein erstes, altersgerecht aufbereitetes Handwerkszeug, um junge Menschen für diese Themenstellung zu interessieren.

Die Unterrichtsmaterialien bieten sich für die Fächer Wirtschafts- oder Gemeinschaftskunde an und natürlich für den Berufsorientierungsunterricht, den es in einigen Bundesländern gibt. Denkbar ist die Unterrichtseinheit aber auch für das Wahlfach Psychologie oder die Fächer Ethik/Religion. Zudem bietet sich ein Projekttag für diese wichtige Fragestellung an, an dem dann beispielsweise auch Eltern ihre Berufe vorstellen könnten.

Beide Unterrichtsstunden sind sehr dicht geplant. Sie können die gleichen Inhalte auch jeweils in drei Stunden unterrichten und sich sowie Ihren Schülerinnen und Schülern etwas mehr Zeit lassen.

Inhalte der beiden Unterrichtseinheiten

- Annäherung an die Frage „Wer bin ich“ mit metaphorischer Übung und Fremd-Feedback
- Kennenlernen der Arbeitsbedingungen und Erfolgsfaktoren, die Schülerinnen und Schüler an ihren zukünftigen Beruf knüpfen
- Auseinandersetzung mit ihren Kompetenzen in Selbst- und Fremdbild
- Entwickeln erster intuitiver Ideen für zukünftiges Arbeiten aus einer gedanklichen Reise in die Zukunft oder einer geführten Fantasiereise
- Erstellen einer individuellen Checkliste für die Berufswahlentscheidung
- Finden von ersten reizvollen beruflichen Ideen durch die Auseinandersetzung mit Videodokumentationen moderner Berufe, durch ein Matching-Modell und durch die Recherche spannender Arbeitsfelder
- Kennenlernen einer Entscheidungsstrategie durch das Überprüfen recherchierter beruflicher Ideen mit der eigenen Kriterien-Checkliste


Arbeitsblatt 1
Vorbereitung des Unterrichts

Die Schülerinnen und Schüler erhalten zwei Seiten mit Kompetenzbegriffen in den vier berufspädagogischen Kompetenzbereichen als Hausaufgabe und markieren dort die Kompetenzen und Fähigkeiten, die sie bei sich sehen können (siehe Arbeitsblatt 1 „Meine Fähigkeiten und Kompetenzen“). So erarbeiten sie sich einen ersten Wortschatz, um dann im Unterricht besser über ihre Stärken sprechen zu können.


Hintergrundinformationen für die Lehrkraft

Kopieren Sie die Vorlage Arbeitsblatt 2 „Mein Traumjob“ für die Schülerinnen und Schüler auf ein DIN-A3-Format. Für die zweite Doppelstunde sollten Sie zudem einen PC oder Laptop mit Internetzugang zur Verfügung stellen oder den Schülerinnen und Schülern erlauben, ihr Smartphone im Unterricht zu nutzen. Wenn Sie mit dem Thema Berufswahl bisher noch wenig zu tun hatten, bieten Ihnen die Hintergrundinformationen für die Lehrkraft „Gute Begleitung in einer schwierigen Entscheidungssituation“ eine Orientierung zu den Rahmenbedingungen des Themas.

Wichtig: Bei den folgenden Aufgaben in Partner- und Gruppenarbeit müssen in der Corona-Pandemie die Abstands- und Hygieneregeln eingehalten werden!

Baustein 1: Wer bin ich? Was kann ich? Was will ich? (1. Doppelstunde)

Schaubilder 1 und 2
Einstieg (10 Min.)

Wecken Sie Neugierde mit der bewusst schwierig gestellten Frage: „Wofür schlägt Ihr Herz, wenn Sie an Ihre berufliche Zukunft denken?“ (siehe Schaubild 1: „Wofür schlägt Ihr Herz?“).


Arbeitsblatt 2

Geben Sie Ihren Schülerinnen und Schülern dann anhand von Schaubild 2 einen kurzen Überblick, wie sich die Berufswahl früher gestaltete und wie sie heute aussieht. So verstehen sie besser, dass ihre Eltern noch im alten Berufswahlmodell aufgewachsen sind, und bekommen eine Argumentationshilfe, warum heute andere Wege beschritten werden. Stellen Sie jetzt auch Arbeitsblatt 2 „Mein Traumjob“ kurz vor und weisen Sie darauf hin, dass dieses am Ende der Unterrichtseinheit ausgefüllt ist und ein wertvolles Hilfsmittel für die weitere Berufswahl darstellt, mit dem die Schülerinnen und Schüler auch zur Berufsberatung der Arbeitsagentur oder zu weiteren Berufswahlangeboten gehen können.

Verlauf



Arbeitsblatt 3

Erarbeitungsphase I: „Wer bin ich?“ (25 Min.)

Erläutern Sie Ihren Schülerinnen und Schülern, dass wir dem, was uns ausmacht, manchmal nur indirekt auf die Spur kommen. Wir können aber auf bildhaftem Weg unsere Intuition fragen. Dazu dient die Übung aus Arbeitsblatt 3 „Ich als ...“. Die Schülerinnen und Schüler bekommen 5 Minuten Zeit, um intuitiv einige bildhafte Vergleiche zu finden, die sie beschreiben, ohne zu wissen, was diese zu bedeuten haben. Dann erfolgt in je 5 Minuten die Übersetzungsarbeit in Adjektive: „Wie bist du, wenn du ein Ferrari bist oder der Frühling?“ (Partnerarbeit). Alle Adjektive werden in das Feld „Ich bin ...“ eingetragen. Das können auch „Entwicklungs-Adjektive“ oder Stärken sein, die noch nicht voll ausgebildet sind. Ermutigen Sie die Schülerinnen und Schüler, diese Eigenschaften, auch wenn sie ihnen manchmal zu unrealistisch erscheinen, anzunehmen. Die Ergebnisse tragen sie in Arbeitsblatt 2 „Mein Traumjob“ in das Feld „Wer bin ich?“ ein.



Arbeitsblatt 4

Anschließend reflektieren die Schülerinnen und Schüler in Einzelarbeit (ca. 10 Min.) die Fragestellung „Was ist mir beim Arbeiten wichtig?“ (siehe Arbeitsblatt 4) und filtern dabei die für sie wichtigsten Rahmenbedingungen beim Arbeiten heraus. Sie können im Plenum kurz darüber reden, dass die Berufswahl tatsächlich kein reines „Wunschkonzert“ ist, sondern es immer wieder gilt, sich auf das persönlich Wichtigste zu konzentrieren. Das darf sich im Laufe des Lebens auch ändern. Nehmen Sie den Schülerinnen und Schülern bei dieser Gelegenheit den Druck, dass diese erste Berufswahl für immer ist. Angesichts der Entwicklungen in der Arbeitswelt werden alle Schülerinnen und Schüler im Gegensatz zu früheren Generationen ihren Beruf mehrfach im Leben wechseln. Es handelt sich hier erst einmal um eine passende Einstiegswahl! Die Ergebnisse tragen sie in Arbeitsblatt 2 „Mein Traumjob“ in das Feld „Was will ich?“ ein.



Arbeitsblatt 5

Erarbeitungsphase II „Was kann ich?“ (30 Min.)

Die Schülerinnen und Schüler setzen sich in Dreiergruppen zusammen. Erläutern Sie, dass immer eine Person eine oder zwei kleine Geschichten aus dem Alltag erzählt, wo sie etwas gemacht und eventuell erreicht hat. Die anderen beiden schreiben jeweils mit (z. B. auf Karteikarten), was darin für Eigenschaften, Stärken und Fähigkeiten sichtbar werden (siehe Arbeitsblatt 5 „Stärkenepisoden“). Dann lesen sie diese ihrem Mitschüler oder ihrer Mitschülerin vor und geben ihm oder ihr die Mitschrift. Danach erzählt der nächste Schüler oder die nächste Schülerin, bis alle drei dran waren.

Die so gefundenen Stärken werden in das Feld „Was kann ich“ auf dem Arbeitsblatt 2 eingetragen. Hier bitten Sie die Schülerinnen und Schüler, die markierten Fähigkeiten aus Arbeitsblatt 1 (siehe Hausaufgabe) zu ergänzen.



Arbeitsblatt 6

Vertiefungsphase „Was will ich?“ (20 Min.)

Lassen Sie die Schülerinnen und Schüler Arbeitsblatt 6 „Mein Zukunftsfilm“ im Partner-Interview bearbeiten. Wer interviewt, schreibt jeweils die Antworten auf und gibt das Arbeitsblatt anschließend der befragten Person. Danach notieren alle ihre Erkenntnisse im Feld „Was will ich?“ auf Arbeitsblatt 2.



Siehe auch Unterrichtsmaterialien „Selbstmotivati-on“, www.dguv-lug.de/, Webcode: lug1033109

Wenn Sie Erfahrung mit Fantasiereisen haben und sich mit dieser Methode wohlfühlen, bietet sich hier auch eine Fantasiereise in die Zukunft an (siehe Hintergrundinformationen für die Lehrkraft 3 in den Unterrichtsmaterialien „Selbstmotivation“). Leiten Sie diese Reise so an, dass sich die Schülerinnen und Schüler in die Situation drei bis sechs Jahre später hineinversetzen können, ihre Ausbildung oder ihr Studium beendet ist und sie ihre erste Stelle gefunden haben. Diese Situation führen sich die Schülerinnen und Schüler ganz konkret vor Augen (z. B.: Wie kommen sie zu ihrer Arbeitsstelle? Wie sieht der Chef aus,

wie die Kollegen? Welche Arbeiten machen sie? Was machen sie nach Feierabend?). Geben Sie den Schülerinnen und Schülern danach einige Minuten Zeit, sich zu besprechen. Anschließend notieren sie ihre Erkenntnisse im Feld „Was will ich?“ auf Arbeitsblatt 2.



Arbeitsblatt 7



„Die Karriereplattform für Berufseinsteiger*innen!“, www.watchado.com

Ende (10 Min.)

Ermutigen Sie die Schülerinnen und Schüler, in ihrem Traumjob-Kreis auf Arbeitsblatt 2 nun die wichtigsten zehn bis zwölf Faktoren am besten mit einem Marker zu kennzeichnen. Aus diesen formulieren sie dann ihre individuelle Kriterienliste für die Berufswahl. Erklären Sie, dass diese „Must-haves“ sich natürlich noch ändern dürfen und dass sie diese Liste auch um die „Nice-to-haves“ ergänzen können. Geben Sie eine Vorschau auf das Thema „Berufsideen finden“ der nächsten Doppelstunde und erläutern Sie kurz die Hausaufgabe mit Arbeitsblatt 7 „Watchado“. Bitten Sie die Schülerinnen und Schüler außerdem, das Arbeitsblatt 2 „Mein Traumjob“ zur nächsten Doppelstunde wieder mitzubringen. Wenn Sie noch Zeit haben, zeigen Sie die Website www.watchado.com kurz am Beamer oder digitalen Whiteboard.

Baustein 2: Vom Kriterienkatalog zur konkreten Jobidee (2. Doppelstunde)

Einstieg (10 Min.)

Eröffnen Sie die zweite Doppelstunde mit der Auswertung der Hausaufgabe zur Watchado-Plattform (www.watchado.com). Stellen Sie dazu folgende zwei Fragen:

- Was waren die verrücktesten unpassendsten Berufsideen, die Sie für sich gefunden haben?
- Was war eine interessante Idee, an die Sie bisher noch nicht gedacht hatten?

Es genügt, wenn hier fünf oder sechs Schülerinnen oder Schüler antworten. Lassen Sie dann alle ihre guten Ideen auf Arbeitsblatt 2 „Mein Traumjob“ sammeln, das von der letzten Doppelstunde fortgeführt wird. Auch andere berufliche Ideen, die sie bisher schon hatten, können jetzt dort notiert werden. Sprechen Sie kurz an, dass dies ein Brainstorming ist und die Schere im Kopf noch nicht zu früh in der Sammelphase angesetzt werden sollte.



WDR-Doku „Wo können wir in Zukunft noch arbeiten?“, Länge: 43:50 Min.

Weisen Sie die Schülerinnen und Schüler außerdem auf die WDR-Doku „Wo können wir in Zukunft noch arbeiten?“ hin (siehe <https://www.youtube.com/watch?v=mMHRD2jwVYI>), die einen Einblick in die Berufs- und Arbeitswelt 4.0 gibt (auch als Hausaufgabe möglich). Hier wird verdeutlicht, dass sich schon jetzt und in den kommenden Jahren die Welt der Berufsbilder stark verändern wird. Es kann entlastend wirken, wenn die Schülerinnen und Schüler merken, dass ihre Berufswahl wirklich nur eine Berufseinstiegswahl sein kann.

Verlauf

Erarbeitungsphase I (20 Min.)

Für die nun folgende Partnerarbeit finden sich jeweils zwei Lernende zusammen, die sonst weniger miteinander zu tun haben. Die beiden interviewen sich gegenseitig anhand der Fragen aus Arbeitsblatt 8 „Traumjob-Ideen“ (Dauer: jeweils 10 Min.).



Arbeitsblatt 8

Wichtig ist hierbei nicht der konkrete Ausgangsberuf, der ja selten direkt gewählt würde. Es geht darum, die jeweiligen positiven Aspekte zu sammeln, die die Schülerinnen und Schüler mit der Ausübung oder der Vorstellung des Berufs verbinden. Beim kindlichen Berufswunsch Feuerwehrmann können das die abenteuerlichen Situationen sein, aber auch der Umgang mit schwerem Gerät oder dem Medium Wasser. Beim Youtuber/Influencer kann es das viele Geld, die Berühmtheit oder die (vermutete) Freiheit sein, das zu tun, was

man will. Alle Aspekte werden jeweils von der interviewenden Person auf dem Arbeitsblatt festgehalten, das später der Partnerin oder dem Partner ausgehändigt wird.

Wenn noch Zeit ist, können sich die Schülerinnen und Schüler gemeinsam Gedanken machen, welche Berufe genau diese spannenden Aspekte noch erfüllen. Der Kinderwunsch Prinzessin kann dann zum Beispiel zur Kosmetikerin, zur Schauspielerin, zur Speakerin oder zur Politikerin werden. Die Ergebnisse werden erneut in der Ideenliste auf Arbeitsblatt 2 „Mein Traumjob“ festgehalten.



Schülertext



Arbeitsblatt 9



Code-Berufe-Liste

Erarbeitungsphase II (20 Min. + 10 Min.)

Jede Schülerin und jeder Schüler erhält nun die sechs Karten des Partyspiels (siehe Schülertext „Die Gruppen auf der Party“) sowie Arbeitsblatt 9 „Partyspiel“. Dann leiten Sie das „Partyspiel“ an (siehe Arbeitsblatt 9), bei dem die Schülerinnen und Schüler sich drei von sechs Gruppen, die jeweils mit einem Code versehen sind, gedanklich anschließen. Die Schülerinnen und Schüler ermitteln so ihren persönlichen Code und schauen im Internet in der Code-Berufe-Liste nach, welche Berufe diesem zugeordnet sind (siehe <https://tinyurl.com/y29x2l78>); die Ziffern auf der Liste spielen für diese Fragestellung keine Rolle).

Sie können an dieser Stelle erläutern, dass diese Methode auf einem Passungsmodell („Matching“) basiert, das davon ausgeht, dass der Mensch nur dann zufrieden in seinem Beruf ist, wenn er auch in einem passenden Umfeld mit den passenden Menschen arbeitet. Erklären Sie aber auch, dass diese Methode hier nur zur weiteren Ideenfindung eingesetzt wird. Die Schülerinnen und Schüler suchen sich die Ergebnisse heraus, die sie interessant finden oder zumindest einmal näher recherchieren wollen, tragen sie in ihre Ideenliste ein und ignorieren die übrigen. Weisen Sie auch darauf hin, dass die ersten beiden und die letzten beiden Buchstaben des Codes noch getauscht werden können, um mehr berufliche Varianten zu ermitteln.



Arbeitsblatt 10

Anschließend grenzen die Schülerinnen und Schüler die für sie infrage kommenden Berufsfelder noch weiter ein: Auf Arbeitsblatt 10 „Spannende Arbeitsfelder“ schraffieren sie in Einzelarbeit die Segmente, die sie interessieren, in Farbe, jeweils von innen nach außen (10 Min.). Je höher der „Füllungsgrad“, desto höher das Interesse.



Studiengänge in Deutschland

Zeigen Sie dann die Website www.studis-online.de/Studiengaenge am Beamer oder Whiteboard. Über Websites wie diese lassen sich ausgehend von einem Arbeitsfeld potenzielle Studiengänge finden. Weisen Sie auch auf die Möglichkeit hin, bei den Studiengängen in die Lehrpläne zu schauen und zu prüfen, ob die Inhalte wie erwartet passen oder man sich etwas völlig anderes vorgestellt hat. Bitten Sie die Schülerinnen und Schüler dann wieder, die beruflichen Ideen oder interessanten Ausbildungsgänge auf der Ideenliste einzutragen.



Arbeitsblatt 11

Vertiefungsphase: Entscheidung vorbereiten (25 Min.)

Anhand von Arbeitsblatt 11 „Jobideen bewerben sich“ bewerten die Schülerinnen und Schüler ihre Berufsideen. Die Bearbeitung dieses Arbeitsblatts ist als Hausaufgabe vorgesehen. Geben Sie mit einer Schülerin oder einem Schüler jedoch eine Live-Demonstration der Methode aus Arbeitsblatt 11. Damit zeigen Sie den Schülerinnen und Schülern, wie sie zu Hause an der engeren Wahl ihrer beruflichen Ideen weiterarbeiten können. Diese Methode sollte dann eingesetzt werden, wenn eine erste Recherche der Ideen erfolgt ist, sodass sich die Schülerinnen und Schüler unter jeder Idee etwas vorstellen können. Eine vertiefte Recherche muss noch nicht erfolgt sein.

Zeichnen Sie die Tabelle nach der Vorlage aus Arbeitsblatt 11 an die Tafel oder das Whiteboard, lassen Sie den Schüler oder die Schülerin die Must-have-Kriterien einzeln auf kleine Klebezettel schreiben. Die beruflichen Ideen werden dann auf einen andersfarbigen Klebezettel geschrieben. Kleben Sie nun die Kriterien-Klebezettel auf ein Klemmbrett oder etwas Ähnliches, das Sie Ihrem Schüler oder Ihrer Schülerin in die Hand drücken. Besprechen Sie mit ihm oder ihr, ob ein oder zwei Kriterien so herausragend wichtig sind, dass diese einen Faktor bekommen (z. B. Faktor 2 oder Faktor 3). Notieren Sie diesen Faktor auf dem Kriterienzettel.

Klären Sie dann, welche berufliche Idee der Schüler oder die Schülerin zuerst überprüfen möchte (die Kriterienliste auf Arbeitsblatt 11 wird jeweils für eine Jobidee durchgespielt). Überlegen Sie anschließend für jede berufliche Idee gemeinsam, wie stark das Kriterium aller Voraussicht nach bei dieser spezifischen Berufswahl erfüllt wird, und kleben Sie das Kriterium dann an (3 Punkte = stark erfüllt, 2 Punkt = mittelmäßig erfüllt, 1 Punkt = geht so oder 0 Punkte = gar nicht erfüllt). Zählen Sie zum Schluss die Punkte zusammen, multiplizieren Sie auch den Faktor hinein (also Faktor 2 mit 3 Punkten, macht 6 Punkte insgesamt). Wiederholen Sie den Bewertungsprozess mit der nächsten beruflichen Idee. So entsteht ein Ranking der Jobideen.

Auf diese Weise finden die Schülerinnen und Schüler sehr schnell ihre Top-Ideen, mit denen sie dann in die vertiefte Recherche und in persönliche Gespräche gehen können – zudem macht diese Übung der Altersgruppe großen Spaß.

Ende (5 Min.)

Holen Sie reihum ein Abschlussblitzlicht in einem Satz oder als Bildzeitungstitel zu den beiden Doppelstunden Berufswahlunterricht ein.

Didaktische Reserve

Sollten Sie noch Zeit haben, sammeln Sie an der Tafel, welche Fragen Ihre Schülerinnen und Schüler Menschen stellen können, die bereits in dem Beruf arbeiten, den sie anstreben. Führen Sie auch ein kleines Brainstorming zu Wege durch, wie die Schülerinnen und Schüler in Kontakt mit diesen Menschen kommen können.

Impressum

DGUV Lernen und Gesundheit, Weniger Stress bei der Studien- und Berufswahl, September 2020

Herausgeber: Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung (DGUV), Glinkastraße 40, 10117 Berlin

Chefredaktion: Andreas Baader, (V.i.S.d.P.), DGUV, St. Augustin

Redaktion: Karen Guckes-Kühl, Universum Verlag GmbH Wiesbaden, www.universum.de,

E-Mail Redaktion: info@dguv-lug.de

Text: Dr. Martina Nohl, Fortbildungszentrum Laufbahnberatung (FZL) Neckargemünd



Internet-
hinweis



Arbeits-
blätter



Arbeits-
auftrag



Präsentation



Video



Didaktisch-
methodischer
Hinweis



Lehr-
materialien



Distanz-
unterricht