

Ausbildung & Beruf

Sonderbeilage – September 2022

Jetzt auch
digital nutzen
unter
[themenwelten.
rheinpfalz.de](https://themenwelten.rheinpfalz.de)



Geschlechterrollen:

**Männerberufe – Frauenberufe:
Was soll das?**

Theater:

Die Bühne als Arbeitgeber

Die Stärken der Stillen:

Wie Introvertierte Karriere machen

Berufswahl: Von Infoflut überfordert

Viele Jugendliche finden sich einer Untersuchung zufolge in den vielfältigen Informationen zum Thema Berufswahl nur schwer zurecht.

Unter 1666 befragten 14- bis 20-Jährigen bewerteten lediglich 37 Prozent die Unterstützung bei ihrer beruflichen Orientierung als ausreichend. Das geht aus einer repräsentativen Befragung des Instituts iconkids & youth im Auftrag der Bertelsmann Stiftung hervor. Nur ein Viertel der Befragten meint demnach, dass es genügend Informationen gebe und man sich darin gut zurechtfinde. 53 Prozent der Jugendlichen aber sehen sich vom Info-Angebot überfordert.

Die jungen Leute sind bei der Berufsorientierung laut Studie zudem weniger digital orientiert als vermutet. Fast drei Viertel nannten die Eltern als Hauptunterstützer. Für knapp die Hälfte sind Lehrkräfte, Ausbilder und die Berufsberatung wichtigste Info-Quellen. Das Berufsinformationszentrum der Bundesagentur für Arbeit (BIZ) kennen allerdings 65 Prozent, gefolgt von „planet-beruf.de“, den Online-Portalen der Kammern sowie „berufswahlhelfen.de“ oder „aubi-plus.de“.

Die Stiftung betonte, dass es nach den pandemiebedingten Einschränkungen wieder mehr Praktika und Betriebskontakte brauche. |dpa



Illusion und Verwandlung: Make-up Artists lernen in der Ausbildung Stil-, Material- und Werkzeugkunde, Make-up für Theater, Film, Video, TV, Lichtwirkung und Techniken des Hairstylings. Theater sind – neben Film, Fernsehen und Showbusiness – Stätten, in denen Maskenbildner Beschäftigung finden. In Deutschland gibt es – neben 195 Privattheatern – 141 öffentliche Theaterunternehmen. FOTO: PIXABAY/VIRGINIA_DRUCKZENTRUM

Make-up Artist – mehr als nur Schminke

Theater bieten viele Kreativberufe und bilden darin auch aus – Wie man Maskenbildner wird

Wer gerne kreativ arbeitet, findet ein breites Spektrum an Berufen im Theater – und analog im Film und Fernsehen. Der Job des Maskenbildners oder der Maskenbildnerin – auch Make-up Artist genannt – öffnet das Reich der Verwandlung hinter der Bühne oder am Set.

VON BARBARA FELDMANN

Für die Ausbildung zum Maskenbildner oder zur Maskenbildnerin braucht man in der Regel drei Jahre. Nachwuchs wird immer gesucht. Mit dem Abitur in der Tasche kann die Ausbildung sogar auf zwei Jahre verkürzt werden. Da es sich um einen anerkannten Ausbildungsberuf handelt, gibt es mehrere Optionen für einen Einstieg.

Berufsanfänger können sich etwa in der Künstlerwerkstatt eines Theaters bundesweit ausbilden lassen. Das Pfalztheater Kaiserslautern beispielsweise, in unserer Region das größte Dreispartentheater (Musik, Schauspiel, Tanz), bildet in diesem Beruf aus. Hier arbeiten insgesamt 330 Menschen aus 30 Nationen und sorgen in über 400 Vorstellungen im Jahr für das Gelingen der Bühnenillusionen. Da ist der Make-up Artist

Teil eines Kreativteams, das vom Bühnenbildner bis zum Beleuchter viele Berufe umfasst.

Unter den privaten Anbietern in der Musik- und Medienbranche ist die Akademie „Deutsche POP“ deutschlandweit aufgestellt. Hier gibt es unterschiedliche Aufnahmebedingungen, Ausbildungsverläufe sowie Semester- beziehungsweise Modulkosten. Interessant sind hier die große Ausbildungsflexibilität und ein hoher Anteil von Online-Ausbildung. Auch im Atelier eines Filmstudios kann man ausgebildet werden.

Als Voraussetzung für diesen Beruf sollte man unbedingt Fantasie, Kreativität und handwerkliches Geschick mitbringen. Für den, der schon immer Spaß und Talent beim Malen, Dekorieren, Schminken und Verkleiden hatte, kann ein Traumberuf in Erfüllung gehen, der sich in vielen unterschiedlichen Arbeitsumfeldern aus-

üben lässt. Wer von Friseurhandwerk, Kosmetik oder gar Kunsthandwerk herkommt und sich beruflich weiterentwickeln will, bringt bereits beste Grundlagen mit. In der Ausbildung werden schwerpunktmäßig das Modellieren von Masken, das Herstellen von Perücken, Frisieren und das Schminken vertieft.

Besonders spannend ist die Gestaltung von Spezialeffekten wie Wunden und Narben. Alles mit dem Ziel, den Schauspieler für seine Rolle optisch zu verwandeln und auch weiter während der Veranstaltung zu betreten. All das funktioniert nur, weil auch Stil- und Materialkunde oder das Lernen von Licht und seiner Wirkung Bestandteile des Fächerkanons sind.

Das Arbeitsprofil im Maskenbildner umfasst immer eine enge Zusammenarbeit mit Regie und Kostüm- oder Bühnenbild. Hier werden die maskenbildnerischen Konzepte für Bühnen- sowie Film- und Fernsehproduktionen gestaltet und im Team umgesetzt. Viele Maskenbildner/innen, Bühnenbildner/innen und Techniker/innen gehen

in die Selbstständigkeit und werden oft als Externe gebucht für Theaterensembles oder Filmproduktionen, die durch Deutschland und Europa touren. Hier ist Mobilität und Flexibilität ein Muss.

Möchte man die berufliche Karriere an einer Hochschule starten oder weiterentwickeln, gibt es die Möglichkeit, an der Hochschule für Bildende Künste in Dresden ein Studium in „Theaterdesign“ zu absolvieren, das szenische Malerei, Maskenbildner, Theaterplastik und Kostümdesign gemeinsam lehrt.

INFO-BOX

Mehr zu den Berufen am Theater erfährt man im Internet unter: <https://berufe-am-theater.de>; www.azubiyo.de/berufe/maskenbildner; www.ausbildung.de/berufe/maskenbildnerin; www.handwerk.de/infos-zur-ausbildung/ausbildungsberufe/beruf-profile; <https://deutsche-pop.com/de/make-up-artist>; www.hfbk-dresden.de/lehre-forschung/studiengaenge/theaterdesign

ANZEIGE

Schule für Pflegeberufe in Speyer

„Hier kann man sich verwirklichen“

In einem Interview äußert sich Eva Gurses, die in diesem Jahr ihre Ausbildung in der Schule für Pflegeberufe im St. Vincentius-Krankenhaus in Speyer erfolgreich abgeschlossen hat.

Frau Gurses, warum sollte sich ein junger Mensch für den Beruf Pflegefachkraft entscheiden?

Zugegeben, es ist nicht immer einfach. Aber grundsätzlich hat man als Pflegefachkraft unheimlich viel Spaß beim Umgang mit Menschen verschiedener Altersgruppen. Und man kann unglaublich viel machen, es gibt so viele Weiterbildungen, dass ich sie gar nicht alle aufzählen kann. Hier kann man sich verwirklichen.

Dass er sehr, sehr vielfältig ist. Jeden Tag erwartet mich etwas Neues. Und man hat viel Selbstverantwortung, ist aber gleichzeitig in ein Team eingebunden, auf das man sich verlassen kann.

Welche Herausforderungen gibt es?

Zu Beginn war das für mich der Schichtdienst, man muss sehr flexibel sein. Das war schon schwer, aber man gewöhnt sich dran. Die Schule hat uns ausführlich informiert, was auf uns zukommt. Auf die Schule ist Verlass. Sie ist der Angelpunkt, wo man sich hinwenden kann, wenn man Fragen hat. Und es gibt immer einen starken Kursverband, in dem wir uns untereinander helfen.

Was muss ein Berufsstarter mitbringen?

Motivation ist wichtig und ein gewisser Ehrgeiz, das Ganze auch durchzuziehen. Natürlich muss man auch Freude am Umgang mit Menschen haben und gerne im Team arbeiten.

Was macht Ihnen persönlich Spaß an Ihrem Beruf?

Noch Fragen? Die Ausbildung zur Pflegefachfrau oder zum Pflegefachmann dauert drei Jahre. Ausbildungsstart ist zum 1. April oder zum 1. Oktober. Wer reinschnuppern möchte, kann ein pflegerisches Praktikum absolvieren. Mehr Infos: www.vincentius-speyer.de oder www.guterhirte-ludwigshafen.de. |msw



„Jeden Tag erwartete mich etwas Neues“, sagt Eva Gurses nach ihrer Pflegeausbildung. FOTO: SCHULE FÜR PFLEGEBERUFE

IMPRESSUM

Herausgeber: Medien Union GmbH Ludwigshafen
Verlag: RHEINPFALZ Verlag und Druckerei GmbH & Co. KG, Amtsstr. 5 - 11, 67059 Ludwigshafen, Postfach 21 11 47, 67011 Ludwigshafen
Druck: DSW Druck-, und Versanddienstleistungen Südwest GmbH & Co. KG, Flomersheimer Str. 2 - 4, 67071 Ludwigshafen
Servicecenter: Telefon: 0631 3701-6600, Fax: 0631 3701-6601, E-Mail: servicecenter@rheinpfalz.de
Redaktion: mssw Print-Medien Service Südwest GmbH, Kaiser-Wilhelm-Str. 34, 67059 Ludwigshafen, Telefon: 0621 5902-860, Fax: 0621 5902-880, E-Mail: info@mssw-online.de, Christian Roskowitz (verantwortl.)
Titelgestaltung: dpp Ludwigshafen; Foto: Adobe Stock
Anzeigen: Holger Martens (verantwortl.), Leitung überregional: Reinhard Schäfer, Leitung regional: Rainer Zais

Berufswahl ohne Klischees: Männer in „Frauendomänen“

Noch immer werden bestimmte Tätigkeiten mit dem Geschlecht verbunden – Aktionstage helfen, sich neutral zu orientieren

Mit dem Begriff „SAGE“ werden die Berufsfelder Soziale Arbeit, Gesundheit und Pflege sowie Erziehung und Bildung zusammengefasst. Sie werden größtenteils von Frauen dominiert. Warum ist das immer noch so?

Männliche Erzieher, Sozialassistenten oder Hauswirtschaftler trifft man hier nach wie vor eher selten an. All diese Berufe werden typischerweise mit Frauen assoziiert. Dabei sollte es bei der Berufswahl ja eigentlich nicht darum gehen, einer Geschlechterrolle zu entsprechen, sondern einen Job zu finden, der den eigenen Interessen entspricht und Freude bereitet. Was wichtig ist, wenn Jugendliche ohne Rollenklischees im Kopf ihren Karriereweg wählen sollen.

Männerberufe, Frauenberufe: Was soll das eigentlich?

Geht man rein nach Schulnoten und Bildungsabschlüssen, würde man es nicht unbedingt vermuten, doch manche Klischees stimmen leider: „Unsere Auswertung der sozialversicherungspflichtig Beschäftigten zeigt, dass Frauen bei weitem häufiger in den Bereichen Gesundheits- und Sozialwesen, Erziehung, Büro- und Verwaltungsberufe oder auch Verkaufsberufe tätig sind“, sagt Christian Ludwig, Sprecher der Bundesagentur für Arbeit. Männer dagegen seien eher in der Produktion, in Verkehrs- und Logistikberufen sowie im Hoch- und Tiefbau tätig. An der Berufswahl der Geschlechter lassen sich also noch immer deutliche Präferenzen ablesen.

Warum lassen wir uns von Stereotypen so beeinflussen?

„Unsere Geschlechterklischees sind immer noch in der Zweigeschlechtlichkeit organisiert. Dabei wird Weiblichkeit mit Gefühlen, Empathie und sozialer Kompetenz verbunden, Männlichkeit hingegen mit Stärke, Rationalität und technischer Kompetenz“, sagt Juliana Groß. Sie ist Fachreferentin der Initiative „Klischee-

frei“ am Kompetenzzentrum Technik-Diversity-Chancengleichheit.

Die beiden Pole würden dann als „Ausschlussdefinition“ gesehen: Was männlich ist, kann nicht auch weiblich sein und umgekehrt. Viele Jugendliche können laut Groß zwar persönlich nichts mehr mit diesen starren Vorstellungen von Männlichkeit und Weiblichkeit anfangen. Trotzdem wirken diese im Hintergrund als gesellschaftliches Wissen nach und beeinflussen sie. „Menschen, die sich nicht den Geschlechternormen entsprechend verhalten, werden oft kritisch beäugt“, so Groß. Es gelte ins Bewusstsein zu rücken, dass Fürsorge und Empathie keine rein weiblichen Eigenschaften sind. „Es sind menschliche Eigenschaften.“

Neben Rollenerwartungen gibt es aber auch noch einige weitere Faktoren, die junge Männer von einer Ausbildung in sogenannten SAGE-Berufen abhalten. Viele dieser Berufe sind gesellschaftlich weniger anerkannt und werden schlechter bezahlt.

„Auch wenn das Gehalt für viele nicht der entscheidende Faktor bei der Berufswahl ist, kommen junge Männer eher in die Situation, sich deswegen zusätzlich rechtfertigen zu müssen, da die Vorstellung des Mannes als Haupternährers der Familie noch immer weit verbreitet ist“, sagt Groß.

Welche Unterstützung brauchen junge Männer bei der Entscheidung für einen SAGE-Beruf?

„Interessiert sich ein Junge oder junger Mann für eine SAGE-Ausbildung, ist es wichtig, dies nicht zu verbesondern oder als vermeintlich geschlechtsuntypisch herauszu-



Interessieren sich junge Männer für den Erzieherberuf, sollte das von anderen nicht verbesondert oder als vermeintlich geschlechtsuntypisch herausgestellt werden.

FOTO: DPA-TMN

stellen“, rät Juliana Groß. Die Berufswahl sei etwas Persönliches. „Es sollte normal sein, dass ein Mann auch als Erzieher oder Pfleger arbeitet.“

Eine wichtige Rolle spielen auch Angebote wie der Boys' Day, der Jungs einen Einblick in frauendominierte Berufe geben soll. Damit soll über Geschlechterklischees hinweg das Berufswahlspektrum erweitert werden.

Oft sei den Jugendlichen und ihren Eltern gar nicht bewusst, was es alles für Möglichkeiten gibt, so Christian Ludwig. Allerdings gilt: „Diese Aktionstage bringen besonders dann etwas,

wenn sie auch in der Schule vor- und nachbereitet werden.“

Und wie sieht es dann in der Berufspraxis aus?

„Männer sind in Frauenberufen meistens herzlich willkommen“, sagt Juliana Groß, „nicht zuletzt auch wegen des akuten Fachkräftemangels in vielen einseitig von Männern oder Frauen besetzten Berufen.“

Tatsächlich würden im Laufe der Karriere die Geschlechterklischees auch zum Vorteil der Männer arbeiten: „Männer gelangen auch in den typischen Frauenberufen vergleichsweise schnell in Führungsposi-

tionen, weil Führungsstärke besonders mit Männern assoziiert wird“, sagt Groß.

In männlichen Erwerbsbiografien kommen zudem immer noch kaum Teilzeitarbeit oder Auszeiten für die Betreuung von Kindern, Alten und Kranken vor, bei Frauen dagegen umso mehr. Laut Juliana Groß müssen wir daher nicht nur unsere Vorstellung von Führung überdenken, um Geschlechtergerechtigkeit zu erreichen. Auch die Fürsorge und Pflege von Angehörigen müssen Männer und Frauen gleichmäÙiger unter sich aufteilen. |dpa-tmn

ANZEIGE

Recruitingmobil

Im Einsatz für die Ausbildung

„Einsteigen – Aufsteigen“ – unter diesem Motto entsendet das Diakonissen-Stiftungs-Krankenhaus Speyer sein neues Recruitingmobil in die Vorder- und Südpfalz.

Ein ausrangierter Rettungswagen wurde zum rollenden Ausbildungscafé umgebaut und macht Station auf Schulhöfen, Marktplätzen und im Outdoorbereich von Berufsmessen. Das Motto „Einsteigen – Aufsteigen“ steht dabei nicht nur als Schriftzug auf der Seitentür, sondern auch für die Karrieremöglichkeiten im Gesundheitsbereich wie etwa in der Pflege: Mit Fachweiterbildungen oder einem Studium stehen den Auszubildenden nach dem Examen verschiedene Wege offen, um Stationsleitung, Intensiv- und Anästhesiepflegefachkraft, Praxisanleiter oder -anleiterin, Pflegepädagogin oder -pädagoge und vieles mehr zu werden.

„Viele haben falsche Vorstellungen von den Gesundheitsfachberufen“, berichtet Michael Wendelken, Beauftragter Personalgewinnung bei den Diakonissen Speyer, der mit dem Recruitingmobil unterwegs ist – gerne auch mal im Tandem

mit Auszubildenden und Kolleginnen und Kollegen der Diakonissen Pflegehochschule Speyer. „Wir möchten mit jungen Menschen persönlich ins Gespräch kommen, um über die positiven Seiten und die Entwicklungsmöglichkeiten sowie Verdienstmöglichkeiten in der Pflege aufzuklären.“ So erhalten z.B. frisch examinierte Pflegefachkräfte im Diakonissen-Stiftungs-Krankenhaus Speyer ein Einstiegsgehalt von über 3200 Euro plus 13. Monatsgehalt und weiteren Zulagen.

Das Recruitingmobil soll ermöglichen, sich in angenehmer Atmosphäre über Ausbildung und Perspektiven zu informieren. Der Innenbereich wurde dafür umgestaltet und bietet Platz für eine gemütliche Sitzzone mit Fernsehmonitor. Auf dem Dach sorgt eine Solaranlage für umweltfreundlichen Strom für Kühlschrank und Kaffeemaschine. Beste Voraussetzungen für ein entspanntes Gespräch über die berufliche Zukunft.

Ansprechpartner: Diakonissen Speyer, Michael Wendelken, Tel. 06232 22-1352, michael.wendelken@diakonissen.de. |msw



Ein ehemaliger Krankenwagen dient den Diakonissen als Recruitingmobil.

FOTO: DIAKONISSENKRANKENHAUS SPEYER/FREI



ZUKUNFTSZIELE

Die Karriereplattform für junge Talente

powered by DIE RHEINPFALZ

Besuche unsere virtuelle Aus- und Weiterbildungsmesse ZUKUNFTSZIELE vom 6. - 16. Oktober 2022!

Informiere dich umfassend über deine Möglichkeiten und trete mit folgenden Ausbildungsunternehmen direkt in Kontakt:

Agentur für Arbeit
Ob Ausbildung oder Studium: Die Agentur für Arbeit bringt Menschen weiter und bietet Bewerbern attraktive Karrierewege.

Agentur für Arbeit – Berufsberatung
Die Berufsberatung unterstützt junge Menschen bei der Studien- und Berufswahl, während der Ausbildung und am Jobanfang. Mit der Berufsberatung werden die wichtigsten Fragen zur beruflichen Zukunft geklärt.

Alten- und Pflegeheime der Stadt Ludwigshafen – Haus Friesenheim
Das Haus Friesenheim ist eine vollstationäre Pflegeeinrichtung, die Seniorinnen und Senioren gute Versorgungsstandards in allen Bereichen bietet. Im Haus Friesenheim wird der Ausbildungsberuf zur / zum Pflegefachmann / frau sowie zum/ zur Pflegehelfer/in angeboten.

Asklepios Südpfalzklinden
Die Klinikstandorte Kandel und Gernersheim stellen für die Bevölkerung des Landkreises Gernersheim die Grund- und Regelversorgung dar. Hinter der hervorragenden Qualität in Diagnostik und Therapie stehen Kompetenz, Motivation und Kooperation aller Mitarbeiter der Asklepios Südpfalzklinden im Vordergrund. Mit vielfältigen Ausbildungsberufen wird in den Südpfalzklinden der Grundstein für eine starke Gesundheitsversorgung von morgen gelegt.

BASF SE
Die BASF hat mehr zu bieten als nur Chemie. Interessiert? Auf der Karriereseite gibt es alle wichtigen Informationen zum Karrierestart: www.basf.com/ausbildung

DIE RHEINPFALZ
DIE RHEINPFALZ ist einer der größten regionalen Zeitungsverlage in Deutschland. Täglich nutzen rund 580.000 unserer Leser (MA 2022) die Tageszeitung, um sich über das aktuelle Geschehen regional, bundes- als auch weltweit zu informieren.

Diversey Deutschland
Diversey bietet innovative Hygiene- und Reinigungslösungen. Als Arbeitgeber engagiert sich das global-agierende Unternehmen für Vielfalt, Offenheit und Achtsamkeit.

Frey & Kissel SBK
Der Kissel Unternehmensgruppe gehören neben den Edeka-Kissel-SBK-Einzelhandelsmärkten auch viele weitere Unternehmen der Nahversorgung an. Seit nunmehr 95 Jahren sind für den Kissel-Erfolg vor allem die Mitarbeiter und Kollegen verantwortlich – das sind heute 1500 Kisselaner mit Know-How und Kreativität.

Globus
Die Ausbildung bei GLOBUS bietet viele Möglichkeiten: Neben einer umfassenden fachlichen Ausbildung legt GLOBUS auch großen Wert auf die persönliche Entfaltung der Nachwuchskräfte, um ihnen einen optimalen Berufseinstieg zu bieten. Der GLOBUS Nachwuchs kann sich schon ab dem ersten Tag in das Unternehmen mit einbringen und Verantwortung übernehmen.

Körper Supply Chain Automation
Die Körper Supply Chain Automation Eisenberg GmbH ist ein führender, internationaler Anbieter von Transport- und Palettieranlagen sowie Intralogistiklösungen für eine Vielzahl von Branchen. Dabei liegt die besondere Stärke in der modularen Bauweise der Anlagen im Bereich Palettierung, Palettentransport und Stückgutfertertechnik. Das Ergebnis sind individuell auf den Kunden zugeschnittene Automationslösungen für verschiedenste Branchen.

MWS Mediawerk Südwest
Von der Mediaberatung, Print- und Digitalwerbung bis hin zu Content- und Konzept-Lösungen. Über 130 kompetente Vermarktungsexperten produzieren intelligente Media-Lösungen rund um die gedruckten und digitalen Produkte der RHEINPFALZ Mediengruppe.

Smart CRM
Smart CRM sind 50 kreative Köpfe, die seit 1992 von der Südpfalz aus maßgeschneidertes CRM für den Mittelstand entwickeln. Entwicklung, Projektleitung & Hotline in einem Haus ermöglichen hohe Flexibilität & persönliche Betreuung.

Technologie-Netzwerk Südpfalz
Das TechNetz Südpfalz wird getragen von mehr als 30 Unternehmen, die für ca. 5.000 Arbeitsplätze in der Region stehen. Unter dem Motto „MACH MINT Südpfalz“ gibt das Netzwerk einen Einblick in technische Berufe und Studienmöglichkeiten – so auch dem neuen Bachelor Digital Engineering im Studienzentrum Gernersheim.

Brillen Bott

Caritasverband Speyer

Handwerkskammer der Pfalz

Sparkasse Donnersberg

Südzucker

Mach mit beim Gewinnspiel und gewinne VIP-Tickets für den 1. FC KAISERSLAUTERN und die ADLER MANNHEIM sowie weitere Preise!

Scan mich:



Handwerkskammer
der Pfalz

**Was mit Sinn?
Was mit Zukunft?
Was mit den Händen!**

Starte jetzt deine Ausbildung.

Team Ausbildung
Thorsten Reuquadt
Telefon 0631 3677-234

ausbildung@hwk-pfalz.de
www.hwk-pfalz.de/ausbildungfertigos



Auf die Frage, wie es nach dem Schulabschluss weitergehen könnte, will die virtuelle Aus- und Weiterbildungsmesse „Zukunftsziele“ der RHEINPFALZ Antworten geben. Sie wird zum zweiten Mal angeboten. Die virtuelle Eingangslobby eröffnet die Wege durch die Online-Plattform.

FOTO: DIE RHEINPFALZ

Wegweiser zu den „Zukunftsziele“

Im Oktober bietet die RHEINPFALZ wieder eine virtuelle Aus- und Weiterbildungsmesse an

DIE RHEINPFALZ veranstaltet nach einer erfolgreichen Erstaufflage im vergangenen Jahr auch in diesem wieder eine virtuelle Aus- und Weiterbildungsmesse.

Vom 6. bis 16. Oktober wird die Online-Veranstaltung mit dem Titel „Zukunftsziele“ die Zukunft von morgen mit Ausbildungsunternehmen und Bildungseinrichtungen aus der Region zusammenbringen.

„Die Schule ist fast geschafft, aber was kommt dann?“ – mit dieser Frage beschäftigen sich vor allem junge Menschen, die sich in ihrer beruflichen Orientierungsphase befinden. Ein neuer Lebensabschnitt stellt viele Schulabgänger vor eine schwere Entscheidung, denn die Möglichkeiten sind sehr vielfältig: ein Praktikum machen, einen Freiwilligendienst absolvieren, eine Ausbildung beginnen, studieren gehen oder eine Auslandsreise antreten.

Auf der anderen Seite zeigen die jüngsten Zahlen der Industrie- und Handelskammer Rheinland-Pfalz, dass Unternehmen weiterhin mit dem

Fachkräftemangel, besonders im Ausbildungsmarkt, konfrontiert sind: Rund die Hälfte der befragten Unternehmen konnten 2021 seine Ausbildungsstellen nicht besetzen.

Kostenlos und ohne Registrierung

Vom Nachwuchsproblem betroffen sind Betriebe aus allen Branchen, darunter etwa Unternehmen aus der Industrie, dem IT-Sektor, dem Handwerk, aber auch der Medienbranche. Nachdem DIE RHEINPFALZ bereits 2021 eine virtuelle Ausbildungsmesse veranstaltete, können sich Schulabgänger und junge Menschen in der beruflichen Orientierungsphase auch in diesem Jahr auf vielfältige Aus- und Weiterbildungsangebote freuen.

„Zukunftsziele“ wird von 6. bis 16. Oktober – also kurz vor

den Herbstferien in Rheinland-Pfalz – kostenlos und ohne Registrierung oder vorige Anmeldung zugänglich sein. Bereits im Vorfeld werden die Schulabgänger über bestehende Kooperationen der RHEINPFALZ für die Messe begeistert. Schülerinnen und Schüler können im Messezeitraum rund um die Uhr durch die thematisch sortierten, virtuellen Messehallen laufen und sich an den „Messeständen“ mit Infomaterial, Fotos und Videos versorgen.

Gewinnspiel mit spannenden Sachpreisen

Darüber hinaus wird es auch direkte Dialog-Elemente – vom Mailformular bis hin zum Live-Chat – geben. Besonders spannend sind die während der gesamten Messelaufzeit angebotenen Live-Video-Konferenzen: Unternehmen und Institutionen haben hier die Möglichkeit in den Face-to-Face-Dialog mit der jungen Zielgruppe zu treten.

Ein Zeitplan wird rechtzeitig vor Messestart auf den Kanälen der RHEINPFALZ kommuniziert werden. Rund um die virtuelle Aus- und Weiterbildungsmesse wird DIE RHEINPFALZ zudem ein Gewinnspiel mit spannenden Sachpreisen veranstalten – mit etwas Glück können sich die Teilnehmerinnen und Teilnehmer schon bald über einen der attraktiven Preise freuen, die zu gewinnen sind.

„Zukunftsziele“ bietet Ausbildungsbetrieben der Region die Chance, ihre Zielgruppe dort zu treffen, wo sie vorrangig unterwegs ist – im Netz. |msw

INFO

Weitere Informationen zur virtuellen Ausbildungsmesse gibt es im Internet unter der Adresse: zukunftsziele.online.

Für Anfragen steht der Vermarktungspartner der RHEINPFALZ Mediengruppe, Mediawerk Südwest, zur Verfügung: zukunftsziele@mediawerk-suedwest.de, Telefon: 0621 5902-579.

ANZEIGE

Agentur für Arbeit informiert

Eltern sind wichtige Partner bei Berufswahl

Bei der Suche nach dem richtigen Ausbildungsplatz können Väter und Mütter ihre Sprösslinge auf vielfältige Weise unterstützen.

Es ist meist die erste wirklich bedeutsame Entscheidung, die junge Leute treffen müssen, und sie fällt in eine Zeit, in der bei ihnen die Verunsicherung ohnehin groß ist: Wenn es um Beruf und Ausbildung geht, beobachten Eltern die Unentschlossenheit ihres Nachwuchses meist mit wachsender Besorgnis – und fühlen sich oft genauso hilflos wie die jungen Leute selbst. Doch Eltern können die Kinder vielfältig unterstützen. Denn auch wenn Jugendliche sich in der

Pubertät zunehmend von zu Hause abnabeln und nur noch eingeschränkt auf den Rat ihrer Eltern eingehen, bleiben Vater und Mutter bei der Orientierung auf dem Ausbildungsmarkt in den allermeisten Fällen wichtige Vorbilder und Ansprechpartner. Angesichts eines Ausbildungsmarktes, der sich in den vergangenen 20 Jahren rasant verändert hat und eine kaum überschaubare Fülle von Möglichkeiten bietet, ist es allerdings oft nicht einfach, immer die passenden Ratschläge parat zu haben.

Die Agentur für Arbeit hält deshalb vielfältige Unterstützungsangebote bereit, die

auch für Eltern, die ihre Söhne und Töchter auf dem Weg in den Beruf begleiten wollen, eine kostbare Hilfe sein können.

Wichtig ist es, sich frühzeitig mit dem Thema zu beschäftigen. Denn gerade junge Leute können oft schlecht einschätzen, wie viel Zeit nötig ist, um sich umfassend zu informieren. Zwei Jahre vor dem Schulabschluss sollten erste Informationen eingeholt werden. Dann bleibt ausreichend Zeit, um Interessen und Talente noch genauer auszuloten und mit dem einen oder anderen Praktikum in den Alltag verschiedener Berufe hineinzuschmecken. Auf der Internetseite der

Agentur für Arbeit ist eine Fülle von Informationen hinterlegt, um sich mit dem modernen Ausbildungsmarkt vertraut zu machen. Eltern sind auch beim Team der Berufsberatung willkommen, denn oft ist es für Jugendliche eine große Unterstützung, wenn sie diesen wichtigen Termin gemeinsam mit ihrem Vater oder ihrer Mutter wahrnehmen können.

Onlineangebote gibt es auf www.arbeitsagentur.de.

Termine bei der Berufsberatung der Arbeitsagenturen Kaiserslautern-Pirmasens, Landau und Ludwigshafen können vereinbart werden unter der kostenlosen Hotline 0800 4 5555 00. |msw

ANZEIGE

Karriere bei der Sparkasse Rhein-Haardt

Viele Türen stehen offen

Entdecke Deine neue Perspektive, Ausbildungs- und Karrierechance bei deiner Sparkasse und werde Teil von Europas größter Finanzgruppe! Steige ein in die faszinierende Welt der Finanzen und plane mit deiner Ausbildung bei uns einen perfekten Einstieg ins Berufsleben.

Die Ausbildung bietet dir eine zukunftssichere Perspektive. Und ganz gleich, ob du sofort deinen Traumjob findest oder du dich in der Sparkasse Rhein-Haardt noch weiterentwickeln möchtest – bei uns stehen dir viele Türen offen.

Willst du mit deiner Arbeit etwas Gutes tun? Dann bist du bei uns richtig, denn die Sparkassen sind der größte nichtstaatliche Förderer von Sport, Kunst und Kultur in Deutschland.

Entscheide dich für eine Ausbildung, die dir jeden Tag etwas Neues bietet!

Während deiner Ausbil-

dung durchläufst du viele Abteilungen und lernst unsere Filialen, die Immobilienzentren und unser Gewerbe- und Firmenkundengeschäft kennen. Deine Ausbildung findet in einem Wechsel zwischen Berufsschule und Sparkasse statt.

Folgende Ausbildungswege bieten wir an:

- Bankkaufmann (m/w/d) 2,5 Jahre
- Bankkaufmann (m/w/d) 2 Jahre
- Kaufmann für Dialogmarketing (m/w/d) 3 Jahre
- duales Studium „BWL-Finanzdienstleistungen“

- Und das bringst du mit:
 - Aufgeschlossenheit, Motivation, Ideen und Teamgeist.
 - Du bist offen, freundlich und verantwortungsbewusst.
 - Du überzeugst durch Serviceorientierung und Kommunikationsfähigkeit.
 - Du hast Freude am Um-



Willkommen im Team der Sparkasse Rhein-Haardt: Zwölf junge Frauen und Männer (neun Auszubildende zur Bankkauffrau/zum Bankkaufmann und zwei dual Studierende) sind am 1. August 2022 bei der Sparkasse Rhein-Haardt ins Berufsleben gestartet.

FOTO: SPARKASSE RHEIN-HAARDT

gang und der Arbeit mit digitalen Medien.

- Einen qualifizierten Schulabschluss: Mittlere Reife, Fachhochschulreife oder Allgemeine Hochschulreife.

Nimm deine Zukunft in die Hand und bewirb dich auf unserer Homepage: sparkasse-rhein-haardt.de/karriere. Wir freuen uns auf dich! |msw

Schule für
Pflegerberufe
Speyer
Eine Einrichtung der Caritas des St. Viktor
der Niederbrombacher Schwestern

Start
1.04. oder 1.10.
Jetzt bewerben!

Ein Beruf der alles kann.
Ausbildung zur Pflegefachfrau/ zum Pflegefachmann

Hier gibt 's mehr Infos:
www.vincentius-speyer.de oder
www.guterhirte-ludwigshafen.de

Folge uns auf Instagram!
KIST_NIEDERBROMBACHER_SCHWESTERN

**Ausbildung und
duales Studium
bei HORNBACH**

Unser Ausbildungsangebot

- Verkäufer
- Kaufmann im Einzelhandel
- Kaufmann für Büromanagement
- Kaufmann für Groß- und Außenhandelsmanagement
- Kaufmann im E-Commerce
- Fachinformatiker
- Mediengestalter
- Kaufmann für Dialogmarketing
- Fachkraft für Lagerlogistik
- Kaufmann für Spedition- und Logistikdienstleistungen
- Fachlagerist

Unser Abiturientenprogramm

- Kaufmann im Einzelhandel und Handelsfachwirt

Unsere dualen Studiengänge

Bachelor of Arts

- BWL-Digital Commerce
- BWL-Handel
- BWL-Personalmanagement
- BWL-Spedition, Transport und Logistik
- Digitale Medien
- Onlinemedien

Bachelor of Engineering

- Bauwesen – Projektmanagement
- Digitale Logistik

Bachelor of Science

- Wirtschaftsinformatik
- Angewandte Informatik
- Cyber Security

JETZT FÜR 2023 BEWERBEN!

www.hornbach.de/heldengesucht

Folge uns:
HORNBACH_JungeHelden

HORNBACH
Es gibt immer was zu tun.

Wie Introvertierte Karriere machen können

Eher in sich gekehrte Menschen haben besondere Stärken, sind aber schlechte Selbstvermarkter

Beim Thema Karriere spielen Selbstvermarktung und Netzwerk eine große Rolle. Nicht die größten Stärken von Introvertierten. An einer erfolgreichen Berufslaufbahn muss sie das aber nicht hindern.

Wahrscheinlich hat sich jeder schon mal geärgert, dass der Kollege, der als erstes und am lautesten etwas sagt, die Aufmerksamkeit der Führungskraft und des Teams bekommt – selbst wenn das Gesagte nur heiße Luft ist. Zumindest als introvertierte Person dürfte einem dieses Szenario bekannt vorkommen.

Mittlerweile wissen Personalverantwortliche zwar, dass die Stilleren im Team genauso wichtige Beiträge zum Erfolg leisten. Introvertierten fällt es gleichwohl oft schwer, den angemessenen Respekt für ihre Leistung einzufordern.

Waren introvertierte Menschen nicht einfach diese schüchternen Eigenbrötler, die sich still in der hintersten Reihe verkriechen? Während Extravertierte die geselligen Stimmungskanonen sind? Ganz so einfach ist es nicht.

„Kurz gesagt schöpft der Extravertierte Kraft aus der Gesellschaft von anderen Menschen, der Introvertierte hingegen aus dem Alleinsein“, sagt Sylvia Löhken, die mehrere Bücher zum Thema verfasst hat. „Trotzdem kennen beide ein Bedürfnis nach menschlicher Nähe und nach Rückzug, nur setzen sie das auf unterschiedliche Weise um.“

Dem Kinder- und Jugendpsychotherapeuten Ralph Schlieven zufolge kann man sich das am besten als zwei Pole auf einem Kontinuum vorstellen. „Alle Menschen liegen irgendwo dazwischen.“ Bereits im Säuglingsalter lasse sich feststellen, wer wohin tendiert.

Die Schaffenskraft Introvertierter kommt von innen, sie brauchen Zeit und insbesondere eine reizarme Umgebung und Ruhe. Extravertierte dagegen mischen gern überall mit und reden meist viel, „weil sie die Tendenz haben, zu sprechen, um zu denken, und aus dem Kontakt mit ihren Kollegen Energie schöpfen“, sagt Petra Lienhop, die sich als Coachin unter ande-

rem auf Selbstmarketing spezialisiert hat.

Das sei auch der Grund, warum Introvertierten Small Talk oft nicht besonders liegt. Sie wollen in der persönlichen Begegnung in die Tiefe gehen. Für Extravertierte sei Small Talk dagegen perfekt, um in Schwung zu kommen.

„Introvertierte lassen sich zudem emotional nicht immer so schnell mitreißen. Sie mögen zwar nicht überschwänglich ih-

re Begeisterung für einen Vorschlag zum Ausdruck bringen, doch ebenso wenig lassen sie sich direkt von negativen Gefühlen beeinflussen“, sagt Lienhop.

Bekommen ein introvertierter und extravertierter Kollege eine knappe Deadline vorgegeben, würde der Introvertierte tendenziell nüchtern bleiben und sich schon mal an die Bewältigung der Aufgabe machen, während sich der Extravertierte noch lange darüber aufregt.

Introvertierte zeichnen sich besonders durch ruhiges, konzentriertes Arbeiten und tiefgreifende Überlegungen aus, sagt Sylvia Löhken: „Analyti-

sches Denken, Beharrlichkeit und Unabhängigkeit sind Stärken von Introvertierten.“

Darüber hinaus punkten sie mit gutem Risiko-Management und Einfühlungsvermögen. Sie können gut zuhören und beobachten. Auf der anderen Seite seien Introvertierte von schnellleibigen Arbeitskontexten oft überstimuliert, da bei ihnen dann eine Art Reizüberflutung einsetzt.

Sich selbst in den Vordergrund zu spielen, liegt Introvertierten oft nicht. „Extravertierte feiern ihre Leistungen mit anderen, weil sie am besten unter Menschen auftanken können, um Energie zu schöpfen“, sagt Lienhop. Introvertierte dagegen würden dazu neigen, ihre guten Leistungen regelrecht zu vergessen.

Sie brauchen den zusätzlichen Energieschub des Lobs weniger. „Sie schöpfen Energie aus dem Alleinsein. Deswegen tut es ihnen gut, an ihre Erfolge erinnert zu werden, durch einen Mentor oder Kollegen oder indem sie ein Erfolgstagebuch führen“, sagt Petra Lienhop.

Wichtig sei, die eigene Energie weise einzusetzen. Wo lohnt es sich, ins Außen zu gehen? Das kann ein Projekt sein, das sich introvertierte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter gezielt aussuchen oder eine Veranstaltung zu einem Thema, für das sie brennen. „Dort können sie sich bewusst präsentieren und dann wieder ihre leisen Stärken für sich sprechen lassen“, rät Sylvia Löhken.

„Introvertierte neigen oft dazu, hohe Ansprüche an sich selbst und ihre Arbeit zu stellen und meinen, eine Führungsposition erst dann annehmen zu können, wenn sie sich absolut sicher sind, dass sie diese perfekt ausfüllen können“, so Lienhop.

Introvertierte im Unternehmen aufzubauen, erfordert also oft etwas Zeit. Das lohnt sich aber, ist sich Lienhop sicher: „Introvertierte pflegen oft einen aufmerksamen und integrativen Führungsstil, was gut zu unserer aktuellen Vorstellung von Teamarbeit passt.“ |dpa/tmn



Ruhe, bitte: Energie schöpfen Introvertierte, wenn sie Zeit für sich haben – auch am Arbeitsplatz. FOTO: DPA-TMN

JETZT BEWERBEN FÜR 2023!

IMMOBILIENKAUFMANN/KAUFFRAU (m/w/d)

gewo
WOHNEN GMBH

Ihre Bewerbung schicken Sie bitte per E-Mail an ausbildung@gewo-speyer.de

Nähere Infos zur Ausbildung unter: www.gewo-wohnen.de

Kontakt:
Christine Auer-Spindler
Telefon 06232 9199-13

Warum dieser Ausbildungsberuf so super ist?

Die Mischung aus Büro und Kundenkontakt, aus kaufmännischen, rechtlichen und sozialen Inhalten sowie technischen Grundkenntnissen macht's!

Toller Beruf sucht tolle Azubis! Los geht's am 1.8.2023!
Das sollten Sie mitbringen:

- ✓ Qualifizierter Sekundarabschluss
- ✓ kaufmännisches Interesse
- ✓ Freude an kundenorientierter Arbeit
- ✓ Einsatzbereitschaft
- ✓ keine Angst vor Zahlen
- ✓ Lust auf Lernen und Weiterbildung

Immobilienkaufleute beschäftigen sich mit Fragen rund ums Wohnen: Vermietung, Instandhaltung, Modernisierung und Betriebskostenabrechnung zählen zu ihren Aufgaben. Sie helfen anderen Menschen, gut zu wohnen – ob zur Miete, genossenschaftlich oder im Eigentum.



Jetzt bewerben!

Diakonissen-Stiftungs-Krankenhaus Speyer

Du suchst noch einen Ausbildungsplatz?

Dann komm in unser Team und starte zum **01.10.22** oder **01.04.23** Deine Ausbildung als

Pflegfachkraft (w/m/d)

an unserer Diakonissen Pflegeschule Speyer.



Wir bieten Dir

- eine attraktive Ausbildungsvergütung von 1.190 €–1.363 € plus 13. Monatsgehalt
- zum Ausbildungsbeginn ein eigenes iPad inklusive Pencil
- eine persönliche Betreuung durch unsere Praxisanleiter
- Unterstützung bei Auslandspraktika (bei Wunsch)

Bewerbungsadresse:

pflegeschulen@diakonissen.de

Ansprechpartnerin bei Rückfragen:

Tanja Schaller, Schulleitung, Tel. 06232 22-1440

Weitere Infos unter

www.diakonissen.de/ausbildung-karriere/



Diakonissen-Stiftungs-Krankenhaus Speyer

ANZEIGE

Zukunftschance Handwerk

Ausbildungsstart ist jederzeit möglich

Mit über 130 Ausbildungsberufen bietet das Handwerk vielfältige Möglichkeiten für Auszubildende. Für jeden gibt es eine passende und zukunftssichere Perspektive.

Denn die Aufstiegschancen im Handwerk sind bestens: Eine Ausbildung ist der ideale Start ins Berufsleben und Grundstein für weiterführende Karrieren bis hin zur Meisterprüfung oder einem Hochschulstudium. Mit modernen Berufen, innovativen Technologien und spannenden Ausbildungsinhalten können sich die Jugendlichen selbst verwirklichen.

Der Start in die Ausbildung ist über den Beginn im August oder September hinaus jederzeit möglich. Die Coaches für betriebliche Ausbildung bei der Handwerkskammer der Pfalz helfen Jugendlichen dabei, ihren Wunschberuf und den dazu passenden Betrieb zu finden. Sie führen persönliche Beratungsgespräche und nehmen sie in die Bewerberdatenbank auf. Außerdem geben sie hilfreiche Tipps zur Bewerbung und checken die Bewerbungsunterlagen. Die Coaches vermitteln passgenau zwischen dem Bewerber

und einem ausbildungsberreiten Unternehmen und geben wichtige Infos mit auf den Weg in die Ausbildung.

Darüber hinaus stehen die Coaches auch auf Ausbildungsmessen zur Verfügung. So nimmt die Handwerkskammer der Pfalz an der virtuellen Rheinland-Pfalz Ausbildungsborse „Zukunftsziele“ von 6. bis 16. Oktober teil. Wer an einer handwerklichen Ausbildung interessiert ist und noch keinen Ausbildungsplatz gefunden hat, kann am virtuellen Messtand vorbeischaun und sich beraten lassen.

Das Projekt „Coach für betriebliche Ausbildung“ wird gefördert durch das Ministerium für Wirtschaft, Verkehr, Landwirtschaft und Weinbau Rheinland-Pfalz und die Regionaldirektion Rheinland-Pfalz-Saarland der Bundesagentur für Arbeit.

Kontakt

Jessica Fornaro: jfornaro@hwk-pfalz.de, Telefon: 0621 53824-20;

Sabine Theisen-Kröner: stheisen-kroener@hwk-pfalz.de, Tel. 06341 9664-30; Internet: hwk-pfalz.de/ausbildungfertiglos. |msw

ANZEIGE

Stadtverwaltung Neustadt

Modern und hoch technisiert aufgestellt

Bei der Stadtverwaltung Neustadt gibt es Vorteile statt Vorurteile. Verstaubte Aktenberge und Rechenschieber waren gestern. Denn die Verwaltung ist modern und hoch technisiert aufgestellt. Ihren engagierten 1200 Beschäftigten bietet sie vielfältige Einsatzmöglichkeiten.

Die verschiedenen Fachbereiche befassen sich mit vielfältigen Aufgaben von A wie Abfall bis Z wie Zensus – es gibt kaum eine Lebenslage, in der die Stadtverwaltung nicht aktiv ist.

Auszubildende und Studierende erhalten bei der Stadtverwaltung eine fundierte, qualitativ hochwertige Ausbildung, und nahezu alle Nachwuchskräfte werden nach ihrer Ausbildung oder ihrem Studium auch übernommen. Klar kennen sich nicht über 1200 Mitar-



Das Rathaus in Neustadt.

FOTO: JOCHEN HEIM/FREI

beitende bei der Stadt Neustadt an der Weinstraße beim Vornamen – das hält

die Beschäftigten aber nicht davon ab, gemeinsam für diese Stadt an einem Strang

zu ziehen. Sie verstehen sich als Kolleginnen und Kollegen, sie arbeiten, so oft es geht, bereichsübergreifend, gehen wertschätzend miteinander um und helfen sich gegenseitig.

Das Angebot der Stadtverwaltung an Ausbildungs- und Studienplätzen umfasst unterschiedliche duale Studiengänge, Ausbildungen im handwerklichen Bereich, im Sozialwesen, aber auch jede Menge Einsatzplätze im Bereich der Freiwilligendienste. Um ein Teil davon zu werden, kann man sich umfassend informieren auf der Karriereseite www.neustadt.eu/karriere.

Für Fragen steht Thomas Karl allen Interessierten unter der Telefonnummer 06321 8551311 oder über die E-Mail-Adresse: ausbildung@neustadt.eu zur Verfügung. |msw



Die Ausbildung bei der Sparkasse

Wir bieten eine fundierte Ausbildung, spannende Positionen und hervorragende Aufstiegschancen.

Du könntest bald dazugehören.

www.sparkasse-vorderpfalz.de/ausbildung

Sparkasse Vorderpfalz

Schlenotronic®
IT-Systemhaus
Für das kommende Ausbildungsjahr bieten wir:
Ausbildung zum Kaufmann-/frau für IT-System Management
Nähere Infos auf unserer Homepage: www.schlenotronic.de
Adam-Opel-Straße 1 · 67227 Frankenthal · Tel.: 06233 7706-0
schlenotronic.de • ausbildung@schlenotronic.de

BERND BLINDOW SCHULEN MANNHEIM
blindow.de

Berufe mit Zukunft!
Ausbildung | Studium
Pharmazie (schulgeldfrei)
Grafik-Design
Physiotherapie
Ausbildungsbegleitendes Studium:
Pharmamangement (B.Sc.)
Kommunikationsdesign (B.A.)
Physiotherapie (B.Sc.)
Infos & Beratung: 0621 4017 28 10 und 0621 1504 73 0 (nur Physiotherapie)

Akademie für Kommunikation in Baden-Württemberg

GEÖFFNET
26.10.2022
INFOABEND
18.00 - 18.45 UHR
Anmeldung per Mail an [Mannheim@akademie-bw.de](mailto:m Mannheim@akademie-bw.de)

FILM & VIDEO GRAFIK DESIGN
MULTI MEDIA MODE DESIGN
DIE KREATIVE SCHULE IN MANNHEIM

afk.mannheim
BERUFAUSBILDUNG UND FH-REIFE IN MANNHEIM
68165 MANNHEIM | AUGUSTANLAGE 32 | 0621 / 32 47 09-20
www.akademie-bw.de/mannheim

Azubis für 2023 gesucht:
Am Standort Ludwigshafen.

KFZ-Mechatroniker (m/w/d)
Automobilkaufmann (m/w/d)
Haben wir Dein Interesse geweckt?
Für mehr Infos einfach den QR Code scannen.

SCHERER
scherer-gruppe.de

Bildungsgutschein als Schlüssel zum neuen Job

Unter bestimmten Voraussetzungen fördert die Agentur für Arbeit Umschulungen und Weiterbildungen

Wer einen Bildungsgutschein von der Agentur für Arbeit oder dem Jobcenter vorweisen kann, muss für eine Weiterbildung oder Umschulung nichts zahlen. Aber wer bekommt diese Leistung überhaupt? Und was ist das, ein Bildungsgutschein?

Arbeitslos oder von Arbeitslosigkeit bedroht? Da kann es sinnvoll sein, sich beruflich neu zu orientieren – sprich: sich weiterzubilden oder eine Umschulung zu machen. Bleibt die Frage nach der Finanzierung: Teilnahmegebühren sowie Fahrt- und Prüfungskosten können gehörig ins Geld gehen. Deshalb gibt es Möglichkeiten, sich finanziell fördern zu lassen.

Zum Beispiel mit einem Bildungsgutschein. „Mit einem solchen Gutschein bestätigt die zuständige Agentur für Arbeit oder das Jobcenter einem schriftlich, für sämtliche Weiterbildungskosten aufzukommen“, sagt Martina Westphalen, Beraterin beim Institut für Berufliche Bildung (IBB).

Die Vorgehensweise ist so: Wer einen Bildungsgutschein haben möchte, muss ihn bei der zuständigen Agentur für Arbeit oder dem zuständigen Jobcenter beantragen. „Dies erfolgt in einem persönlichen Gespräch“, sagt Christian Ludwig von der Zentrale der Bundesagentur für Arbeit in Nürnberg.

In dem Gespräch lotet die Sachbearbeiterin oder der Sachbearbeiter aus, ob im konkreten Fall die Voraussetzungen für einen Bildungsgutschein erfüllt sind. So kann zum Beispiel einen Bildungsgutschein erhalten, wer erwerbslos, von Arbeitslosigkeit bedroht oder arbeitssuchend ist. Auch Beschäftigte, die eine Fortbildung benötigen, um ih-

ren Arbeitsplatz zu sichern, können berechtigt sein. Genauso können diejenigen einen Bildungsgutschein beantragen, die nach langer Krankheit oder nach einer Familienpause wieder in den Beruf einsteigen und sich dafür entsprechend qualifizieren wollen.

Welche Voraussetzungen erfüllt sein müssen

Eine grundsätzliche Voraussetzung für die Weiterbildungsförderung: „Sie muss notwendig sein, um den Antragsteller oder die Antragstellerin in den Arbeitsmarkt einzugliedern, eine drohende Erwerbslosigkeit abzuwenden oder einen fehlenden Berufsabschluss nachzuholen“, so Westphalen.

Bevor die zuständige Agentur für Arbeit den gewünschten Bildungsgutschein aushändigt, prüft sie auch, ob der Interessent oder die Interessentin für das anvisierte berufliche Ziel überhaupt persönlich geeignet ist. „Dafür binden die Sachbearbeiter gegebenenfalls den Berufspsychologischen Service oder den Ärztlichen Dienst der Bundesagentur für Arbeit ein“, sagt Ludwig. Auch sollte man ausloten, ob es für die angestrebte Qualifikation einen Arbeitsmarkt gibt. „Hilfreich kann hier sein, dem Sachbearbeiter oder der Sachbearbeiterin entsprechende Stellenangebote zu präsentieren“, so Westphalen.



Mit Bildungsgutscheinen kann die Arbeitsverwaltung für Weiterbildungskosten aufkommen.

FOTO: DPA-TMM

Ob ein Interessent den beantragten Bildungsgutschein bekommt oder nicht, ist immer eine Einzelfallentscheidung. „Einen Rechtsanspruch gibt es darauf nicht“, stellt Martina Westphalen klar. Ein Rechtsanspruch kann laut Christian Ludwig allenfalls darauf bestehen, dass die Agentur für Arbeit oder das Jobcenter einem den nachträglichen Erwerb eines Berufsabschlusses oder eines Hochschul- oder vergleichbaren Schulabschlusses mit einem Bildungsgutschein fördert.

Wichtig ist, vor einer Weiterbildung die Arbeitsvermittlung im Jobcenter oder Agentur für Arbeit anzusprechen. Nur die Weiterbildungen und Qualifi-

zierungen, für die es von der Arbeitsagentur oder vom Jobcenter eine schriftliche Genehmigung in Form eines Bildungsgutscheins gibt, können finanziell gefördert werden. „Das betrifft auch die Fahrtkosten“, sagt Ludwig. Wie Westphalen erläutert, muss die Weiterbildung zudem für das Gutscheinverfahren zugelassen, der Anbieter entsprechend zertifiziert sein.

Wer einen Bildungsgutschein hat, kann den zertifizierten Anbieter frei wählen. Nach passenden Weiterbildungsangeboten können Interessenten auf dem Portal Kursnet der Bundesagentur für Arbeit suchen oder dies gemeinsam mit Vermittlern tun. Generell sei es sinnvoll, sich vor

dem Gespräch mit der Arbeitsagentur oder dem Jobcenter schon „Gedanken zu machen, wo es hingehen soll, und sich auch schon passende Möglichkeiten zu suchen“, so Ludwig.

Bildungsgutschein oder AVGS?

Und was ist ein Aktivierungs- und Vermittlungsgutschein (AVGS)? „Während mit einem Bildungsgutschein die Arbeitsagentur oder das Jobcenter die Weiterbildung oder Umschulung bezahlt, finanziert eine der beiden Stellen mit einem AVGS Coachings, Maßnahmen oder eine private Arbeitsvermittlung“, erklärt Ludwig.

Ein Coaching kann beispielsweise für Existenzgründerinnen und Existenzgründer relevant sein. Einen Aktivierungs- und Vermittlungsgutschein müssen Interessenten ebenfalls bei der Arbeitsagentur oder dem Jobcenter beantragen.

Im nächsten Schritt können sie dann zum Beispiel auf der Website der Bundesagentur für Arbeit nach passenden Angeboten suchen und anschließend dem jeweiligen Anbieter Interesse signalisieren.

Danach kontaktieren Interessenten wieder ihre Vermittlungsfachkraft, die prüft, ob die anvisierte Maßnahme einem beruflich weiterhilft und alle Voraussetzungen erfüllt sind. Ist dies der Fall, gibt es einen Bewilligungsbescheid. Arbeitsagentur oder Jobcenter kommen also für die Kosten auf. Allerdings: Der AVGS ist immer eine Ermessensleistung – es gibt keinen Rechtsanspruch darauf. |dpa/tmm

ANZEIGE

AKADEMIE FÜR KOMMUNIKATION IN MANNHEIM

Mit Schere, Laptop und Kamera zum Berufsabschluss

Als Alternative zu dem oft beschwerlichen Weg an klassischen Schulen bietet die Akademie für Kommunikation in Mannheim kreativen Schülerinnen und Schülern verschiedene Berufsausbildungen an.

Für Medienbegeisterte gibt es die zweijährige Ausbildung zum staatlich geprüften Kommunikationsassistenten mit den Schwerpunkten Multimedia oder Film und Video.

Wer sich für Mode und Trends interessiert, trifft mit der dreijährigen Ausbildung zum staatlich geprüften Modedesigner die richtige Wahl. Als dritte kreative Berufsopti-



Medienbegeisterte sind bei der Akademie für Kommunikation richtig.

FOTO: AKADEMIE FÜR KOMMUNIKATION MANNHEIM

on bietet die AfK Mannheim eine ebenfalls dreijährige Ausbildung zum staatlich geprüften Grafikdesigner an. Für alle, die gerne zeichnen, fotografieren und gestalten möchten.

Eine Ausbildung, zwei Abschlüsse: die AfK Mannheim ist die Schule für kreative Köpfe. Gleichzeitig mit der Berufsausbildung erhalten die Schülerinnen und Schüler die Möglichkeit, die Fachhochschul-Reife abzulegen, so dass einem weiterführenden Studium an einer Hochschule oder Fachhochschule nichts im Wege steht. Nach dem Abschluss an der Mannheimer

Berufsschule eröffnen sich dadurch den Absolventen vielfältige Karrierewege.

Wer sich ein eigenes Bild über die Kreativausbildungen an der Mannheimer Akademie machen möchte, hat dazu am 26. Oktober von 18 bis 18.45 Uhr beim Infoabend in der Aula der AfK Gelegenheit. Interessierte können sich per Mail unter: [Mannheim@akademie-bw.de](mailto:m Mannheim@akademie-bw.de) vorab anmelden.

Alle Informationen über die kreative Berufsschule findet man auch im Internet auf der Homepage der Akademie unter www.akademie-bw.de/mannheim. |msw

estelmann
malermester

Azubi gesucht
zum Maler und Lackierer (m/w/d)

Malerbetrieb
67071 Ludwigshafen
Hedwig-Laudien-Ring 29
Telefon (06 21) 6 71 72 72
info@malermeister-estelmann.de
www.malermeister-estelmann.de

Richtung Ausbildung? Hier geht's lang!

Wir informieren Sie bei allen Anliegen.

#AusbildungKlarmachen

Jetzt Termin bei der Berufsberatung vereinbaren: 0800 4 5555 00.

bringt weiter.

Karriere in der Justiz!

Duales Studium oder Ausbildung bei Gerichten und Staatsanwaltschaften
#arbeitenmitsinn

Dualer Studiengang	Ausbildung
Dipl.-Rechtspflege (FH) <m/w/d>	Justizfachwirt <m/w/d>
✓ Juristisches Studium an der Hochschule für Rechtspflege Schwetzingen mit Praxisbezug	✓ Praxisorientierte und theoriegeleitete Ausbildung
✓ Dauer: 3 Jahre	✓ Dauer: 2 Jahre und 2 Monate
✓ Voraussetzung: Hochschul- oder Fachhochschulreife	✓ Voraussetzung: qualifizierter Sekundarabschluss I
✓ Beginn: 1. September 2023	✓ Beginn: 1. August 2023

Sie interessieren sich für einen attraktiven, sicheren und abwechslungsreichen Arbeitsplatz mit verantwortungsvollen Tätigkeiten in der Justiz? Wir bilden bei den Gerichten und Staatsanwaltschaften in Bad Dürkheim, Frankenthal, Grünstadt, Neustadt, Ludwigshafen, Speyer, Gernersheim, Kandel, Landau, Kaiserslautern, Kusel, Rockenhausen, Pirmasens, Landstuhl und Zweibrücken aus. Bereits während der Ausbildung sind Sie im Beamtenverhältnis und erhalten monatliche Bezüge von ca. 1.350 € brutto.

Neugierig geworden?
Dann senden Sie Ihre Bewerbung bis 29. Januar 2023 an:
Herrn Präsidenten des Pfälzischen Oberlandesgerichts

Nähere Informationen und das Online-Bewerbungsformular finden Sie im Internet unter justizausbildung.de. Bei Rückfragen steht Ihnen unsere Studien- und Ausbildungsberaterin Frau Selina Burkhart (Telefon: 06332 805-379) gerne zur Verfügung.

Rheinland-Pfalz
Land Rheinland-Pfalz: **FAMILIENFREUNDLICHER ARBEITGEBER**

www.karrierefuehrer.de

karrierefuehrer

Mehr Perspektiven durch neue Berufsordnung

In der Systemgastronomie gilt eine modernisierte Ausbildungsordnung – Mehr Auswahl bei Jobangebot

Der Fachkräftemangel setzt vielen Branchen zu. Auch in der Systemgastronomie sorgt man sich um den Mitarbeiterstand. Eine Neuordnung der Berufe könnte diesen Zweig der Gastronomie reizvoller gestalten.

Wie viele andere Berufszweige steht auch die Systemgastronomie vor der Herausforderung, für die Zukunft qualifizierte Arbeitskräfte zu gewinnen. Obwohl sie als Branche der Chancen viele Karrieremöglichkeiten zu bieten hat, bleiben Ausbildungsstellen unbesetzt. Ändern könnte sich das nun mit der „Neuordnung der Berufe in der

Systemgastronomie“, die seit 1. August 2022 gilt – und die duale Ausbildung wie auch die Berufsbilder in dieser Branche für Nachwuchstalente interessanter machen soll.

Arbeitsprozesse haben sich verändert

„Fit für die Zukunft“ könnte das

Motto für die Neuordnung lauten, so der Bundesverband der Systemgastronomie (BdS). Berufsprofile wurden geschärft, Ausbildungsinhalte einer radikalen Verjüngungskur unterzogen. Schließlich hat sich in den vergangenen Jahrzehnten in der Gastrowelt viel verändert. Ob digitaler Wandel, neue Ernährungsgewohnheiten oder ein nachhaltiger Umgang mit Ressourcen: All das alles hat sich längst auf den Arbeitsalltag der Systemgastronomie ausgewirkt. Die Ausbildungsordnungen aus

dem Jahr 1998 waren nicht mehr zeitgemäß. Nun aber bekommt die Ausbildung neue Inhalte, die an die aktuellen Anforderungen angepasst wurden (weitere Infos zu den Ausbildungs- und Karrieremöglichkeiten gibt es im Internet unter der Adresse www.bundesverband-systemgastronomie.de). Hinzu kommt: Auch Themen wie Personalführung und -entwicklung oder kommunikative Kompetenzen erfahren eine stärkere Akzentsetzung. Mit der Neuordnung bekommen junge

Menschen außerdem mehr Auswahl beim Ausbildungsangebot.

Duale Ausbildung oder Studium?

Zusätzlich zur dreijährigen Ausbildung „Fachmann/-frau für Systemgastronomie“ wird die bisherige „Fachkraft im Gastgewerbe“ ebenfalls neu geordnet. Zukünftig kann man sich im Rahmen der zweijährigen Ausbildung „Fachkraft für Gastronomie“ auf die Bereiche Restaurantservice und Systemgastronomie spezialisieren.

Ein großer Vorteil für die Nachwuchstalente ist auch die höhere Durchlässigkeit zwischen den zwei- und dreijährigen Ausbildungsberufen. „Mit diesen modernisierten Ausbildungsberufen eröffnen wir noch mehr jungen Menschen die Chance, eine spannende Karriere in der Systemgastronomie zu starten“, ist Andrea Belegante, Hauptgeschäftsführerin des BdS, überzeugt. Der Bundesverband hat sich aktiv und engagiert an der Neuordnung beteiligt. Seine Mitgliedsunternehmen, zu denen Marken wie McDonald's, L'Osteria, Starbucks oder Burger King gehören, bilden jährlich rund 2500 junge Menschen aus.

Eine gute Eintrittskarte ins Management bietet seit 2018 auch das duale Studium Food Franchise Management an der Berufsakademie in Plauen. |jdp

Die letzte Ausbildungsordnung der Systemgastronomie stammt aus dem Jahr 1998 und war nicht mehr zeitgemäß. Ihre Nachfolgerin, seit 1. August in Kraft, schafft mehr Möglichkeiten für junge Leute in diesem Berufszweig.

FOTO: DJD/BUNDESVERBAND DER SYSTEMGASTRONOMIE/L'OSTER



Kaufmann/-frau Büromanagement

Du interessierst dich für kaufmännische Abläufe und hältst gerne das Rad am Laufen?

Mit einer Ausbildung bei AUTECH schaffst du für dich die besten Voraussetzungen für ein abwechslungsreiches Arbeitsleben. Bei uns bist du mittendrin, statt nur dabei.

AUTECH zählt zu den führenden Anbietern für Leichtmetallrädern im europäischen Aftermarkt. Wir bieten eine moderne Arbeitsumgebung und -ausstattung sowie viele attraktive Sonderleistungen. Nähere Informationen zu unserem Ausbildungsangebot findest du auf unserer Homepage. Wir freuen uns auf deine Bewerbung!

Kontakt: Miriam Löffler, Personalreferentin
karriere@autec-wheels.de
AUTECH GmbH & Co. KG
Ziegeleistr. 25
67105 Schifferstadt
www.autec-wheels.de

AUTECH
LEICHTMETALLRÄDER



Der Urlaub soll der Erholung dienen

Arbeitnehmer müssen dann nicht erreichbar sein

Darf ich Anrufe vom Chef im Urlaub ignorieren? In Zeiten des mobilen Arbeitens sind Diensthandy und Laptop auch im Urlaub oft nicht weit. Aber kann die Führungskraft verlangen, dass Beschäftigte während ihrer Auszeit Mails und Telefon beantworten?

Beschäftigte sind nur dazu verpflichtet, in der vereinbarten Arbeitszeit erreichbar zu sein. Im Normalfall dürfen Diensthandy oder Laptop demnach abends, im Urlaub, an Feiertagen oder am Wochenende ausgeschaltet bleiben. Darauf macht der Haufe-Verlag in einem Online-Beitrag aufmerksam. Mögliche dienstliche Anrufe müssten nicht beantwortet werden. Ebenso wenig müssen Beschäftigte auf E-Mails oder Kurznachrichten reagie-

ren. Der Urlaub soll der Erholung dienen.

Das gilt im Übrigen auch für Führungskräfte. Auch sie müssen in ihrer Freizeit eigentlich nicht erreichbar sein. Für sie könnte es aber unter Umständen Ausnahmen im Arbeitsvertrag geben. Solche Vereinbarungen sind diesen Informationen zufolge aber in der Regel nur zulässig, wenn sie sich auf die vom Arbeitgeber freiwillig gewährten Urlaubstage beziehen, die über den gesetzlichen Mindestanspruch hinausgehen.

Wer Anrufe vom Arbeitgeber im Urlaub ignoriert, muss also keine arbeitsrechtlichen Folgen fürchten. Da in dieser Zeit keine Pflicht zum Arbeiten besteht, wäre eine Kündigung nach Angaben von Haufe wegen mangelnder Erreichbarkeit ohnehin unwirksam. |dpa-tmn

Gibt es beim Zweitstudium noch Kindergeld?

Weitere Unterstützung der Familienkasse hängt von verschiedenen Faktoren ab

Ob es nach der Ausbildung oder dem Studium weiter Kindergeld gibt, hängt von vielen Faktoren ab: etwa dem Alter, ob das volljährige Kind eine weiterführende Ausbildung macht und wie viel es arbeitet.

Wenn ein Erwachsener zwischen 18 und 25 Jahren eine weitere Ausbildung oder ein weiteres Studium antritt, kann unter Umständen ein Anspruch auf Kindergeld bestehen. Grundsätzlich gewährt die Familienkasse Kindergeld für volljährige Kinder nur unter bestimmten Voraussetzungen: So dürfen die Kinder das 25. Lebensjahr noch nicht vollendet haben und müssen nach der Schule beispielsweise zum ersten Mal eine Ausbildung, ein Studium oder einen Freiwilligendienst antreten.

Was gilt nun aber, wenn ein Kind im Anschluss eine weitere Ausbildung macht und zusätz-



Für Studierende zwischen 18 und 25 Jahren zahlt die Familienkasse unter bestimmten Voraussetzungen weiter Kindergeld. FOTO: DPA-TMN

lich arbeitet? Der Bundesfinanzhof (BFH) musste sich mit dieser Frage auseinandersetzen und ein Urteil sprechen (Az.: III R 22/21). Er gewährte in dem Fall der Klägerin kein Kindergeld. Denn die Tochter hatte nach dem Abschluss zur Diplom-Finanzwirtin deutlich über

20 Wochenarbeitsstunden gearbeitet. Ihrem Jura-Studium widmete sie sich nur in den verbleibenden arbeitsfreien Zeiten. Kindergeld können Eltern also nur beziehen, wenn das Kind während seiner zweiten Ausbildung höchstens bis zu 20 Wochenstunden arbeitet. |dpa-tmn

Wir kennen unsere Investitionen beim Vornamen
Leon

Morgen kann kommen.
Wir machen den Weg frei.

Bewirb dich jetzt um eine Ausbildung oder ein duales Studium bei der Vereinigten VR Bank Kur- und Rheinpfalz eG.

vvrbank-krp.de/ausbildung

Vereinigte VR Bank
Kur- und Rheinpfalz eG

www.rheinpfalz.de/job



BGN
Berufsgenossenschaft
Nahrungsmittel und Gastgewerbe

Wir suchen zum 01.08.2023 Auszubildende zum/zur

Sozialversicherungsfachangestellte/n

Nähere Informationen erhalten Sie auf unserer Homepage www.bgn.de unter der Rubrik „Karriere“ und bei unserem Standortleiter Herrn Hübenthal (Tel. 0621/4456-2101).

Berufsgenossenschaft Nahrungsmittel und Gastgewerbe
Regionaldirektion Süd, Standort Mannheim
Dynamostr. 7-11
68165 Mannheim

Der Landkreis Bad Dürkheim hat im Jahr 2023 folgende Ausbildungsstellen zu besetzen:

- **Bachelor of Arts (m/w/d) - Studiengang Verwaltung**
(Anwärter für das 3. Einstiegsamt)
- **Verwaltungswirt (m/w/d)**
(Anwärter für das 2. Einstiegsamt)
- **Verwaltungsfachangestellter (m/w/d)**

Aussagefähige Bewerbungen mit den üblichen Unterlagen werden bis **20.10.2022** erbeten an ausbildung@kreis-bad-duerkheim.de (pdf-Datei) oder an die Kreisverwaltung Bad Dürkheim, Referat 12 - Ausbildung, Philipp-Fauth-Str. 11, 67098 Bad Dürkheim

Weitere Informationen:
www.kreis-bad-duerkheim.de
Rubrik „Stellenausschreibungen“

Die **Verbandsgemeinde Maxdorf** bietet zum 01.08.2023 einen

Ausbildungsplatz zum Verwaltungsfachangestellten (m/w/d) an.

Nähere Informationen zum Ablauf der Ausbildung und den Anforderungen im Internet auf www.vg-maxdorf.de

Carlo Schmid Schule

Soziale Ausbildungsberufe – noch Plätze frei! Jetzt anmelden!

Carlo Schmid Schule Mannheim

- 3-jährige Erzieherausbildung
- 3-jährige Jugend- und Heimerzieherausbildung
- NEU** 3-jährige Arbeitserzieherausbildung für Erwachsene
- NEU** 3-jährige Berufsfachschule für sozialpädagogische Assistenten

Carlo Schmid Schule
Janderstraße 4-6, 68199 Mannheim
Telefon: 0621 81 98 - 182
www.carlo-schmid-schule.de

Es steckt in Dir

Eine Schule des **IB**

Die kreisfreie Stadt Neustadt an der Weinstraße sucht zum 1. Juli 2023 wieder Nachwuchskräfte:

Duale Studenten (m/w/d)

In den dualen Studiengängen
allgemeine Verwaltung
Verwaltungsbetriebswirtschaft
und dieses Jahr neu hinzugekommen:
Verwaltungsinformatik

Kombinierte theoretische (an der Hochschule für öffentliche Verwaltung in Mayen) und praktische Ausbildung (in der Stadtverwaltung Neustadt an der Weinstraße)
Dauer: 3 Jahre
Vorausgesetzter Abschluss: Hoch- oder Fachhochschulreife oder vergleichbarer Abschluss

Auszubildende (m/w/d)

In den Berufen
Verwaltungswirt/-in (m/w/d)
Kombinierte theoretische (an der Zentralen Verwaltungsschule in Mayen) und praktische Ausbildung (in der Stadtverwaltung Neustadt an der Weinstraße)
Dauer: 2 Jahre
Vorausgesetzter Abschluss: qualifizierter Sekundarabschluss I

Verwaltungsfachangestellte/r (m/w/d)
Kombinierte theoretische (BBS Landau sowie im Kommunalen Studieninstitut in Ludwigshafen) und praktische Ausbildung (in der Stadtverwaltung Neustadt an der Weinstraße)
Dauer: 3 Jahre
Vorausgesetzter Abschluss: qualifizierter Sekundarabschluss I

Allgemeine Voraussetzungen

- Interesse an der Anwendung von Gesetzen
- Ein gutes mündliches und schriftliches Ausdrucksvermögen sowie sichere Rechtschreibung
- Gute Noten vor allem in Deutsch, Mathematik und Sozialkunde
- Fähigkeit, sowohl selbstständig als auch im Team arbeiten zu können

Detaillierte Informationen zu den Stellenausschreibungen entnehmen Sie bitte unserer Homepage www.Neustadt.eu/Karriere. Ihre Bewerbung erbitten wir bis spätestens **3. Oktober 2022** ausschließlich über unser Online-Bewerberportal. Für Fragen stehen wir gerne unter 06321/855-1311 zur Verfügung.

Stadtverwaltung Neustadt an der Weinstraße
Personal und Organisation
Marktplatz 1
67429 Neustadt an der Weinstraße

NEUSTADT AN DER WEINSTRASSE
LANDESGARTEN SCHAU 2022
NEUSTADT AN DER WEINSTRASSE

Studium oder Lehre: Wo lockt das bessere Gehalt?

Dass Akademiker grundsätzlich mehr verdienen und bessere Karrierechancen haben, stimmt nur bedingt

Eines Tages möglichst viel Geld verdienen: Auch das ist ein Kriterium, von dem sich junge Menschen bei der Berufswahl leiten lassen. Verbreitet ist dabei die Annahme, dass Akademiker ein höheres Einkommen erzielen als Beschäftigte ohne Studium. Doch das stimmt nur bedingt.

VON SABINE MEUTER, DPA

Ein Blick auf die Daten der Bundesagentur zeigt: Zum Stichtag 31. Dezember 2020 betrug das durchschnittliche Bruttomonatsentgelt für Beschäftigte in Vollzeit mit Hochschulabschluss 5265 Euro. Für Menschen mit abgeschlossener Berufsausbildung lag es bei 3300 Euro. Aber: „Damit ist nicht gesagt, dass Menschen mit einem abgeschlossenen Studium immer besser verdienen“, betont Matthias Hertle von der Bundesagentur für Arbeit in Nürnberg.

So sieht es auch Markus Kiss, Ausbildungsexperte beim Deutschen Industrie- und Handelskammertag (DIHK) in Berlin. „Im Einzelfall kommt es ganz darauf an, welches Studium oder welche Ausbildung man absolviert“, sagt Kiss. Und längst nicht jeder oder jede mit einem Hochschulabschluss zählt eines Tages zu

den Spitzenverdienern. Der sehr gute Verdienst etwa von Ärzten und Ingenieuren hebe den Gehaltsdurchschnitt bei den akademisch Qualifizierten deutlich.

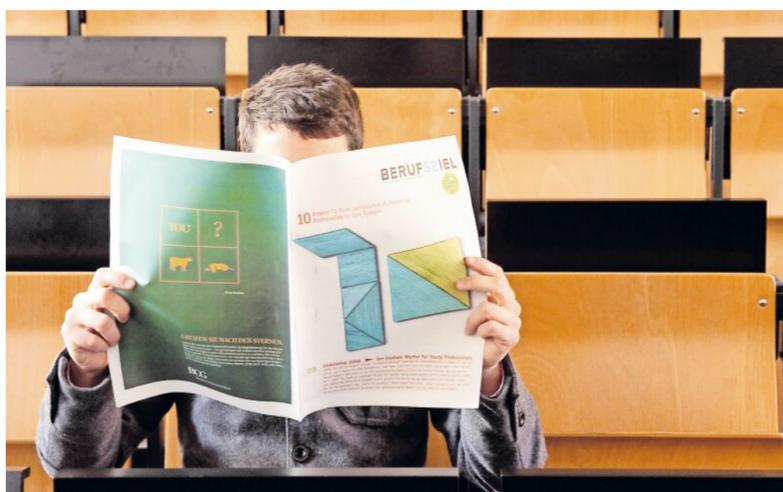
Absolventinnen und Absolventen anderer Studiengänge rangierten teils erheblich darunter. Kiss nennt ein Beispiel: „Erhält ein Ingenieur in Luft- und Raumfahrt ein durchschnittliches Einstiegsgehalt von circa 5700 Euro brutto, so hat eine Architektin oder ein Architekt zu Beginn ihres/seines Arbeitslebens im Schnitt lediglich 3500 Euro auf dem Gehaltszettel.“

Mit Ausbildung früher im Erwerbsleben

Wer indes mit einer Ausbildung in das Berufsleben startet, sich über die Jahre im Job weiterbildet und zusätzliche Qualifikationen erwirbt, kann etwa eines Tages „in Betrieben und Einrichtungen durchaus eine herausgehobene Position einnehmen“, wie Hertle sagt. Das könne eine Lohnentwicklung mit sich bringen, in deren Folge das Gehalt schließlich höher liege als das Gehalt vieler Menschen mit Hochschulabschluss.

Ein Vorteil bei einer Ausbildung: Junge Menschen beziehen – im Gegensatz zu vielen Studierenden – frühzeitig eine Vergütung in Form eines festen Gehalts. „Im Baugewerbe beispielsweise bis zu 1400 Euro brutto im dritten Ausbildungsjahr“, sagt Kiss.

Studierende dagegen müssen ihr Studium selbst finanzieren oder sind auf Bafög angewiesen.



Es lohnt sich, genau hinzusehen bei der Entscheidung zwischen Studium und Ausbildung. FOTO: DPA-TMN

Viele fangen erst mit Mitte oder Ende 20 an zu arbeiten und müssen dann zunächst oft ihren Studienkredit abbezahlen. Menschen mit einer dualen Ausbildung verfügen da bereits über einen deutlichen finanziellen Vorsprung. Allerdings gibt es auch Berufsausbildungen mit schulischem Profil, die längst nicht immer vergütet werden. Gegebenenfalls fallen sogar Lehrgangsgebühren an. „Unter bestimmten Voraussetzungen können die Azubis in solchen Fällen Bafög beantragen“, sagt Hertle.

Abgesehen davon ist das Einstiegsgehalt von ausgebildeten Fachkräften oft höher als angenommen: Bankkaufleute etwa können nach ihrer Ausbildung und je nach Unternehmen und Region mit bis zu 3400 Euro brutto rechnen. Fluggerätemechanikerinnen und -mechaniker verdienen bereits am Anfang ih-

res Berufslebens um die 3100 Euro. „Das sind alles Einstiegsgehälter, mit kontinuierlicher Weiterbildung kann es auch zu Einkommenszuwächsen kommen“, sagt Hertle.

Jobchancen: Akademiker nicht unbedingt im Vorteil

Ein ausgebildeter Industriemechaniker erhält laut Kiss zu Beginn seines Berufslebens rund 2600 Euro brutto. Mit einer anschließenden Qualifizierung, etwa zum Industriemeister, würden Einstiegsgehälter von bis zu 4400 Euro brutto erzielt.

Fazit: Bei der Wahl eines Ausbildungsberufs oder Studiengangs kommt es natürlich auf die eigenen Vorlieben und Neigungen an. Ein Studium ist aber nicht automatisch Garant dafür, später viel Geld oder in jedem Fall mehr als mit einer beruflichen Ausbildung zu verdienen.

„Auch beim Thema Jobchancen und Arbeitsplatzsicherheit haben Hochschulabsolventinnen und -absolventen nicht unbedingt die besseren Karten“, sagt Kiss. Zuletzt lag ihm zufolge die Arbeitslosenquote von akademisch Gebildeten bei zwei Prozent. Bei Fachkräften, die sich nach ihrer Berufsausbildung zum Meister oder Techniker weiterqualifiziert haben, habe die Arbeitslosenquote hingegen 1,2 Prozent betragen. „Der Karriereweg über die Berufliche Bildung kann unterm Strich also eine lohnende Alternative zum Studium sein.“

Laut DIHK haben Akademikerinnen und Akademiker sowie Menschen mit abgeschlossener höherer Berufsbildung (etwa Meister, Fachwirte oder Techniker) am Ende ihres Berufslebens durchschnittlich in etwa gleich viel verdient: Rund 1,4 Millionen Euro brutto.

BÜCHERTIPPS

Gut vorsorgen für das Alter: Wie geht das?

Die beliebte Ratgeberreihe „für Dummies“ wendet sich in gleich zwei Neuerscheinungen dem Thema Altersvorsorge zu. Ein dringendes Thema: Auf 100 werktätige Deutsche kommen schon heute



rund 36 Rentner. In zehn Jahren werden es fast 47 sein. Höchste Zeit sich zu fragen, ob die Rente reicht. Helmut Achatz bietet in seinem Ratgeber „Rentenplaner für Dummies“ ganz konkrete Tipps. Er hilft, einen Überblick über die eigenen Finanzen im Alter zu gewinnen. Die Leser erfahren, wie sie früher in Rente gehen können, eventuelle Versorgungslücken schließen, wie sie ihre Rente aufbessern können und welche Fallstricke es bei Steuern und Sozialabgaben gibt.

einer praktischen Schnellstart-Anleitung einen konkreten, individuellen Rentenfahrplan erstellen. Wichtig ist dabei, mit zu teuren und überflüssigen Versicherungen und Sparverträgen aufzuräumen. Der Ratgeber zeigt auch, wie man die eigene Steuerlast senkt und intelligent staatliche Fördertöpfe anzapft.

Helmut Achatz: Rentenplaner für Dummies. Wiley-VCH, 320 Seiten, 20 Euro
Dieter Homburg: Altersvorsorge für Dummies, Wiley-VCH, 416 Seiten, 18 Euro



Wie Teams auf Distanz und asynchron funktionieren

Laut einer Studie zur Arbeitswelt nach Corona kehren nur 30 bis 40 Prozent der Beschäftigten in die klassische Büroarbeit zurück. Stattdessen erobert sich die sogenannte hybride Teamarbeit immer mehr Raum, die zeit- und ortsunabhängige Zusammenarbeit. Der physische Ort der Zusammenarbeit verliert an Bedeutung. Die Praxis, die sich daraus ergibt, erläutert Sabine Engelage-Meyer und Sonja Hanau in ihrem Buch „Mit hybriden Teams mehr erreichen“, das, attraktiv gestaltet und gut lesbar, die Strukturen, Mittel, Charakteristika und Möglichkeiten dieser überwiegend asynchronen, auf digitale Mittel gestützten Zusammenarbeit beleuchtet, und das mit Blick auf ihren Beitrag zu Motivation, Kreativität und Arbeitszufriedenheit.

Sabine Engelage-Meyer/ Sonja Hanau: Mit hybriden Teams mehr erreichen. Werkzeuge, Methoden und Praktiken für gelungene Zusammenarbeit auf Distanz, Business Village, 270 Seiten, 29,95 Euro.

INFO

Was verdiene ich mit welcher Ausbildung?

Einen Überblick, in welchen Ausbildungsberufen sich gutes Geld verdienen lässt, bietet der Entgeltatlas der Bundesagentur für Arbeit. Dort finden sich auch Unterschiede in der Einkommenshöhe zwischen den Bundesländern. Bei Berufenet, ebenfalls ein Online-Angebot der Agentur, finden sich allgemeine Infos zu einer möglichen Vergütung in einer Ausbildung, zu Lehrgangsgebühren und anderen möglichen Kosten. |dpa

Wir suchen **Zimmerergesellen** sowie **Auszubildende** im Zimmererhandwerk

JESTER HOLZBAU
Mitarbeit für Ihr Zuhause
Bewerbungen bitte an:
postalisch: Jester GmbH & Co.KG -Personalabteilung- Im Sterngarten 4 | 67346 Speyer
per email: info@jester-holzbau.de

QUALITÄT SEIT 1949

JESTER GmbH & Co. KG Zimmerer und Gerüstbau
Im Sterngarten 4 | 67346 Speyer | Telefon (0 62 32) 10 08 50 | info@jester-holzbau.de | www.jester-holzbau.de

Die **Verbandsgemeinde Rheinauen** bietet folgende Ausbildungsstelle an:

Verwaltungsfachangestellter (m/w/d)
(ab 01.08.2023)

Nähere Angaben erhalten Sie unter www.vg-rheinauen.de > Verwaltung & Politik > Stellenausschreibungen. Wir freuen uns auf Ihre aussagekräftige Bewerbung, gerne auch online an personal@vg-rheinauen.de.

Verbandsgemeinde Rheinauen
Ludwigstraße 99
67165 Waldsee

Meisterbrief: Ein lohnender Schritt

Mit welchem Aufwand die Qualifizierung verbunden ist und was sie bringt

Nach der Gesellen- die Meisterprüfung ablegen: Das schwebt vielen Handwerkerinnen und Handwerkern vor. Was bringt dieser Weg mit sich, auch mit Blick auf Zeit und Kosten? Eine kurze Zusammenfassung:

Welche Voraussetzungen braucht es, um Meister oder Meisterin zu werden?

Wer eine Meisterausbildung absolvieren möchte, sollte in der Regel im jeweiligen Handwerk eine Gesellenprüfung bestanden haben. „Die Weiterbildung zum Meister baut quasi auf die Gesellenprüfung auf“, sagt Berufsbildungsexperte Volker Born vom Zentralverband des Deutschen Handwerks (ZdH) in Berlin. Gesellinnen und Gesellen können mit der Fortbildung gleich nach der Ausbildung starten. Die Fortbildung erfolgt an Meisterschulen.

Braucht man eine abgeschlossene Berufsausbildung?

„In der Regel ja, es gibt aber Ausnahmen“, sagt Born. Interessierte können sich beim Prüfungsausschuss der Handwerkskammer eine Ausnahme-genehmigung einholen. Sie müssen nachweisen, dass sie in dem Bereich, in dem sie den

Meistertitel anstreben, über fundierte Berufserfahrungen verfügen.

Wie viel Zeit nimmt die Weiterbildung in Anspruch?

Das ist unterschiedlich und hängt nicht zuletzt vom Gewerk ab. So lassen sich an einer Meisterschule Voll-, aber auch Teilzeit-Kurse belegen. „Im Baubereich etwa ist es möglich, Kurse in der oft auftragsärmeren Winterzeit zu absolvieren“, so Born. Wer sich für Teilzeit-kurse entscheidet, kann nebenbei arbeiten – die Belastung ist dann natürlich hoch. Die Vollzeitkurse laufen meist blockweise über mehrere Wochen. Bis zum Meistertitel dauert es zwischen einem und mehreren Jahren, wie Born sagt.

Wie hoch sind die Kosten?

„Zwischen 1000 und 15.000 Euro je nach Gewerk“, sagt Born. Vergleichsweise teuer ist nach seinen Angaben aufgrund hoher Materialkosten etwa die Meisterausbildung für Zahn-techniker. Gleiches gilt für den Elektro-Bereich.

Gibt es finanzielle Unterstützung?

Ja. Es gibt etwa das Aufstiegs-Bafög (früher: Meister-Bafög).

Laut Bundesregierung können Interessierte die Förderung ein-kommens- und vermögensunabhängig beantragen. Daneben kommt etwa das Weiterbildungsstipendium des Bundesbildungsministeriums für Be-gabte infrage. Born empfiehlt, sich frühzeitig bei der Hand-werkskammer beraten zu las-sen – gerade in Förderfragen. Zudem lohnt es sich, mit dem Arbeitgeber zu sprechen. „Mit-unter kommt es vor, dass er die Meisterausbildung finanziell unterstützt“, so Born.

Was bringt die Meisterausbildung?

In vielen Handwerksberufen ist es nur mit einem Meistertitel möglich, sich selbstständig zu machen. „Die Aussichten, einen eigenen Betrieb führen zu können, sind derzeit sehr gut, zumal viele Inhaber etablierter Betriebe aus Altersgründen auf der Suche nach einer Nachfolgerin oder einem Nachfolger sind“, sagt Born.

Aber auch für alle anderen lohnt sich der Meisterbrief. Angestellte können betriebsintern aufsteigen und ein höheres Einkommen erzielen. Zudem ist das Risiko, mit Meisterbrief arbeitslos zu werden, Born zufolge gering. |dpa/tmn

STARTE DEINE ZUKUNFT

nolte 100% MOBEL
PASSION. QUALITÄT. ZUKUNFT.

AUSBILDUNG & DUALES STUDIUM

Nolte Möbel ist einer der bedeutendsten Hersteller von Schrank- und Schlafzimmerprogrammen. Unsere Verantwortung gegenüber der Umwelt, der Gesellschaft, unseren Kunden, Mitarbeitern und ihren Familien nehmen wir sehr ernst.

AUSBILDUNGSBERUFE:

- Elektroniker/in für Betriebstechnik
- Industriemechaniker/in
- Fachinformatiker/in
- Industriekaufrau/-mann

DUALES STUDIUM:

- Informatik
- Holztechnik

INFO

nolte MOBEL
MADE IN ○ ● ●

Nolte-Möbel GmbH & Co. KG
Konrad-Nolte-Straße 20
D-76726 Germersheim
Fon+49 (0) 7274 51-12 0
personalabteilung@nolte-moebel.de
www.nolte-moebel.de

westermann GRUPPE

ALFONS
www.alfons.de

Das neue Online-Lernportal

NEU

Geeignet für PC & Tablet

Motivieren, Fördern, Begeistern!

westermann GRUPPE

Meisterbrief

Der Meisterbrief eröffnet Aufstiegschancen und ist in vielen Handwerksberufen Voraussetzung, sich selbstständig zu machen.

FOTO: DPA-TMN

Mobbing: Schikanen muss man nicht hinnehmen

Fast jeder Dritte hat am Arbeitsplatz schon Mobbing Erfahrungen gemacht – Frauen trifft es häufiger als Männer

Wer im Job Opfer von Mobbing wird, erlebt oft eine einschneidende Krise – und kann davon sogar krank werden. Hinnehmen muss das niemand. Der erste Schritt ist aber nicht immer einfach.

Anfeinden, schikanieren, diffamieren: Mobbing kann die Gesundheit und den Arbeitsplatz Betroffener gefährden. Treffen kann es theoretisch jeden und jede.

In einer Umfrage von YouGov gab fast ein Drittel (29 Prozent) der gut 2000 Befragten an, selbst schon einmal Mobbing im Job erlebt zu haben. Frauen demnach häufiger (35 Prozent) als Männer (22 Prozent).

Wobei Mobbing sich sehr unterschiedlich äußern kann. „Da gibt es etwa die rassistische Herabwürdigung eines oder einer Beschäftigten in einer betrieblichen Chat-Gruppe“, sagt Gert Groppel von der Rechtschutzabteilung des Deutschen Gewerkschaftsbunds (DGB) in Potsdam.

Oder Teammitglieder werden vor den anderen herabgesetzt, degradiert und mit Vorwürfen oder Ermahnungen überschüttet. „Es kommt auch vor, dass Mitarbeitende in Gegenwart von Vorgesetzten auf die vermeintlich fachliche Unzulänglichkeit eines Kollegen oder einer Kollegin hinweisen“, so Groppel.

Feindliches Umfeld für Betroffene

Ob mit Worten, Taten oder Blicken: „Der oder die Betroffene bewegt sich am Arbeitsplatz quasi in einem feindlichen Umfeld und wird angegriffen“, sagt Nathalie Oberthür, Fachanwältin für Arbeitsrecht.

Eine Beleidigung mit Worten sei dabei noch eine offensichtliche Attacke. Aber es gebe auch unterschwelliges Mobbing.

„Das ist etwa der Fall, wenn eine Frau alle halbe Stunde das Fenster aufreißt, obwohl sie weiß, dass ihr Kollege permanent fröstelt, und sie selbst während des Lüftens den Raum verlässt“, so Oberthür.

Wer mobbt wen? Von Bossing bis Staffing

Mobbing kann dabei von verschiedenen Seiten kommen und tritt nicht nur zwischen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern auf. Mobbt der oder die Vorgesetzte, ist vom „Bossing“ die Rede. Ebenso gibt es den umgekehrten Fall. Attackiert das Team die Führungskraft, „liegt ein sogenanntes Staffing vor“, sagt Gert Groppel. Ihm zufolge kann auch die Belästigung eines Mitarbeitenden durch Kundenschaft Mobbing sein.

Die persönlichen Folgen für Betroffene sind oft fatal. Laut DGB empfinden die Opfer die Angriffe und Schikanen oftmals als eine einschneidende Krise. Mit jeder Attacke erleben sie erneut Demütigung, Herabsetzung, Schlafstörungen, Nervosität, Konzentrationsschwäche sowie Kopf- und Magenschmerzen können die Folge sein.

Langfristig treten unter Umständen Depressionen oder anhaltende Persönlichkeitsveränderungen auf. Neben den gesundheitlichen Problemen drohen berufliche Nachteile. Etwa, wenn jemand unzureichend arbeitet, weil das Team wichtige Informationen bewusst vorenthält, so Oberthür.

Was können Betroffene von Mobbing tun? Für Betroffene ist es oft nicht einfach, den



Mobbing ausgesetzt zu sein, kann auch gesundheitliche Folgen nach sich ziehen. FOTO: DPA-TMM

„Teufelskreis Mobbing“ wieder aus eigener Kraft zu durchbrechen, wie die Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin (Baua) in einer Broschüre zum Thema schreibt. Gerade im Anfangsstadium könne man aber mit Selbsthilfe – wie etwa einem klärenden Gespräch – noch am meisten erreichen.

Gert Groppel rät, generell nicht darauf zu vertrauen, dass das Problem sich eines Tages quasi von alleine erledigt. Besser sei es, so schnell wie möglich zu handeln. Die Vorfälle, bei denen man sich gemobbt fühlt, sollte man genau dokumentieren: „Ein Mobbing-Tagebuch kann hier zielführend sein.“ Darin hält man Täter oder Täterin, Zeugen, Ort, Zeit und Situation fest. Wichtig ist auch, die Schuld nicht bei sich selbst zu suchen.

Dritte einschalten: Beim Betriebsrat beschweren

Im nächsten Schritt kann es hilfreich sein, das direkte Gespräch mit dem Täter oder der Täterin zu suchen. Bringt das nichts, rät Groppel, eine Beschwerde an den Betriebsrat sowie an die Personalabteilung oder an die Unternehmensleitung zu richten.

„Der jeweilige Adressat ist gesetzlich verpflichtet, die Beschwerde zu überprüfen und für Abhilfe zu sorgen, wenn er sie für berechtigt hält“, sagt Groppel. Der Betriebsrat muss etwa beim Arbeitgeber auf Abhilfe drängen. Verankert ist dies im Betriebsverfassungsgesetz.

Mobbing im Job schließt oft nicht nur Täter und Opfer ein, sondern auch diejenigen, die

still zuschauen oder aktiv wegsehen. Kolleginnen und Kollegen, die sehen, dass am Arbeitsplatz gemobbt wird, sollten dem oder der Betroffenen zur Seite stehen. Etwa, indem sie die Lage weiter beobachten und die Person dazu ermutigen, zum Betriebsrat und zur Personalabteilung zu gehen und sich zu beschweren. Gleichzeitig könnten sie signalisieren, als Zeugin oder Zeuge zur Verfügung zu stehen.

Ignoriert der Arbeitgeber die Beschwerde eines oder einer Beschäftigten offensichtlich, lässt es sich in einem gerichtlichen Verfahren durchsetzen, dass der Arbeitgeber der Mobbing-Beschwerde auf den Grund geht. „Das Mobbing-Opfer sollte sicherstellen, dass der Betriebsrat, die Gewerkschaft oder ein Anwalt beratend und unterstützend zur Seite steht“, sagt Groppel. Wenn das Mobbing-Opfer unter dem Druck der Belästigung das Arbeitsverhältnis beendet, lassen sich auch Schmerzensgeldansprüche gerichtlich durchsetzen.

Im Zweifel geht die Gesundheit vor

Oftmals gibt es jedoch ein Problem: „Nicht selten lassen sich die Vorwürfe, dass jemand gemobbt wurde, nicht hieb- und stichfest beweisen“, sagt Oberthür. Das Mobbing erfolgt mitunter derart subtil, dass die beschuldigte Seite sich herausreden und die Sache zum eigenen Vorteil darstellen kann.

Ist das Problem nicht im betrieblichen Rahmen zu lösen, empfiehlt Oberthür allen Mobbingopfern: „So schnell wie möglich der Firma den Rücken zukehren und sich einen neuen Job suchen, bevor die eigene Gesundheit leidet.“ |dpa/tmm

Pool-Bauer als Allroundtalent

Viele Fähigkeiten gefragt beim Schwimmbadbau

Sie können planen, beraten, bauen und individuelle Kundenwünsche realisieren. Schwimmbadbauer sind Allround-Talente, die einen Garten in ein Wellnessparadies, einen Wasserspielplatz oder eine Trainingsstätte verwandeln.

Dabei kennen sie sich nicht nur in Design-, Sicherheits- und Technikfragen aus. Sie wissen auch, wie man Energie spart und Ressourcen schont. Schwimmbadbau ist ein kreatives Arbeitsfeld mit viel Gestaltungsspielraum. Dennoch oder gerade deshalb: Ein Ausbildungsberuf „Schwimmbadbauer“ existiert nicht. Das birgt Chancen, weil sich Fachkräfte mit unterschiedlicher Grundausbildung in dem Bereich wiederfinden und sich gegenseitig befruchten.

Ohne Vorbildung oder Qualifikation kann man im Poolbau allerdings nicht bestehen. Denn man muss sich beispielsweise auf den Gebieten Bauphysik und Beckenhydraulik, Entfeuchtung, Wärmegewinnung, Anlagentechnik, Materialkunde und Chemie auskennen. Auch Normen-Wissen ist unerlässlich. Die typischen Berufe, die den Schwimmbadmarkt prägen, sind: Mechatroniker, Sanitär-/Heizung-/Klima-Fachleute, Garten- und Landschaftsbauer,

Verfahrenstechniker, Anlagenbauer und Ingenieure. Spezifische praktische und theoretische Fachkenntnisse zum Poolbau kann man sich unter anderem über ein Fernstudium beim TÜV aneignen, das in Zusammenarbeit mit dem Bundesverband Schwimmbad & Wellness (bsw) konzipiert wurde.

Die Nachfrage nach privaten Pools ist in den vergangenen Jahren gestiegen. Das lag nicht nur an der kurzfristigen „stay-at-home“-Welle. Insgesamt ist unter dem Stichwort „Homing“ eine konstante und langfristige gesellschaftliche Entwicklung zu sehen, die das Zuhause in den Mittelpunkt stellt. Man investiert, um es in den eigenen vier Wänden schön zu haben. Auch der Garten wird im Zuge dessen zu einem Außenwohnbereich mit Aufenthaltsqualität, die ein Schwimmbecken erhöhen kann. Weiteren Rückenwind für den Poolmarkt gibt das gestiegene Gesundheitsbewusstsein. Auch die Tatsache, dass hierzulande 16 Millionen Einfamilienhäuser, aber nur zwei Millionen Gartenspools vorhanden sind, zeigt, dass Schwimmbadbauer vielversprechende Berufsaussichten haben könnten.

Eine Jobbörse findet man beim bsw unter www.bsw-web.de. |akz-o



Per Kran wird das Becken eingesetzt. FOTO: VOGEL POOL/AKZ-O

Berufsabitur ebnet Weg zum Studium

Erwerb der Hochschulreife parallel zur Berufsausbildung möglich

Mit dem sogenannten Berufsabitur steht Azubis mit Gesellenbrief der Weg an die Hochschule offen. Auf dieses Angebot, das vom Zentralverband des Deutschen Handwerks und der Kultusministerkonferenz ins Leben gerufen wurde, macht das Portal „abi.de“ aufmerksam.

Mit dem Berufsabitur lässt sich parallel zu einer Berufsausbildung die allgemeine oder Fachhochschulreife erlangen. Wie André Weiß, Referatsleiter in der Abteilung Berufliche Bildung beim Zentralverband des Deutschen Handwerks (ZDH), in dem Beitrag erklärt, steht das Angebot allen Azubis offen – unabhängig davon, ob sie einen Abschluss in einem Hand-

werks-, Handels- oder Industrierberuf anstreben.

Verschiedene Modelle

Allerdings wird das Berufsabitur derzeit nur in neun Bundesländern angeboten: Baden-Württemberg, Bayern, Berlin, Hamburg, Hessen, Niedersachsen, Nordrhein-Westfalen, Rheinland-Pfalz und Sachsen. Der Ablauf der Ausbildung unterscheidet sich zum Teil leicht: Den Informationen zufolge sind in Sachsen und Berlin Schule und betriebliche Ausbildung eng verknüpft. Nach insgesamt vier Jahren haben die Azubis dann sowohl ihren Gesellenbrief als auch die Hochschulzugangsberechtigung in der Tasche.

Beratung nutzen

In den anderen Bundesländern haben Azubis während der Ausbildung abends und am Wochenende Zusatzunterricht, der zur Fachhochschulreife führt. Wer ein Jahr weiter in Vollzeitunterricht besucht, kann die allgemeine Hochschulreife bekommen.

Bildungsexperte Weiß empfiehlt Interessierten, sich an die Ausbildungsberatung der regional zuständigen Handwerkskammer oder der Industrie- und Handelskammer zu wenden. Hier gibt es Infos zu passenden Berufsschulen. Auch mit dem Ausbildungsbetrieb sollten sich Azubis zur angestrebten Doppelqualifizierung abstimmen. |dpa

Eckdaten sollten schriftlich festgehalten werden

Kosten für Dienstreisen lassen sich bei der Steuer geltend machen

Wer für seinen Job unterwegs ist, kann die Reisekosten als Werbungskosten in seiner Steuererklärung geltend machen. Die Voraussetzung: Die Kosten wurden noch nicht durch den Arbeitgeber erstattet. Darauf macht die Bundessteuerberaterkammer in Berlin aufmerksam.

Wurden die Ausgaben zu einem Teil übernommen, können Arbeitnehmer die Differenz geltend machen. Zu den Reisekosten zählen Übernachtungs- und Fahrtkosten, aber auch Ne-

benkosten sowie Verpflegungsmehraufwendungen. Nicht dazu zählen weitere Ausgaben etwa für Reisekleidung, Koffer oder Verzehr aus der Minibar.

Belege sammeln

Wichtig dabei: Eckdaten wie der Anlass, die Strecke und die Reisedauer sollten schriftlich festgehalten werden, um die Reise gegenüber dem Finanzamt belegen zu können. Entsprechende Nachweise können Rechnungen, ein Fahrtenbuch

oder Tankquittungen sein.

Arbeitgeber können nachgewiesene Fahrt-, Übernachtungs- und Reisenebenkosten aber auch lohnsteuerfrei ersetzen. Besonderheiten gelten für Fahrtkosten mit dem eigenen Pkw: Hier kann unter Nachweis der Gesamtkosten oder über eine Kilometerpauschale abgerechnet werden. Für Übernachtungskosten kann zum Beispiel bei einer Übernachtung bei Freunden eine Pauschale von 20 Euro angesetzt werden.

Pauschalen für Essen

Für Verpflegungsmehraufwendungen gelten ebenfalls Pauschalen. Je nach Dauer des Aufenthalts und Zielort der Reise ist diese Pauschale unterschiedlich hoch. Wer im Inland mehr als acht Stunden auf Dienstreise ist, erhält eine Pauschale von 14 Euro. Bei einer Abwesenheit von mehr als 24 Stunden beträgt diese 28 Euro. Für An- und Abreisetage werden 14 Euro gewährt.

Stellen Arbeitgeber der Belegschaft aber Mahlzeiten zur Verfügung, wird die Pauschale gekürzt, und zwar um 20 Prozent für das Frühstück und je 40 Prozent für Mittag- oder Abendessen. |dpa

www.schneller-schlau.de

Fachwirt IHK Gesundheit und Soziales in 25 Tagen

Meister IHK in 45 Tagen

Bachelor & Master Professional CCI

IHK Fach- und Betriebswirte in 25-30 Tagen

Technische IHK Fach- und Betriebswirte in 30-37 Tagen

Jetzt bis zu 75% staatl. Förderung! Kostenlose Infoabende in Mannheim 4.10. + im Online-Livestream 28.9.+ 11.10.22!

Anmeldung unter 0800/466 5 466 (gebührenfrei) alle Kurse m/w/d

Wir suchen Dich...

...wenn Du einen sicheren Arbeitsplatz mit flexiblen Arbeitszeiten möchtest, Du Lust auf vielseitige Einsatzbereiche hast und gerne im Team arbeitest.

Interessiert? Dann bewirb Dich jetzt für die Ausbildung als **Verwaltungsfachangestellte/r (m/w/d)** oder **Beamtenanwärter/in im gehobenen Dienst (m/w/d)** bei der Verbandsgemeinde Dannstadt-Schauernheim.

Die komplette Stellenausschreibung (Informationen, Voraussetzungen, Bewerbungsfrist usw.) findest Du auf unserer Homepage www.vgds.de.



Wer beruflich auf Reisen geht, kann die Kosten steuerlich geltend machen. FOTO: FRANZISKA GABBERT/DPA

SIEMENS PROFESSIONAL EDUCATION

Nicht klausurrelevant sondern zukunftsrelevant

Du interessierst dich für Zukunftstechnologien und möchtest selbst etwas bewegen?

Wir suchen für den Ausbildungsstart 2023 in den Regionen Karlsruhe, Mannheim und Frankfurt:

Mechatroniker und Elektroniker in verschiedenen Fachrichtungen (w/m/d)

B.Eng. Elektrotechnik an der DHBW oder HS (w/m/d)

B.Eng. Mechatronik an der DHBW (w/m/d)

B.Sc. Informatik an der DHBW oder HS (w/m/d)

B.Eng. Wirtschaftsingenieur an der DHBW (w/m/d)

B.A. Digital Business Management an der DHBW (w/m/d)

und weitere spannende Ausbildungs- und Studiengänge

Bewirb dich jetzt! ausbildung.siemens.com

Du findest uns unter [siemens_ausbildung](https://www.instagram.com/siemens_ausbildung) ausbildung.siemens.com | [sie.ag/SIEYA](https://www.siemens.com)

SIEMENS

Neuen Chefs begegnen ohne Hürden im Kopf

Worauf Beschäftigte achten sollten, wenn ein neuer Vorgesetzter das Ruder übernimmt

Wechselt im Job die Führungskraft, ist das für Beschäftigte nicht immer einfach. Das gilt vor allem, wenn man geschätzte Vorgesetzte verliert. So überwindet man innere Hürden Neuen gegenüber.

Die eine Führungskraft geht, die neue kommt. Das sorgt bei Einzelnen in einem Arbeitsteam mitunter für Trübsal und teils sogar für Unbehagen. Hat man den alten Chef oder die alte Chefin sehr geschätzt, kann und mag man sich nicht vorstellen, wie es nun weitergeht.

Zunächst: „Es ist völlig normal, dass man traurig ist, wenn eine geschätzte Führungskraft wechselt oder gänzlich aus dem Unternehmen verschwindet“, sagt Ute Gietzen-Wieland, Business- und Mental-Coach in Bielefeld. Mitarbeitende sollten sich diese Traurigkeit zugestehen, aber zugleich akzeptieren, dass etwas vorbei ist und etwas Neues anfängt. „Die Hürden im Kopf dürfen keinesfalls zur Blockade gegenüber der neuen Führungskraft werden“, betont Gietzen-Wieland.

Zugewandt sein und nachfragen

Stattdessen sollten Beschäftigte offen auf die neue Chefin oder den neuen Chef zugehen und freundlich sein, ohne sich anzubiedern. Jutta Boenig, Karriere-Coach in Überlingen, empfiehlt, sich eine Liste zu machen und darauf zu notieren, welche Erwartungen man an den Neuen oder die Neue hat. „Das können neben Minimum-Erwartungen auch Nice-to-have-Punkte sein“, so Boenig. Gleichzeitig sollte man sich bewusst machen, was man selbst beitragen kann, dass das Miteinander optimal läuft.

Um sich offen und wertschätzend gegenüber der neuen Führungskraft zu zeigen, ist auch die non-verbale Kommunikation ein wichtiger Aspekt. „Weg-

gucken oder sich abwenden, wenn der oder die Neue auf einen zutritt, macht sich gar nicht gut“, sagt Boenig. Besser sei es, sich zugewandt zu zeigen und etwa anzufügen: „Wie kann ich oder wie können wir als Team Sie unterstützen, damit Sie sich in Ihre neue Funktion einfinden?“

Was im Miteinander tabu sein sollte

Was auf jeden Fall gar nicht geht: „Mitarbeitende können der neuen Führungskraft das Leben zur Hölle machen, wenn sie innerhalb des Teams lautstark davon schwärmen, wie toll doch alles früher war unter der alten Chefin oder unter dem alten Chef“, sagt Boenig.

Tabu ist aus ihrer Sicht ebenfalls, zur neuen Führungskraft zu gehen und sie darüber „aufzuklären“, wie jeder Einzelne so tickt. „Es ist absolut schlechter Stil und kann zudem auch innerhalb des Teams nach hinten

losgehen, wenn sich einer die Führungskraft zum Kumpel machen will“, betont Boenig.

Genauso wenig sollte jemand sinngemäß zur neuen Chefin oder zum neuen Chef sagen: „Unter Frau X haben wir das aber immer so gemacht.“ Das mache deutlich, so Gietzen-Wieland, „dass da jemand noch viel zu sehr an der alten Führungskraft hängt und nicht bereit ist, sich auf eine neue Richtung einzulassen“.

Merkt jemand nach einer Weile, dass ihm oder ihr im Umgang mit der neuen Führungskraft alles gegen den Strich geht, sollte man das auf jeden Fall direkt klären. Das heißt: Mit dem- oder derjenigen unmittelbar das Gespräch suchen und dieses gut vorbereiten. Und wenn es auch dann nicht klappt? „Dann am besten wechseln“, sagt Boenig. „entweder innerhalb der Firma oder sich eine neue Herausforderung außerhalb des Unternehmens suchen“. |dpa



Kommt eine neue Führungskraft, sollten Beschäftigte keine Blockadehaltung einnehmen.

FOTO: DPA

Prüfungsangst erfordert aktives Gegensteuern

Verschiedene Anlaufstellen können helfen, wenn das nächste Examen zur hohen Hürde wird

Prüfungsjüngste verschwinden in der Regel nicht von allein. Vielmehr müssen Betroffene aktiv gegensteuern, heißt es im Portal „abi.de“ der Bundesagentur für Arbeit.

Dafür sei es wichtig, sich zunächst selbst einzugestehen, dass man Hilfe benötigt und sich diese auch zu suchen, erklärt Beraterin Birgitt Bongers von der Agentur für Arbeit. Erst danach könne man die Ursachen für die Ängste ergründen und im Folgenden lernen, damit umzugehen.

Einzelgespräche oder Workshops

Dem Beitrag zufolge gibt es verschiedene Anlaufstellen, an die sich Betroffene bei Prüfungsangst wenden können. Dazu zählen etwa die Psychologische Beratung im Berufspsychologischen Service (BPS) der örtlichen Arbeitsagentur, die Jugendhilfe oder der Jugendpsychologische Dienst der Stadt, die Psychologische Beratung der Hochschule oder das Studierendenwerk.

Dort stehen dann entweder Einzel- oder Gruppengespräche an, in denen es in der Regel zunächst um die Ursachenforschung geht. Hinterfragt wird



Wichtig bei Prüfungsangst ist es, sich selbst einzugestehen, dass man Hilfe in Anspruch nehmen sollte.

FOTO: DPA-TMN

also: Woher könnte meine Angst kommen? Wie stark ist die Angst, und ist sie womöglich mit anderen Ängsten verbunden?

Dann erarbeitet man Handlungsansätze und klärt Fragen wie: Welche Ressourcen habe ich? Welche Techniken helfen

mir, um meine Emotionen zu regulieren und in den Griff zu bekommen? Wie effizient ist mein Selbst- und Zeitmanagement?

Letztendlich erschließt man in den Gesprächen im Detail, wie man am besten lernt oder den Tag vor der Prüfung und

den Prüfungstag selbst am besten gestaltet.

Bei schwerwiegenden Ängsten müsse eine Psychotherapie oder eine Selbsthilfegruppe aufgesucht werden, in der auf die individuelle psychische Belastung eingegangen werden kann. |dpa/msw

KURZ INFORMIERT

PRÄSENTATIONEN

Wie das Gesagte im Kopf bleibt

Wer mit einer Präsentation überzeugen will, hält sich im besten Fall an das Motto „Weniger ist mehr“. Maximal drei Botschaften, die auf das Präsentationsziel einzahlen, sollte man formulieren, rät Ingo Bosch vom Bundesverband für Medientraining in Deutschland. Wichtig sei, dass diese Botschaften für die Zielgruppe relevant sind. Und zwar auch emotional. Kommunikation, die nicht berührt, sei „wirkungslos Verlautbarung“, so Bosch.

Auch die Art und Weise der Präsentation hat Einfluss darauf, wie gut ein Vortrag ankommt. Bosch rät etwa dazu, mit Metaphern, Vergleichen und Beispielen dafür zu sorgen, dass beim Publikum Bilder im Kopf entstehen. Auch das Einstreuen persönlicher Anekdoten sei und halte das Gesagte wirksamer im Gedächtnis als die Beschränkung auf trockene Fakten. Daneben sollten Vortragende auf Variation achten, etwa indem sie mal laut oder mal leise sprechen und in ihrer Mimik und Gestik zwischen schnell und langsam, dynamisch und ruhig wechseln.

Im besten Fall spricht man frei, abgelesener Text wirke gespielt und damit weniger glaubwürdig, so der Kommunikationsberater. Am wichtigsten sei aber, die Menschen spüren zu lassen, dass man von dem, was man vermitteln möchte, selbst überzeugt ist und Freude daran hat. |dpa

ERWERBSMINDERUNG

Zurechnungszeit für Rente

Wer aus gesundheitlichen Gründen nicht mehr oder nur noch teilweise arbeitsfähig ist, kann eine Rente wegen voller oder teilweiser Erwerbsminderung erhalten. Auch Berufsanfänger sind so vor dem finanziellen Ruin geschützt. Die Höhe der Erwerbsminderungsrente berechnet sich aus den bisher zurückgelegten Versicherungszeiten. Zusätzlich werden erwerbs-

geminderte Menschen durch eine sogenannte Zurechnungszeit so gestellt, als hätten sie mit ihrem bisherigen durchschnittlichen Einkommen weiter gearbeitet und Beiträge gezahlt. Dadurch erhalten sie eine höhere Rente.

Gut zu wissen: Seit 2019 wird die Länge der Zurechnungszeit an das reguläre Rentenalter an-

BEWERBUNG

Trotz Vergabe der Stelle lohnend

Die Stellenanzeige klingt spannend. Doch dann erfährt man, dass das Unternehmen schon einen passenden Kandidaten oder eine passende Kandidatin gefunden hat. Sollte man sich jetzt noch die Mühe machen?

Wer aus zuverlässiger Quelle weiß, dass eine ausgeschriebene Stelle eigentlich schon besetzt ist, kann mit einer Bewerbung trotzdem auf sich aufmerksam machen. Das sagt Bewerbungscoach Katrin Plangger. Vor allem gilt das, wenn es in dem Unternehmen vielleicht mehrere ähnliche Stellen gibt.

Eine interne Bewerbung auf eine Stelle, die bereits besetzt ist, kann der Coachin zufolge ein Signal sein. Nach dem Motto: „Aha, da ist jemand wechselwillig oder unzufrieden mit seiner aktuellen Aufgabe – hier besteht Handlungsbedarf.“ Allerdings sollte gut überlegt sein, ob solch ein Schritt mehr zutrifft oder schadet, falls der oder die direkte Vorgesetzte davon erfährt.

Aber auch von außerhalb kann es sich lohnen, aktiv zu werden. „Wenn die Stelle bereits besetzt ist, können Sie die Bewerbung als eine Art Initiativbewerbung nutzen“, rät Plangger. Ist in der Stellenanzeige eine Ansprechperson genannt, ruft man am besten an. „Im Telefonat erfahren Sie, ob es weitere interessante Stellen im Unternehmen gibt, und können sich selbst mit Ihren Kompetenzen und Interessen präsentieren.“ |dpa



Damit eine Präsentation zum Erfolg wird, sollte man einige Tipps beherzigen.

FOTO: DPA

erhalten. Auch Berufsanfänger sind so vor dem finanziellen Ruin geschützt. Die Höhe der Erwerbsminderungsrente berechnet sich aus den bisher zurückgelegten Versicherungszeiten. Zusätzlich werden erwerbs-

gemindert. Endete die Zurechnungszeit bei einem Beginn der Rente in 2021 mit 65 Jahren und zehn Monaten, so endet diese bei einem Beginn der Rente in 2022 mit 65 Jahren und elf Monaten. |dpa

IHK Pfalz

Ausbildungs-, Praktikums- und duale Studienplätze

Regional und bundesweit

IHK-Lehrstellenbörse

Kostenlos registrieren mit Profil und Bewerbungsunterlagen

ihk-lehrstellenboerse.de

Ihre Ansprechpartner:

Cordula Häde-Volk
0621 5904-1727
cordula.haede@pfalz.ihk24.de

Michael Kepes
0621 5904-1718
michael.kepes@pfalz.ihk24.de

STIFTERVERBAND

BILDU

Damit Bildung niemals aufhört.

Wir setzen uns dafür ein, dass junge Menschen ihre Talente entfalten können, und fördern bessere, chancengerechte Bildung. Mehr über unser Engagement erfahren Sie online.

www.stifterverband.org

Wir suchen ab sofort in Vollzeit:

Sachbearbeiter Finanzbuchhaltung (m/w/d)

Gärtner im Garten- und Landschaftsbau (m/w/d)

Helfer im Garten- und Landschaftsbau (m/w/d)

und ab September 2023:

Auszubildenden (m/w/d)

Kaufmann für Büromanagement

Nähere Informationen zu den zu besetzenden Stellen und das Anforderungsprofil finden Sie auf unserer Homepage unter www.sw-schifferstadt.de

Stadtwerke Schifferstadt – Personalabteilung
Mühlstraße 18 – 67105 Schifferstadt
bewerbung@sw-schifferstadt.de

Wieder voller Energie

Stadtwerke Schifferstadt

RENTE MIT 23

Für die Rente bist Du nie zu jung.

Cansel (23), Azubi zur Sozialversicherungsfachangestellten bei der DRV in Speyer

Nach der Schule direkt von der Rente leben?

Mit Deiner Ausbildung:

- > Sozialversicherungsfachangestellte (m/w/d)

Mit Deinem dualen Studium:

- > Bachelor of Arts – Verwaltung (m/w/d)
- > Bachelor of Science – Wirtschaftsinformatik/Software-Engineering (m/w/d)

Krisensichere Arbeitsplätze Gute Work-Life-Balance Sinnstiftende Arbeit

Komm doch zur Rente – die zahlt sich immer aus. Jetzt bewerben für 2023!

www.driv-rlp.de/nachwuchs

Deutsche Rentenversicherung Rheinland-Pfalz



Ein sogenannter morgendlicher Gedanken-Download kann helfen, ein besseres Bewusstsein für die eigenen Gefühle zu schaffen.

FOTO: DPA

Katastrophendenken im Job überwinden

Interview: Wie man mit Angst und Sorgen bei beruflichen Aufgaben umgeht

Sorgenfrei an jede Aufgabe zu gehen, liegt den wenigsten. Viel eher passiert das Gegenteil: Wir malen uns die schlimmsten Katastrophen aus und stehen uns so im Job selbst im Weg. Lässt sich das stoppen?

Unser Gehirn ist auf Gefahren trainiert, sagt Coachin Anne-Katrin Petsch. Das kann uns im Job ausbremsen. Denn viele Sorgen, die man sich vielleicht vor einer Präsentation, einem Personalgespräch oder einem Jobwechsel macht, treten am Ende gar nicht ein. Was aber hilft, wenn sich die Katastrophengedanken überschlagen? Anne-Katrin Petsch erklärt im Interview mit Amelie Breitenhuber (dpa), wie sich die Denkmuster durchbrechen lassen.

Frau Petsch, warum verfallen wir so schnell ins Katastrophendenken?

Ich denke, das ist etwas Urmenschliches. Wir sind seit jeher daraufhin trainiert, unsere Umgebung nach Gefahren abzuscanen. Besonders, wenn wir uns auf neues Terrain begeben. Dieser Gefahrenradar ist in uns angelegt und springt auch heute noch an, wenn wir zum Beispiel einen Vortrag halten müssen, ein Vorstellungsgespräch haben oder uns beruflich neu orientieren.

In welchen Situationen ist Katastrophendenken ganz typisch?

Der Klassiker, den fast jeder kennt, ist: Man muss eine Rede oder eine Präsentation halten. Da kommen schnell Gedanken an die ultimative Katastrophe hoch. Etwa: Wir verhaspeln uns, wir verlieren den roten Faden, wir haben einen Blackout. Typisch für Katastrophendenken ist, dass es so überspitzt ist, dass man den eigenen Anschluss an die Realität verliert.

Die Gedanken selbstständigen sich wie Dominosteine.

Zum Beispiel eine Führungskraft, die eigentlich Aufgaben abgeben muss, aber denkt: Wenn ich das nicht mehr selbst mache, setzt das Team das Projekt sicher in den Sand. Dann verlieren wir den Kunden. Und was denken dann die anderen Kunden? Da werden wir sicher noch mehr Kunden verlieren.

Warum hindert uns dieser Gedankenstress im Job am Vorankommen?

Ich glaube, Katastrophendenken ist bis auf eine Ausnahme grundsätzlich immer hinderlich. Denken wir an das Beispiel berufliche Neuorientierung: Wenn wir uns ausmalen, was alles schiefgehen kann, wird uns das für immer daran hindern, den Schritt in einen neuen Job zu wagen. Und das, obwohl wir vielleicht total unglücklich mit unserer derzeitigen Stelle sind.

Das Problem ist, dass unser Gehirn in eine Art Überlebensmodus schaltet, auch wenn die Situation eigentlich gar nicht lebensbedrohlich ist. In diesem Zustand sind wir aber nicht in der Lage, konstruktiv oder kreativ zu denken. Wir schränken uns und unseren Gestaltungsspielraum ein.

Sie sagen, es gibt eine Ausnahme: Wann kann der Gedankenstress hilfreich sein?

Ein Anwendungsfall, in dem uns Katastrophendenken dienen kann, ist das Worst-Case-Szenario. Das kann man am Beispiel eines Vortrags veranschaulichen. Und zwar, indem man vor dem Vortrag eine Reihe von „Und-dann-Fragen“ stellt. Man überlegt sich, was das

Schlimmste ist, das passieren kann.

Etwa so: Ich verliere den Faden. Und dann? Muss ich in meine Notizen schauen. Und dann? Werde ich vielleicht rot. Und dann? Muss ich neu ansetzen. Und dann? Setze ich den Vortrag fort. Diese Fragen führen zur Erkenntnis, dass es immer irgendwie weitergeht – und dass es gar nicht so wahrscheinlich ist, dass alle Katastrophen, die wir uns ausmalen, auch eintreten.

Was ist der erste Schritt, um Katastrophendenken zu überwinden?

Das Problem an Katastrophendenken ist, dass es sehr schnell und unbewusst eintritt. Wir merken es eher an unseren Gefühlen als an unseren Gedanken. Wir fühlen uns klein, wir fühlen uns schlecht.

Als Erste-Hilfe-Maßnahme können wir auf unseren Atem achten, fühlen, wie sich unser Brustkorb hebt und senkt. Oder wir stellen unsere Füße fest auf den Boden und versuchen, mit jedem Zeh einzeln zu wackeln. Es hilft auch, sich auf die Umgebungsgerausche zu konzentrieren und wahrzunehmen, was man in dem Moment alles hören kann. Es reicht meistens, eine dieser Übungen für 20 bis 30 Sekunden zu machen.

Dadurch aktivieren wir wieder Bereiche in unserem Gehirn, die uns klar denken lassen, und kommen emotional in einen besseren Zustand. Dann können wir uns Fragen stellen wie: Ist das eigentlich wahr, was ich da gerade gedacht habe? Wie sehe ich die Situation, wenn ich mit etwas Abstand und mit all meiner Lebens- oder Berufserfahrung darauf schaue? Wann wird uns fast immer bewusst, dass die Situationen, die wir uns aus-

gemalt haben, gar nicht so wahrscheinlich sind.

Welche Tricks helfen auch vorbeugend, um nicht immer wieder in Katastrophendenken zu verfallen?

Wie immer gilt: Übung macht den Meister. Es geht darum, gewohnte Gedankenwege mit neuen zu überschreiben. Dabei können uns kleine Übungen unterstützen. Um sie zur Gewohnheit zu machen, braucht es etwas Zeit. Rund zehn Wochen sollte man dranbleiben.

Eine Übung, die ich empfehlen kann, ist der Gedanken-Download. Am besten setzt man sich dazu morgens hin und schreibt alle Gedanken auf, die einem in den Sinn kommen. Man fragt sein Gehirn immer wieder: Und was ist da noch?

Diese Wahrnehmungsübung schafft ein Bewusstsein für die eigenen Gedanken. Schreibe ich vor einem Vortrag etwa: „Oh Gott, das wird eine Katastrophe“ oder „Mal sehen, was da kommt“.

Gleichzeitig kann man die bereits erwähnten Erste-Hilfe-Maßnahmen trainieren. Da reicht es für den Anfang schon, sich dreimal am Tag vom Handy erinnern zu lassen und diese Übungen zu machen. Das kann man mit täglichen Ritualen verbinden, etwa morgens in der Dusche, in der Mittagspause oder beim Toilettengang.

Mit der Zeit wird dann sozusagen der Muskel stärker, der den Wechsel zwischen den Betriebssystemen unseres Gehirns steuert. Wer das über Wochen macht, dem wird es irgendwann immer leichter fallen, den Überlebensmodus zu beenden. Viele merken schon mit diesen relativ einfachen Maßnahmen, dass sie nach einer Zeit angstfreier durchs Leben gehen. |dpa

Wie kleine Gesten zum Erfolg führen können

Wertschätzung ist im Job ein wichtiger Motivator und trägt zur Leistung bei

Wertschätzung kann im Berufsleben ganz entscheidend zu Motivation und Leistung beitragen. Schon mit einfachen Mitteln lässt sich Anerkennung regelmäßig in den Job-Alltag integrieren.

Es gibt viele Wege, Danke zu sagen. Um seiner Wertschätzung im Berufsleben Ausdruck zu verleihen, braucht es oft nicht viel. Der Effekt auf Motivation und Leistung ist aber umso größer, heißt es im Magazin „Faktor A“ der Bundesagentur für Arbeit.

Ein Ansatzpunkt, um Wertschätzung im Team zu fördern, können regelmäßige Events sein. Frei nach dem Motto „man muss die Feste feiern, wie sie fallen“, sei dafür kein besonderer Anlass notwendig. Wichtig ist nur, dass das Thema nichts mit der Arbeit zu tun hat.

Der persönliche Kontakt zu Kollegen motiviert

Auch das Private darf ein Stück weit ins Berufsleben rücken. Wo Geburtstage der Belegschaft etwa mit einer kleinen Aufmerk-



Schon kleine Gesten, etwa zum Geburtstag, können Wertschätzung im Team vermitteln.

FOTO: DPA

samkeit gefeiert werden, fühlen sich Teammitglieder wertgeschätzt.

Daneben kann regelmäßiger Austausch viel bewirken. Was in kleineren Unternehmen oft problemlos möglich ist, kann es auch in größeren Firmen geben: Persönliche Gespräche zwischen Vorgesetzten und Mitarbeiterinnen oder Mitarbeitern.

Lob bewirkt mehr als Kritik

Schon eine Nachfrage zum Arbeitsalltag zeige oft, dass Inte-

resse an der Leistung der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter besteht. Zu einem Klima der Wertschätzung gehört auch, dass die Führungskraft das Wohlbefinden der Angestellten im Blick hat. Etwa, indem sie Teammitgliedern anbietet, angesammelte Überstunden abzubauen.

Grundsätzlich geht es laut „Faktor A“ darum, Erfolg und Wachstum nicht als selbstverständlich anzusehen. Regelmäßiges Lob und anerkennende Worte seien kein großer Aufwand, aber wesentlich motivierender als Kritik. |dpa

WIR SUCHEN DICH!

Bewirb Dich an unserem Standort Landau zum 1. September 2023 für eine Ausbildung als

- **Elektroniker (m/w/d) für Betriebstechnik**
- **Kfz-Mechatroniker (m/w/d)**
- **Industriemechaniker (m/w/d)**



Weitere Infos: apl-landau.de/karriere

Neugierig? Dann sende uns Deine vollständige Bewerbung (einschließlich des letzten Zeugnisses) an APL Automobil-Prüftechnik Landau GmbH, Am Hölzel 11, 76829 Landau oder als zusammenhängende PDF-Datei per E-Mail an personal@apl-landau.de. **Wir freuen uns auf Dich!**

Als Azubi ins Ausland: Was bringt das?

Wer informiert, und was gilt es zu beachten bei Praktika in Betrieben im Ausland?

Unter Studierenden sind Auslandssemester etabliert und gehören zum Teil sogar zum Pflichtprogramm. Aber auch Azubis können während ihrer Ausbildung andere Länder kennenlernen. Was dabei wichtig ist.

Als Schreiner nach Dänemark, als Bierbrauerin nach Schweden oder als Industriekaufmann nach China: Azubis haben die Möglichkeit, andere Länder und deren Arbeitskultur kennenzulernen. Aber wie läuft so ein Auslandsaufenthalt während der Ausbildung ab? Antworten auf wichtige Fragen:

Was bringt mir ein Auslandspraktikum eigentlich?

Während eines Auslandsaufenthalts können Azubis ihre Fremdsprachenkenntnisse erweitern und beruflich dazulernen. Sie sammeln Erfahrung auf dem internationalen Arbeitsmarkt und müssen ihre Selbstständigkeit und Flexibilität unter Beweis stellen. So verbessern Azubis insgesamt ihre beruflichen Möglichkeiten.

Wie kann so ein Auslandsaufenthalt aussehen?

Meist absolvieren die Teilnehmerinnen und Teilnehmer ein betriebliches Praktikum im Ausland, heißt es von der Nationalen Agentur beim Bundesinstitut für Berufsbildung (NA



Während eines Praktikums in einem Betrieb im Ausland können Azubis Kenntnisse und Fertigkeiten ausbauen.

FOTO: DPA-TMN

BIBB). In der Regel dauert das Praktikum zwischen drei und acht Wochen. Es sind aber auch längere Aufenthalte möglich. Die Azubis kommen in Jugendherbergen, Mietunterkünften oder bei Gastfamilien unter.

An wen wende ich mich bei Interesse zuerst?

Die Berufsschule oder der Ausbildungsbetrieb ist üblicherweise der erste Ansprechpartner. Wenn diese nicht weiterhelfen können, liefert zum Beispiel auch das Serviceportal

„MeinAuslandspraktikum“ Unterstützung.

Nach Angaben der NA BIBB sind darüber hinaus die Mobilitätsberater des Netzwerks Berufsbildung ohne Grenzen (BoG) zentrale Ansprechpartner. Sie agieren als Brückenbauer, da sie sowohl Azubis und junge Fachkräfte als auch die Betriebe zum Thema Auslandsaufenthalte beraten. Die Beratung ist bei den Industrie- und Handwerkskammern und den Handwerkskammern angesiedelt.

Mit wie viel Vorlauf muss ich meinen Auslandsaufenthalt planen?

Bewirbt sich ein Azubi auf ein Erasmus-Stipendium in der Praktikumsplatzsuche der NA beim BIBB, könne es mit dem Aufenthalt sehr schnell gehen. Den Angaben nach dauert es dann nur wenige Wochen.

Wenn der Ausbildungsbetrieb oder die Schule einen eigenen Antrag stellen möchten, gibt es hingegen Anmeldefristen. Hier kann es bis zu einem Jahr dauern, bis es losgeht. Azubis und Betriebe können sich von den Mobilitätsberatern des BoG-Netzwerks unterstützen lassen.

Gibt es finanzielle Unterstützung?

Azubis können Zuschüsse für die Reise- und Unterkunftskosten vor Ort bekommen. Für Aufenthalte in Ländern der EU kommt zum Beispiel eine Förderung des Programms Erasmus+ infrage.

Für Auslandsaufenthalte in Ländern, die Erasmus+ nicht abdeckt, gibt es das Förderprogramm „AusbildungWeltweit“. Ausbildungsbetriebe, Kammern, überbetriebliche Ausbildungszentren oder berufliche Schulen können Zuschüsse für ihre Auszubildenden beantragen. Sofern bereits ein Partnerbetrieb im Ausland gefunden wurde. |dpa

Ausbildung mit Zukunft.
Zukunft mit Perspektive.

So ein Haus sind wir.

Eine berufliche Zukunft voller Chancen – und das in einem ganz tollen Team. Unsere Pflegeausbildung ist nicht nur inhaltlich top, sie wird auch noch attraktiv vergütet. Und später? Gibt es bei guten Leistungen eine garantierte Übernahme – und jede Menge Möglichkeiten, sich weiterzuentwickeln. Unser Leitbild: Für Menschen – mit Menschen.



St. Marien- und St. Annastifts Krankenhaus
Ludwigshafen am Rhein
Akademisches Lehrkrankenhaus der Medizinischen Fakultät Mannheim der Universität Heidelberg



Finde deinen Platz bei uns:
www.soeinhaussindwir.de



themenwelten.rheinpfalz.de



Veränderung gesucht?

Interessante Angebote und Informationen rund um das Thema Ausbildung & Karriere finden Sie auf einen Klick – unter **themenwelten.rheinpfalz.de**.

THEMENWELTEN

