

# SPRUNGBRETT



## **Berufe im Spital:**

Diese Fachleute sorgen dafür, dass sich Patientinnen und Patienten wohlfühlen

DER WEG ZUM WUNSCHBERUF / TIPPS BEI SCHÜCHTERNHEIT /  
LIVE AUS DER SCHNUPPERLEHRE





Berufe im Spital, Illustration: Andrea Lüthi

# Die Berufswahl: Eine spannende Reise

**Vielleicht hast du es schon einmal gesehen. Ganz sicher wirst du es kennenlernen, wenn du das erste Mal in die Berufsberatung gehst: das Berufsfenster.**

Wenn du es aufmachst, purzeln dir fast 300 Berufe entgegen. Viele Möglichkeiten – oder viel Stress?

Das Sprungbrett wird dir helfen, die Möglichkeiten zu sehen und den Stress zu vergessen. Oder sagen wir es so: Findest du das Berufsfenster verwirrend?

Dann wird das Sprungbrett dir helfen, daraus einen Wegweiser zu machen. Und zwar für die spannende Reise der Berufswahl.



## Inhalt

- 4 Berufe im Spital**  
Diese Profis sorgen dafür, dass im Spital alles rund läuft.
- 10 Bist du schüchtern?**  
6 hilfreiche Tricks von Lernenden
- 11 Erfolgreich schnuppern**  
Mit diesen Tipps meisterst du die Schnupperlehre.
- 12 Live aus der Schnupperlehre**  
Muhammed macht eine Schnupperlehre als Polymechaniker EFZ.
- 14 Begehrte Traum-berufe**  
Was du tun kannst, wenn es zu wenige Lehrstellen hat.
- 15 Wege an die Hochschule**  
So erreichst du deine beruflichen Ziele.
- 16 Hilfe, ich komme nicht weiter!**  
Tipps gegen Berufswahl-Blockaden
- 17 Noch keinen Plan?**  
Das empfiehlt die Berufsberaterin Rahel von Arx.
- 18 Mit dem EBA durchstarten**  
Léo und Chiara machen eine zweijährige Lehre.
- 19 Beim Schnuppern punkten**  
Gewinne bei unserem Rätsel.

### Hinweis

Videostories. Auf [www.sdbb.ch/sprungbrett](http://www.sdbb.ch/sprungbrett) findest du drei Videostories. Die Drehbücher sind geschrieben von Jugendlichen in der Berufswahl. Sie spielen ihre Rollen selbst.

### Film 1

Ich lerne meine Interessen und Stärken kennen.



### Film 2

Ich denke über meinen Berufswunsch nach und entscheide mich.

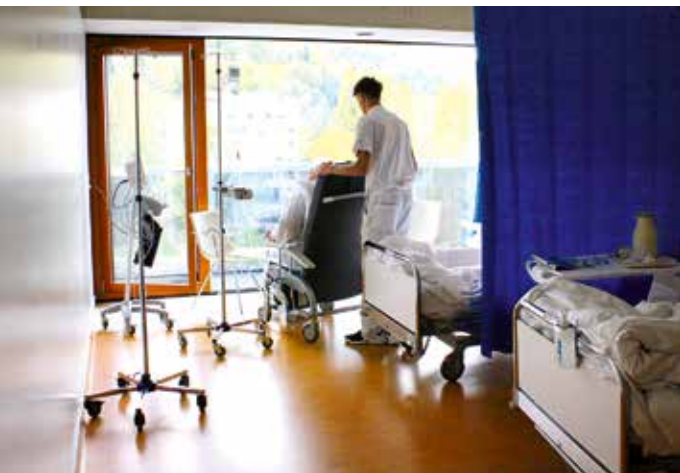


### Film 3

Ich suche eine Lehrstelle – und bekomme sie auch.







Flori unterstützt die Patientinnen und Patienten, damit diese sich möglichst wohlfühlen.

Kommunikation ist in Floris Berufsalltag das A und O.

Auch Reinigungsaufgaben gehören zu seinem Alltag.

Renée Leoni bereitet die Suppe für den Lunch vor.

REPORTAGE

## BERUFE IM SPITAL:

### Wer sorgt dafür, dass im Spital alles rund läuft?

Text und Bilder: Tanja Seufert

**Das Triemli gehört zum Stadtspital Zürich, das mehrere Standorte in der Stadt Zürich betreibt. Im Triemli arbeiten, neben Pflegefachleuten und Ärztinnen und Ärzten, unzählige weitere Berufsleute: zum Beispiel am Empfang, in der Küche oder im technischen Dienst. Sie alle sorgen dafür, dass das Spital seine Aufgaben wahrnehmen kann. Wir stellen vier Lernende aus unterschiedlichen Bereichen vor.**

### Er pflegt Patientinnen und Patienten

**Flori Wolfer, Fachmann Gesundheit EFZ im 2. Lehrjahr:**

Flori spielt Handball auf Profi-Niveau und absolviert deshalb am Stadtspital Zürich die Sportlehre. Seine Sportlichkeit kommt ihm im Berufsalltag zugute, denn als angehender Fachmann Gesundheit ist er den ganzen Tag auf den Beinen – und zwar ab 7 Uhr früh.

#### Verschiedene Untersuchungen

«Als Erstes informiere ich mich über die zugeteilten Patientinnen und Patienten und bespreche mich mit meiner Tagesbezugsperson, eine diplomierte Pflegefachperson», erzählt Flori. Dann macht er in den Patientenzimmern verschiedene Untersuchungen, zum Beispiel Blutdruckmessung, Blutentnahme und Gewichtskontrolle, und schätzt den All-

gemeinzustand ein. «Dabei bleibe ich immer in engem Austausch mit meiner Bezugsperson.»

#### Körperpflege ist Gewöhnungssache

Nachdem die Patientinnen und Patienten gefrühstückt haben, ist Körperpflege angesagt. Wie ist es, einem wildfremden Menschen dabei zu helfen? «Am Anfang ist das natürlich speziell. Doch wir Lernenden werden langsam daran herangeführt. Intimpflege zum Beispiel machen wir erst gegen Ende des ersten Lehrjahrs.» Intimpflege ist auf der Herzchirurgie, wo Flori im Moment arbeitet, eher die Ausnahme. «Ich schaue mit den Patientinnen und Patienten, wo Hilfe nötig ist. Bei den meisten wasche ich Rücken, Beine und Füße, also die Stellen, an die sie selber schlecht hinkommen.» Dabei kontrolliert Flori die Haut auf Rötungen, Druckstellen und andere Auffälligkeiten.

#### Wohlbefinden fördern

Kommunikative Fähigkeiten sind in seinem Beruf sehr gefragt: «Wir stehen mit unseren Patientinnen und Patienten immer in Kontakt. Unser Ziel ist es, ihr Wohlbefinden zu fördern», erklärt Flori. Auch im Team tauscht er sich häufig aus. So ist täglich um 13 Uhr der Teamrapport angesagt. Die Fachleute Gesundheit und die Pflegefachpersonen besprechen im Stationszimmer, was es noch zu tun gibt. Ein grosser Teil des Nachmittags ist fürs Dokumentieren, die Nachmittagsrunde in den Patientenzimmern und die Übergabe an die nächste Schicht reserviert.

### Sie sorgt für ein vielfältiges Buffet

**Renée Leoni Morciano, Systemgastronomiefachfrau EFZ im 1. Lehrjahr:**

Renée Leoni arbeitet im Bistro Triemli, einem Gastronomiebetrieb des Stadtspitals Zürich. Heute ist sie für die Früh- schicht verantwortlich und sorgt dafür, dass das Buffet, die Kühlschränke und Kaffeeautomaten immer befüllt und bereit sind. Aber nicht nur: Die angehende Systemgastronomiefachfrau arbeitet an der Schnittstelle zwischen Lieferanten, Küche, Service und Administration – ein abwechslungsreicher Beruf!

#### Den ganzen Tag auf den Beinen

«Morgens triffst du mich mit dem Servierwagen an», sagt Renée Leoni. «Damit hole ich im Lager die angelieferten Lebensmittel und platziere sie im Bi-





Die angehende Systemgastronomiefachfrau ist den ganzen Tag in Bewegung.



Manche Instrumente muss Stefan vor der Desinfektion zerlegen.



Auf dem Packtisch prüft er die Instrumente und verpackt sie gemäss Schema.



Aus hygienischen Gründen ist in der «Nasszone» eine umfassende Schutzausrüstung nötig.

stro.» Mit geübten Handgriffen stellt sie die verschiedenen Produkte auf den Servierwagen – von Birchermüesli in Gläsern über Softdrinks bis zu Bananen. Dann füllt sie diese im Bistro auf. Eine schöne Präsentation der Lebensmittel ist sehr wichtig – schliesslich isst das Auge mit.

### Kontaktfreudigkeit und gute Umgangsformen

«Entschuldigung, haben Sie irgendwo Servietten?», fragt eine Kundin, als Renée Leoni gerade Smoothies in den «Frigo» füllt. «Ja sicher, Sie finden sie gleich dort drüben», antwortet die Lernende freundlich und zeigt der Frau den Weg. Für diesen Beruf muss man gerne mit Menschen arbeiten und hilfsbereit sein – auch innerhalb des Team ist gegenseitige Unterstützung wichtig. Denn: Hinter den Kulissen jeden Gastronomiebetriebs muss alles wie am Schnürchen laufen. Genau das lernt Renée Leoni. Als Systemgastronomiefachfrau koordiniert sie

alles Nötige, damit das Bistro seine Dienstleistungen erbringen kann. Dafür arbeitet sie auch am Computer, wo sie zum Beispiel Lagerbestände kontrolliert und Bestellungen macht.

### Gastronomie in einem spannenden Umfeld

Ursprünglich wollte Renée Leoni einen medizinischen Beruf lernen, doch ihre Mutter – eine gelernte Köchin – brachte sie auf den Beruf der Systemgastronomiefachfrau. Mit ihrer Lehre im Spital konnte sie beides verbinden: ihr Interesse am Spitalumfeld und ihre Freude an der Gastronomie.

## Arbeitszeiten

Ein Spital ist rund um die Uhr und an jedem Wochentag in Betrieb. Deshalb gibt es für viele Spitalberufe Schichtarbeit, zum Beispiel Früh- oder Spätschicht. Nachtdienst ist vor allem in den Pflegeberufen üblich. Lernende dürfen allerdings keinen Nachtdienst machen. Auch haben sie am Wochenende frei.

## Er bereitet chirurgische Instrumente auf

Stefan Paunovic, Medizinprodukte-technologie EFZ im 1. Lehrjahr:

Ob Skalpelle, Klemmen, Scheren oder Endoskope, die Anzahl chirurgischer Instrumente ist riesig. Jedes dieser noch so kleinen Teile muss nach einer Operation zerlegt und gereinigt werden. Und hier kommt Stefan ins Spiel: Der angehende Medizinprodukte-technologie sorgt dafür, dass kontaminierte – also verschmutzte – Instrumente so aufbereitet werden, dass man wieder mit ihnen operieren kann.

### Verschiedene Geräte bedienen

«Wir benutzen zum Beispiel das RDG, das Reinigungs- und Desinfektionsgerät. Darin werden die Instrumente thermisch desinfiziert», erklärt Stefan. Danach gelangen die Instrumente auf ei-

nen Packtisch. Dort werden sie wieder zusammengesetzt, auf ihre Funktion geprüft und gemäss Packschema in Container oder Folien verpackt – denn jeder Operationsbereich benötigt eigene Instrumente. Anschliessend kommen die verpackten Instrumente auf die Beladungsträger und werden im Autoklav – ein Sterilisationsgerät – bei 134°C mit Wasserdampf sterilisiert.

### Belastbarkeit und Interesse an Mechanik

Er bereitet in der «Nasszone» gerade Instrumente für die Desinfektion vor. Dabei trägt der angehende Medizinprodukte-technologie eine Schutzausrüstung. «Dies ist zu unserem eigenen Schutz und damit wir keine Keime nach draussen tragen», erklärt er. «Für meinen Beruf braucht es mechanisches Verständnis und psychische Belastbarkeit», sagt Stefan. Man müsse zum Beispiel Blut sehen können, sonst sei dieser Beruf nichts, sagt er und schmunzelt.

### Mit kleinem Umweg zum Traumberuf

Auf einen Spitalberuf ist Stefan durch seine Mutter gekommen, sie arbeitet als Arztsekretärin. Nach einer Schnupperlehre als Medizinprodukte-technologie wusste er: Das ist es. Doch es gab noch eine Hürde zu überwinden: «Weil das Stadtspital die Lehrstelle schon vergeben hatte, konnten sie keinen weiteren Lehrvertrag ausstellen. Ich wollte diese Ausbildung jedoch unbedingt machen, und so habe ich zur Überbrückung ein Praktikum als Spitalangestellter absolviert.»





Ideen sammeln, Konzepte erstellen: Im Marketing kann Diana kreativ sein.



Am PC bearbeitet sie zum Beispiel Fotos oder verwaltet Teilnehmerlisten von Events.

## Sie macht das Spital bekannt

**Diana Natale, Kauffrau EFZ mit Fachrichtung Spitäler/Kliniken/Heime im 3. Lehrjahr:**

«Das KV war für mich Plan B, ursprünglich wollte ich in die Pflege. Bei einer Schnupperlehre als Medizinische Praxisassistentin habe ich aber gemerkt, dass mir das Administrative auch gut liegt. Mit der kaufmännischen Lehre im Spital konnte ich meine Interessen kombinieren», erzählt Diana. Am KV schätzt sie die guten Aufstiegschancen und die Abwechslung. «Ich arbeite jedes Semester in einer anderen Abteilung.»

### Bei Werbekampagnen mithelfen

Bisher war die angehende Kauffrau am Empfang, in der Patientenaufnahme, im Sekretariat der Chirurgie und in der Ab-

teilung Marketing und Kommunikation. «Das Marketing gefällt mir bis jetzt am besten. Ich kann zum Beispiel bei Kampagnen mithelfen, bin bei Fotoshootings dabei und erstelle Thumbnails für Youtube. Auch fotografiere ich selbst und bearbeite die Fotos für unsere Social-Media-Kanäle. Im Marketing fühle ich mich frei wie ein Vogel», sagt Diana und lacht.

### Das Spital wirbt für sich als Arbeitgeber

Warum ist Marketing für ein Spital überhaupt wichtig? «Zum einen fühlen sich Patientinnen und Patienten wohler, wenn sie uns kennen. Zum anderen ist es für ein Spital sehr wichtig, Fachkräfte anzuziehen», erklärt Diana. Mit «Employer Branding», wie es in der Marketingsprache heisst, präsentiert sich das Spital als attraktiven Arbeitgeber. Mit Erfolg: Das Stadtspital ist bekannt für seine witzigen Kampagnen.

### Durchhaltevermögen und Teamfähigkeit

Das Kreative liegt Diana besonders. Doch auch Administratives und Organisatorisches gehören zu ihrem Arbeitstag. So verwaltet sie zum Beispiel die Teilnehmerlisten von Events. «In meinem Beruf braucht es Geduld, Durchhaltevermögen, Teamfähigkeit und Freude an administrativen Fähigkeiten», fasst Diana die Anforderungen zusammen. Und wie geht's weiter nach der Lehre? Auch dann möchte Diana frei wie ein Vogel bleiben: «Ich kann mir alles Mögliche vorstellen, von Product Managerin im Kosmetikbereich über Flugbegleiterin bis zu einem Beruf auf der Neonatologie.»

## Weitere Berufe im Spital

DAMIT SICH PATIENTINNEN UND PATIENTEN WOHLFÜHLEN, BRAUCHT ES UNTER ANDEREM AUCH DIESE LEHRBERUFE:

### Assistent/in Gesundheit und Soziales EBA

Sie unterstützen Patientinnen und Patienten bei der Körperpflege, beim Essen, beim Aufstehen, beim An- und Ausziehen und bei einfachen administrativen Aufgaben.

### Medizinische/r Praxisassistent/in EFZ

Sie unterstützen Ärztinnen und Ärzte und das medizinische Personal in der Patientenversorgung und Administration.

### Fachmann/Fachfrau Apotheke EFZ

In spitaleigenen Apotheken beraten sie Patientinnen und Patienten und verkaufen Medikamente.

### Fachmann/Fachfrau Betreuung EFZ

Sie arbeiten zum Beispiel in der Kita oder kümmern sich in psychiatrischen Kliniken um Patientinnen und Patienten.

### Fachmann/Fachfrau Hotellerie-Hauswirtschaft EFZ

Sie sorgen für Sauberkeit und Ordnung im Spital.

### Fachmann/Fachfrau Textilpflege EFZ

Sie reinigen und pflegen Textilien wie Bettwäsche und Handtücher.

### Praktiker/in Hotellerie-Hauswirtschaft EBA

Sie arbeiten unter anderem in der Reinigung und Wäscherei.

### Koch/Köchin EFZ

Sie bereiten gesunde Mahlzeiten für Patienten, aber auch für hauseigene Gastronomiebetriebe zu.

### Informtiker/in EFZ

Sie sind verantwortlich für die Verwaltung und Wartung der IT-Systeme im Spital.

### Fachmann/Fachfrau Betriebsunterhalt EFZ

Sie kümmern sich um die Wartung und Instandhaltung von Gebäuden und Anlagen.

### Unterhaltspraktiker/in EBA

Sie halten das Gebäude sauber und funktionstüchtig.

### Logistiker/in EFZ

Sie sorgen dafür, dass die Material- und Warenflüsse im Spital funktionieren.

### Gärtner/in EFZ

Sie pflegen und gestalten Aussenanlagen, Gärten und Indoor-Pflanzen, um eine angenehme Atmosphäre zu schaffen.

Fachfrau Betreuung EFZ



Bild: Iris Krebs

Koch EFZ



Bild: Maurice K. Grünig

Logistiker EFZ



Bild: Thierry Porchet



## Schüchternheit überwinden

**Bist du eher der stille Typ? Telefonierst du nur sehr ungern? Macht dich der Gedanke an eine Schnupperlehre nervös? Keine Panik – so wie dir geht es vielen Jugendlichen. Aller Anfang ist schwer, doch Übung macht den Meister. Das raten dir Jugendliche, die mittlerweile eine Lehrstelle gefunden haben oder schon in der Lehre sind:**



In der Schule und im BIZ kannst du üben, selbstbewusst zu sprechen.

Bild: Frederic Meyer

### Tipp 1: Erfahrung sammeln

«Ich war immer sehr unsicher, traute mich kaum, auf fremde Menschen zuzugehen. Dann habe ich über Bekannte meiner Eltern einen Ferienjob im Service eines Restaurants bekommen. Ich half dort, bei den Gästen die Bestellungen aufzunehmen und in der Küche zu melden. Dort merkte ich schnell, dass es gar nicht schlimm ist, mit unbekannt Personen zu reden – und dass ich mit meiner freundlichen Art sogar sehr gut ankomme.»

Michael, in der Lehre als Produktionsmechaniker EFZ

### Tipp 2: Üben, üben, üben

«Am Anfang ist es ganz normal, dass man Angst vor dem Telefonieren hat, doch damit kommt man bald klar. Ich habe mehrmals mit meiner Familie und mit Freunden geübt, auch in der Schule haben wir viel geübt. Dadurch habe ich Mut gefasst. Je öfter man etwas versucht, umso besser kann man es.»

Mariana, beginnt bald eine Lehre als Fachfrau Gesundheit EFZ

### Tipp 3: Gut vorbereiten

«Ich habe mir vor dem Anruf jeweils ein paar Sätze aufgeschrieben, die ich sagen könnte, falls mir gar nichts einfällt. Auch die Agenda hatte ich immer griffbereit. Klar ist man am Anfang nervös beim Telefonieren, doch man gewöhnt sich recht schnell daran.»

Manuel, hat eine Lehrstelle als Logistiker EFZ gefunden

### Tipp 4: Ehrlich sein

«Ich fürchtete mich davor, bei Betrieben anzurufen und nach einer Schnupperlehre zu fragen. Es machte mir richtig Bauchweh, und ich schob es immer wieder hinaus. Da riet mir mein Vater etwas ganz Einfaches: Ich solle am Telefon gleich zu Beginn sagen, dass ich nervös sei. Also probierte ich es. Und gleich der erste Chef dankte mir am Telefon für meine Ehrlichkeit, reagierte sehr freundlich – und meine Schüchternheit war

weg. Sie ist auch bei späteren Anrufen nicht mehr zurückgekehrt.»

Enja, angehende Fachfrau Hotellerie-Hauswirtschaft EFZ

### Tipp 5: Einstellung trainieren

«Meine ältere Schwester hat mir folgenden Trick verraten: Vor jedem Gespräch soll ich im Kopf meine Stärken durchgehen. Dazu gehört auch meine ruhige Art, denn ich bin sehr hilfsbereit und rücksichtsvoll. Im Gespräch soll ich dann gar nicht so tun, als sei ich besonders tough. So kann ich selbstbewusst werden und authentisch bleiben. Es ist eine Übung im Kopf – aber sie hat bei mir immer super funktioniert.»

Ruben, absolviert eine Lehre als Fachmann Betreuung EFZ

### Tipp 6: Einfach Du sein

«Ich war immer der Stille in meiner Klasse, habe mich kaum gemeldet und stand nie im Vordergrund. Ich hatte wahnsinnig Angst, mit diesem Charakter in ein Vorstellungsgespräch zu gehen. Meine Berufsberaterin riet mir das Entscheidende: Du musst im Gespräch nicht laut oder wahnsinnig witzig sein – sondern einfach freundlich. Ich habe das dann so versucht – und bekam tatsächlich bereits im zweiten Vorstellungsgespräch meine Lehrstelle.»

Jovan, Kaufmann EFZ in der Lehre

## Umgang mit Menschen üben

### Hier einige Tipps, um im Alltag Sozialkompetenz zu trainieren:

Wenn du mit einem fremden Menschen in Kontakt kommst, achte auf eine deutliche Begrüssung, Augenkontakt und ein freundliches Gesicht.

Wenn du mit jemandem sprichst, rede nicht nur selber, sondern stelle auch Fragen.

Wenn du etwas möchtest oder wirklich Hilfe brauchst: Teile dies klar, aber freundlich mit. Schweigen oder lautes Fordern bringen meist nichts.



Bild: shutterstock

Interesse zeigen und freundlich sein: So hinterlässt du einen guten Eindruck.

«Ich habe mich vor und nach der Schnupperlehre telefonisch bei meiner Ausbilderin gemeldet. Das ist ihr positiv aufgefallen. Auf das Bewerbungsgespräch habe ich mich gut vorbereitet. Ich wusste bereits viel über den Beruf und den Betrieb.»

Dajana, angehende KV-Lernende, Sarnen

«Ich habe darauf geachtet, dass ich passend angezogen und ausgeschlafen war. Im Gespräch habe ich Fragen gestellt – und klar gemacht, dass ich mich für den Beruf interessiere, schon viel darüber weiss und mich über die Lehrstelle sehr freuen würde.»

Michael, Fachmann Betreuung EFZ im 1. Lehrjahr, Schaffhausen

«Man muss dem Lehrbetrieb zeigen, dass man teamfähig ist und den Job will. Am besten ist es, wenn man sich dabei nicht verstellt. So habe ich es geschafft: Ich hatte nicht speziell gute Noten und habe trotzdem eine Lehrstelle als Polymechanikerin bekommen.»

Nicole, Polymechanikerin EFZ im 1. Lehrjahr, Uster

«Beim Schnuppern sollte man viele Fragen stellen. Auch habe ich mir bei der Recherche über den Lehrbetrieb den Namen eines Produkts gemerkt und diesen während der Schnupperlehre erwähnt, das hat die Berufsbildnerin beeindruckt. Neben ehrlichem Interesse und Freundlichkeit ist die passende Kleidung sehr wichtig.»

Ali, beginnt bald die Lehre als Detailhandelsfachmann EFZ in Zürich

## Und was sagen die Berufsbilderinnen und Berufsbildner?

«Unsere Lernenden haben oft Kundenkontakt. Deshalb ist ein freundliches und sicheres Auftreten sehr wichtig. In der Schnupperlehre achten wir zudem auf das handwerkliche Talent. Auch Schulnoten sind wichtig, weil die Berufsfachschule recht anspruchsvoll ist.»

Alex Dinkel, Inhaber einer Elektroinstallationsfirma

«Gehen die Jugendlichen offen auf die Patientinnen und Patienten zu? Sehen sie die Arbeit, packen sie von sich aus an? Wissen sie schon etwas über den Beruf? Zeigen sie ihre Motivation? Darauf achte ich während der Schnupperlehre besonders.»

Peter Bolliger, im Spital Winterthur für die lernenden Fachleute Gesundheit verantwortlich

«Wir möchten Lernende, die selbstständig sind, Verantwortung übernehmen wollen und ausdauernd sind. Sehr wichtig ist mir das persönliche und soziale Verhalten. Es hat den gleichen Stellenwert wie die Schulnoten oder das handwerkliche Talent.»

Hans Orlor, Leiter Auswahl und Betreuung im Ausbildungszentrum Winterthur

## Was ist was?

### Schnupperlehre

Sie dauert meist zwischen zwei und fünf Tagen. Du kannst Beruf und Betrieb genau unter die Lupe nehmen. Du wirst im Team mitarbeiten und die wichtigsten Arbeiten des Berufs kennenlernen. Es gibt jedoch keine Tests oder Prüfungen.

### Selektionspraktikum

Hier wollen dich die Lehrbetriebe ganz genau kennenlernen. Sie gehen nicht davon aus, dass du dich erst über den Beruf informieren möchtest, sondern dass du dich für eine Lehrstelle im Unternehmen interessierst. Für so ein Praktikum musst du in der Regel bereits eine Lehrstellenbewerbung schreiben.

## Erfolgreich schnuppern

**Die ersten Schnupperversuche sind gar nicht so einfach. Wie gehst du am besten vor und worauf solltest du beim Schnuppern achten? Dazu haben echte «Schnupperpros» ein paar Tipps auf Lager – nämlich Jugendliche, die erfolgreich eine Lehrstelle gefunden haben.**



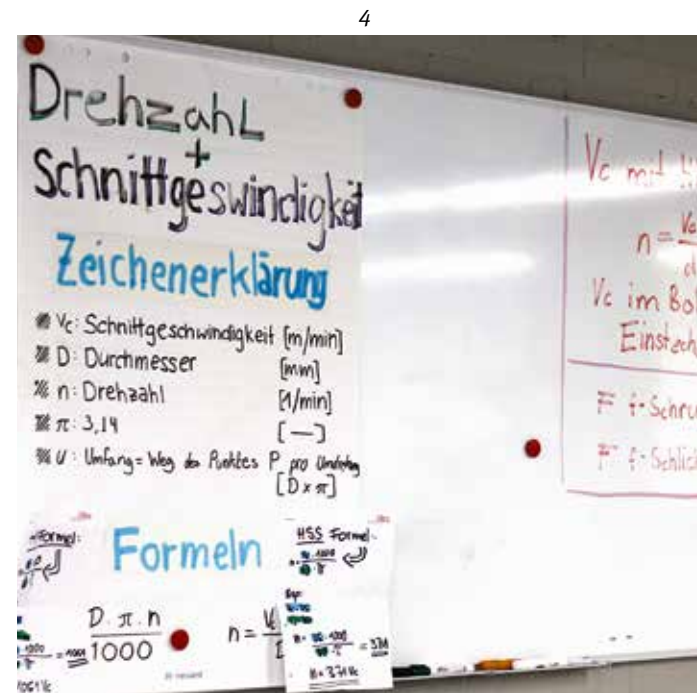


1  
In der Werkstatt üben die Lernenden den Umgang mit verschiedenen Maschinen.  
2  
Der Lernende hilft Muhamed bei jedem Arbeitsschritt.  
3  
An der Drehmaschine werden runde Teile gefertigt.

## Was sagt der Ausbilder?

**Markus Gadiet ist Berufsbildner Mechanik bei libs. Worauf achtet er bei Schnupperlernenden?**

«Mir ist nicht nur technisches Flair wichtig, sondern ich schaue mir die Person an: Was ist sie für ein Typ? Zeigt sie Interesse, ist sie aktiv und macht mit? Mein Tipp ist: Verstehe dich nicht, sondern sei so, wie du bist. Für mich zählen Offenheit, Ehrlichkeit und Authentizität.»



4  
Auch Theorie gehört dazu.

5  
Der Berufsbildner erklärt Muhamed die Bedienung der Fräsmaschine.

6  
Mit Unterstützung eines Lernenden stellt Muhamed einen Nussknacker her.

7  
Um Pläne korrekt umsetzen zu können, braucht es ein gutes räumliches Vorstellungsvermögen.



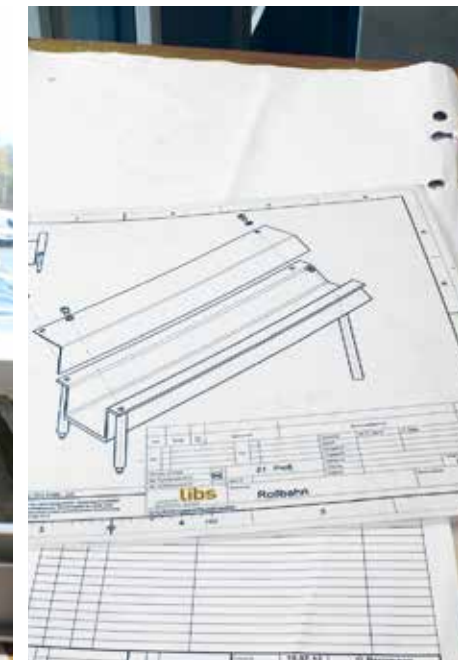
2



3



6



7

## EINBLICK

# Live aus der Schnupperlehre

Text und Bilder: Tanja Seufert

## Muhamed Berisha interessiert sich für den Beruf Polymechniker EFZ. Wir haben ihn beim Schnuppern bei libs angetroffen.

Muhamed lässt sich vom Lernenden, der ihn heute betreut, gerade die Bedienung der Drehmaschine erklären. Er ist einer von drei Jugendlichen, die heute bei libs (Industrielle Berufslehren Schweiz) den Beruf Polymechniker EFZ schnuppern. Ihre Aufgabe ist es, einen eigenen Klebebandabroller aus Aluminium anzufertigen.

tigen. Dafür lernt Muhamed verschiedene Maschinen und Handwerkzeuge kennen: «Am Vormittag war ich an der Fräsmaschine», erzählt er. «Und wenn ich mit der Drehmaschine fertig bin, darf ich an der Werkbank noch meine Initialen in das Metallstück einhämmern.» Eine Arbeit, die viel Fingerspitzengefühl braucht.

**Brückenangebot nach der 3. Sek**  
Handwerklich unerfahren ist Muhamed nicht: Im Moment arbeitet er, im Rahmen eines Motivationssemesters, in einer Vellowerwerkstatt. Eine Arbeit, die ihm sehr gefällt – und die ihm bei der Lehrstellen-

suche hilft. Er kann hier nicht nur Berufserfahrung sammeln, sondern erhält auch professionelle Unterstützung bei der Lehrstellensuche.

In der 3. Sek, als es an die Lehrstellensuche ging, konnte sich Muhamed noch für keinen Beruf richtig begeistern. «Ich war ziemlich planlos», sagt er und lacht. Deshalb habe er zu spät angefangen, nach einer Lehrstelle zu suchen. «Heute weiss ich, was ich will.» Wenn das Semester vorbei ist, möchte der Jugendliche ein Praktikum in einem Gewerbe- oder Industriebetrieb machen, um noch mehr praktische Erfahrung zu sammeln. Sein

Ziel: eine Lehrstelle als Polymechniker EFZ, Produktionsmechniker EFZ oder Automobilfachmann EFZ finden.

## In der Werkstatt ist Teamwork gefragt

Der Schnuppertag bei libs gefällt Muhamed sehr. Nicht nur die Arbeit, auch der Teamgeist begeistert ihn. «Alle sind sehr freundlich und kooperieren miteinander.» Er blickt in die grosse, helle Werkstatt. Es herrscht rege Betriebsamkeit – und doch eine entspannte, humorvolle Stimmung. Lernende im «Blaumann» und mit Schutzbrillen bohren, feilen und hämmern. Sie helfen einander, die Aus-

bilderinnen und Ausbilder kontrollieren die Arbeiten und geben Tipps.

Muhamed kann sich gut vorstellen, eine Lehre als Polymechniker EFZ zu machen. «Der Beruf ist sehr vielseitig. Man arbeitet mit Handwerkzeug, aber auch mit Maschinen und Anlagen, die man programmieren muss. Das ist etwas, das mich speziell interessiert», sagt er. Als Polymechniker müsse man auch etwas von Konstruktion und Automatik verstehen und man arbeite mit verschiedensten Fachleuten zusammen. Diese Vielfältigkeit sagt dem technikbegeisterten Jugendlichen sehr zu.



# Hilfe, mein Wunschberuf ist heiss begehrt

**Vielleicht kennst du das Problem: Dein Traumberuf ist sehr beliebt – viele wollen ihn, aber nur wenige kriegen ihn. Die Gründe? In manchen Berufen gibt es einfach kaum Lehrstellen. Und in anderen Berufen gibt es zwar Lehrstellen, aber auch zahlreiche Interessentinnen und Interessenten. Was tun?**

Du willst Informatiker werden, aber deine Noten sind so lala? Dein Traumberuf ist Bootbauerin, aber es gibt nur wenige Lehrstellen? Mit deinen Sorgen bist du nicht allein. Wenn du die Anforderungen eines Berufs nicht erfüllst oder es wenige Lehrstellen gibt, ist Flexibilität gefragt.

### Seltene oder beliebte Berufe

Hast du dich in einen seltenen Beruf verliebt, solltest du einen Backup-Plan haben. Denn es ist möglich, dass du trotz Eignung keine Lehrstelle bekommst. Es gibt Berufe, in denen schweizweit jedes Jahr keine zehn Jugendliche ausgebildet werden. Dann gibt es Berufe, von denen es zwar mehr Lehrstellen gibt, auf die sich aber sehr viele Jugendliche bewerben.

### Mehrere Pfeile im Köcher haben

Überlege dir, welche (ähnlichen) Berufe dir auch gefallen. Dabei hilft dir zum Beispiel das Berufsfenster: Es bietet einen Überblick über alle Lehr- und Weiterbildungsberufe in einem Berufsfeld. Vielleicht hast du sehr vielfältige Interessen? Dann ziehe auch einen völlig anderen Beruf in Erwägung – und mache

Bild: Maurice K. Grünig



Bootbauer/in EFZ gehört zu den selteneren Berufen.

### Ich hatte immer einen Plan B»

«Das Wichtigste ist, oft schnuppern zu gehen, um möglichst viele Eindrücke zu erhalten. Ich ging als Fachfrau Gesundheit, Drogistin, MPA und Fachfrau Apotheke schnuppern. Als ich mich für FaGe entschieden habe, ging ich nochmals schnuppern, um mir ganz sicher zu sein. Jedoch hatte ich immer einen Plan B für den Fall, dass es mit der Lehrstelle nicht geklappt hätte. Dann hätte ich mich auf eine Lehrstelle als MPA beworben.»

Maira, beginnt bald mit der Lehre zur Fachfrau Gesundheit EFZ

verschiedene Schnupperlehren. Gib deinem Plan B (oder C) die Chance, zu deiner Nr. 1 zu werden. Und sollte es dann mit deinem Traumberuf trotzdem klappen, umso besser!

### «In meinem Traumberuf gab es sehr wenige Lehrstellen»

«Mein Traumberuf war Theatermaler. Doch gibt es in der ganzen Schweiz nur sehr wenige Lehrstellen. Deshalb habe ich einen Beruf mit ähnlichen Aufgaben und Anforderungen gesucht – und kam auf Polydesigner 3D. Das war ein Volltreffer, denn nun kann ich während der Lehre ein Praktikum im Theater absolvieren und werde bald einen Einsatz in der Theatermalerei haben.»

Kevin, angehender Polydesigner 3D EFZ

### «Ich bin bei der Schnupperlehre positiv aufgefallen»

«Ich habe vor der Schnupperlehre im Betrieb angerufen und mich auch danach telefonisch bedankt. Während der Schnupperlehre habe ich häufig nachgefragt, was ich tun kann, und bin nicht nur herumgestanden. Im späteren Bewerbungsgespräch haben sie mir dann gesagt, das sei positiv aufgefallen. So habe ich die Lehrstelle in meinem Traumberuf bekommen.»

Melina, Informatikerin EFZ im 1. Lehrjahr

### Die 10 meistgewählten Berufslehren

- Kaufmann/Kauffrau EFZ (alle Profile)
- Fachmann/Fachfrau Gesundheit EFZ
- Detailhandelsfachmann/-fachfrau EFZ
- Fachmann/Fachfrau Betreuung EFZ
- Informatiker/in EFZ
- Elektroinstallateur/in EFZ
- Logistiker/in EFZ
- Zeichner/in EFZ
- Koch/Köchin EFZ
- Landwirt/in EFZ

Quelle: Bundesamt für Statistik (2020)

Berufe nach Berufsfelder und Branchen suchen:



# Erfordern deine beruflichen Ziele ein Studium?

Bild: Dominic Büttner



	Fachhochschulen (FH)	Universitäre Hochschulen (UH)
Ausrichtung	Angewandte Forschung, berufsbezogen	Grundlagenforschung, theoretisches Wissen
Studienabschlüsse	Bachelor (Regelabschluss), Master	Bachelor, Master (Regelabschluss), PhD (Doktorat)
Studiendauer (Vollzeit)	6 Semester	9–10 Semester
Zulassung	Berufsmaturität, Fachmaturität, gymnasiale Maturität (in der Regel ist Berufspraxis erforderlich)	Gymnasiale Maturität, Berufsmaturität oder Fachmaturität mit Ergänzungsprüfung (Passerelle)

**Gut zu wissen:** Einige Berufe, zum Beispiel Ingenieurberufe, kannst du entweder an einer FH oder einer UH studieren. Der Regelabschluss eines FH-Studiums ist der Bachelor. An der Uni oder ETH studierst du in der Regel bis zum Master.

**Ob Architektin oder Anwalt, Umweltingenieur oder Tierärztin: Viele Traumberufe sind mit einem Studium an der Fachhochschule oder Universität verbunden. Die gute Nachricht ist: Du hast zahlreiche Möglichkeiten, wie du an dein Ziel kommst – auch mit einer Berufslehre.**

### Fachhochschulen (FH)

Mit einer Berufs- oder Fachmatura wirst du an die Fachhochschule zugelassen. Es gibt Studiengänge, die zusätzlich eine Aufnahmeprüfung verlangen.

#### Drei Beispiele für FH-Berufe:

- Schauspieler/in
- Betriebsökonom/in
- Physiotherapeut/in

### Universitäre Hochschulen (UH)

Um an der Universität oder an der ETH zu studieren, brauchst du nicht unbedingt die gymnasiale Matura. Wenn du die Berufs- oder Fachmatura hast, kannst du eine Ergänzungsprüfung machen («Passerelle»). Dafür besuchst du in der Regel einen Vorbereitungslehrgang.

#### Drei Beispiele für UH-Berufe:

- Arzt/Ärztin
- Anwalt/Anwältin
- Physiker/in

### Willst du Lehrer/in werden oder in einem anderen pädagogischen Beruf arbeiten?

Für die Pädagogische Hochschule brauchst du die Fachmatura, die gymnasiale Matura oder die Berufsmatura mit Ergänzungsprüfung (Passerelle). Weitere Infos:



### Wege an die Hochschule

Für die gymnasiale Maturität kannst du entweder ans Gymnasium oder sie später an einer

Maturitätsschule für Erwachsene erlangen. Weitere Infos:



Mit einer Berufsmatura oder Fachmatura kannst du eine Ergänzungsprüfung (Passerelle) machen. Damit wirst du auch an die Uni, an die ETH oder an die Pädagogische Hochschule zugelassen. Weitere Infos:





## Ich komme nicht weiter, was tun?

**Du hast dich über einige Berufe informiert, doch bisher begeistert dich keiner. Du solltest Schnupperlehren organisieren, kannst dich aber nicht wirklich dazu aufraffen. Du bist zwar am Schnuppern, aber kein Beruf gefällt dir so richtig. Kurz: Du steckst fest. Sich hie und da blockiert zu fühlen, ist in der Berufswahl ganz normal. Hier sind einige Ideen, wie du den Stein ins Rollen bringst.**

### Besuche Infoveranstaltungen

Branchenverbände und grosse Ausbildungsbetriebe organisieren Events, bei denen du Einblicke in ganz unterschiedliche Berufe erhältst. So musst du dich noch nicht auf einen bestimmten Beruf festlegen, sondern kannst in verschiedene Tätigkeiten reinschnuppern. Kommt eine weiterführende Schule für dich in Frage? Fachmittelschulen und Handelsmittelschulen bieten ebenfalls Infoveranstaltungen an. Und: Es gibt auch Online-Veranstaltungen. So kannst du dich über einen Beruf oder ein Berufsfeld informieren, ohne vor Ort zu sein. Der Vorteil: Du bekommst einen ersten Eindruck, ohne dass du viel Zeit dafür investieren musst.

### Bitte deine Eltern um Unterstützung

Sie kennen dich am besten. Sie wissen, was du kannst und was dich interessiert. Aber vielleicht bemerken sie es nicht immer, wenn du Schwierigkeiten hast. Sprich mit ihnen darüber. Vielleicht haben sie nicht das gesamte nötige Fachwissen parat. Aber sicher können sie dich unterstützen und dich z.B. zur Berufsberatung begleiten.

### Lass dir von deiner Lehrperson helfen

Deine Klassenlehrerin oder dein Berufswahllehrer hat jahrelange Erfahrung darin, Jugendliche im Berufswahlprozess zu unterrichten. Sie wissen, dass es oft nur wenig braucht, um eine stockende Lehrstellensuche wieder zum Laufen zu bringen. Vertrau dich ihnen an.

### Buche eine Berufsberatung

Berufsberaterinnen und Berufsberater kennen sich in allen Phasen der Berufswahl bestens aus. Sie helfen dir nicht nur, Berufe zu finden, die zu deinen Fähigkeiten und Interessen passen. Sie unterstützen dich auch dabei, Schnupperlehr-Betriebe zu finden, Bewerbungsdossiers zu schreiben und Vorstellungsgespräche zu üben. Und wenn es wirklich nicht klappen sollte, kennen sie alle Brücken- und Zwischenjahrmöglichkeiten. Sie können dir auch den Kontakt zu einer Mentorin oder einem Mentor vermitteln.

### Hol dir einen Mentor oder eine Mentorin

Vielleicht kommst du trotz aller Ratschläge nicht weiter. Aus dieser Sackgasse können dir Coaches helfen, die sich speziell um die praktischen Fragen deiner Berufswahl kümmern. Sie nehmen sich Zeit für regelmässige Besprechungen und suchen mit dir Lösungen. Solche persönlichen Coaches nennt man Mentorinnen und Mentoren. Viele Kantone bieten Mentoring-Programme an – frage in der Berufsberatung nach.



Aktuelle Infoveranstaltungen findest du auf [berufsberatung.ch](http://berufsberatung.ch). Du kannst deine Suche zum Beispiel nach Kanton, Veranstaltungstyp und Berufsfeld eingrenzen.

1 Deine Lehrperson kann dir helfen, den Stein ins Rollen zu bringen.

2 Du kommst nicht weiter? Mentorinnen und Mentoren nehmen sich Zeit für dich.



## Tipps von der Berufsberaterin



**Weisst du noch nicht, was dich interessiert? Oder hast du klare Vorstellungen, bist aber unsicher, wie du vorgehen sollst? Rahel von Arx, Berufsberaterin beim BIZ Schaffhausen, hat ein paar Tipps für dich.**

### Frau von Arx, wie bereite ich mich optimal aufs Schnuppern vor?

In der 2. Oberstufe geht es vor allem darum, die Berufswelt kennen zu lernen. Als Erstes empfehle ich daher, möglichst verschiedene Infoveranstaltungen und Betriebsbesichtigungen zu besuchen. Da bekommst du einen Einblick in den Beruf. Ein guter Startpunkt ist auch die Berufsmesse. Hier kannst du dich über ganz unterschiedliche Berufe informieren. In einem zweiten Schritt folgen die Orientierungsschnupperlehren. Hier lernst du einen Beruf und einen Betrieb näher kennen und findest heraus, ob deine Vorstellungen der Realität entsprechen.

### In wie vielen Berufen sollte man schnuppern?

Wenn du deine Interessen schon kennst – zum Beispiel handwerklich oder mit Menschen arbeiten –, dann lege dich auf drei bis vier Berufe fest, die du kennen lernen möchtest. Nach einigen Schnupperlehren in diesen Berufen kannst du deine Berufsauswahl vielleicht eingrenzen. Oder du merkst, dass du einen anderen Beruf beschnuppern möchtest. Idealerweise hast du am Ende der Schnupperphase zwei bis drei Berufe, auf die du dich bewerben willst. Es ist sinnvoll, nebst dem Wunschberuf, einen Plan B zu haben.

### Ich kenne meinen Traumberuf, wozu dann noch in andere Berufe reinschnuppern?

Hast du schon genaue Vorstellungen, geht es darum, deinen Berufswunsch zu prüfen: Ist er realistisch, zum Beispiel hinsichtlich der schulischen Leistung? Gibt es ausreichend viele Lehrstellen? Manche Traumberufe sind sehr beliebt oder bieten nur wenige Lehrstellen. Dann solltest du zusätzlich einen anderen Beruf in Erwägung ziehen und diesen schnuppern gehen. Ich empfehle dir ausserdem, in verschiedenen Firmen zu schnuppern, zu Beispiel in einem Klein- und einem Grossbetrieb. Denn eine Lehre kann je nach Firma ziemlich unterschiedlich sein. Schnuppern ist also nicht nur für die eigentliche Berufswahl nützlich: Du findest so auch heraus, welche Art Betrieb zu dir passt.

### Ich weiss noch nicht, was ich werden möchte – soll ich einfach «drauflosschnuppern»?

Schnupperlehren kosten Zeit, ein wenig Vorarbeit ist deshalb sinnvoll: Informiere dich in deinem BIZ und schaue Berufsfilme oder recherchiere im Internet. Gehe an Betriebsbesichtigungen sowie Infoveranstaltungen und vergiss dein persönliches Umfeld nicht: Deine Eltern, Verwandten und andere Erwachsene erzählen dir sicher gerne etwas über ihren Beruf. Wenn dich etwas interessiert, darfst du vielleicht in einen Beruf «reinschnuppern». Hauptsache, der Ball kommt ins Rollen!



## Ein guter Start ins Berufsleben

Bild: Thierry Paret



Léo mag an seinem Beruf, dass er Menschen eine Freude macht.

In vielen Berufen gibt es eine zweijährige Lehre. Sie schliesst mit dem eidgenössischen Berufsattest (EBA) ab und richtet sich an Jugendliche, deren schulische Leistung für eine EFZ-Lehre nicht ganz reichen. Mit dem EBA hast du ebenfalls einen anerkannten Berufsabschluss – und eine gute Grundlage für deine weitere Laufbahn. Zwei Beispiele:

### Coiffeur/Coiffeuse EBA

Léo Hrustic ist Coiffeur EBA im 1. Lehrjahr

«Mir gefällt, dass der Beruf etwas mit Mode zu tun hat, dass ich den Leuten eine Freude machen kann und dass es ein kreativer Beruf ist. Meine Lehrpersonen waren der Meinung, dass ich lieber zuerst ein EBA absolvieren soll. Diesen Ratschlag habe ich befolgt.

#### Haare waschen und färben

Am Anfang habe ich an Übungsköpfen gearbeitet, zum Beispiel, um Dauerwellen oder Locken zu machen. Doch schon bald durfte ich mich um richtige Personen kümmern. Meine Hauptaufgaben bestehen darin, Haare zu waschen und zu färben, die Kopfhaut zu massieren und Zöpfe zu flechten.

#### Übung macht den Meister

Mein Ausbilder lässt mich schon vieles machen, weil ich motiviert bin, schon viele Techniken beherrsche und schnell lerne. Haare schneiden gehört noch nicht zu meinen regelmässigen Aufgaben. Damit ich trotzdem üben kann, frage ich selbst Personen an, die dann in den Salon kommen. Zudem empfangen sie die Kundschaft und halte das Geschäft sauber.

#### Ehrgeizige Pläne

Mein Ziel ist es, nach dem Abschluss das EFZ zu absolvieren. Mit einigen Jahren Berufserfahrung möchte ich dann

meinen eigenen Coiffeursaloon eröffnen und mich auf Haarverlängerungen und Perücken spezialisieren.»

### Gärtner/in EBA

Chiara Meraldi ist Gärtnerin EBA im 1. Lehrjahr (Fachrichtung Garten- und Landschaftsbau)

«Ich war schon immer gerne in der Natur. Zunächst versuchte ich es mit der EFZ-Lehre – aber ich merkte, dass die Schule zu anspruchsvoll ist. Nun habe ich gute Noten und verstehe den Inhalt des Unterrichts wirklich. Wenn ich das EBA habe, kann ich direkt ins zweite Jahr der EFZ-Ausbildung einsteigen.

#### Orte verschönern

Ich pflanze gern neue Blumen in der Stadt, weil es so kurzweilig ist. Ausserdem schaffe ich gerne Neues. Auch Rasenmähen und den Gartenbau mag ich gern. Ich schätze es sehr, dass es Raum für Kreativität gibt: Ich kann einen Ort schön gestalten für die Menschen, die ihn besuchen.

#### Den ganzen Tag draussen

Die Arbeit im Freien muss einem liegen: Es sollte kein Problem sein, wenn es heiss oder kalt ist. Eine gewisse Fitness ist wichtig, aber man gewöhnt sich schnell an die Anstrengung.»

Chiara gefällt, dass sie Orte verschönern kann.



Bild: Romina Berr

## Löse das Schnupperquiz

UND GEWINNE  
2 KINO-  
EINTRITTE!

In diesem Heft hast du viele Tipps erhalten, wie du zu deiner Schnupperlehre kommst und wie du einen Lehrbetrieb von dir überzeugen kannst.

Teste jetzt dein Wissen in diesem Quiz!

Entscheide dich bei jeder Frage für eine Antwort und reihe die Buchstaben am Schluss aneinander. Das Lösungswort beschreibt etwas, das dich am Ende deiner Berufswahlreise erwartet.

Was tust du, wenn dich kein Beruf so richtig interessiert?

S ... Ich suche nach Infoveranstaltungen und mache einen Termin bei der Berufsberatung.

A ... Ich warte ab, irgendwann kommt mir schon eine gute Idee.

H ... Ich gehe so viele Berufe schnuppern wie möglich, einer davon wird mir hoffentlich gefallen.

Wie bereitest du dich auf einen Anruf beim Schnupperlehrbetrieb vor?

W ... Ich lasse meine Mutter oder meinen Vater für mich anrufen.

T ... Ich bereite einen Zettel mit Fragen vor und übe den Anruf mit einer erwachsenen Person.

U ... Gar nicht, ich bin lieber spontan.

Dein erster Schnuppertag! Wie bereitest du dich darauf vor?

A ... Ich gehe einfach mal hin und lasse mich überraschen.

D ... Ich schlafe möglichst lange, damit ich nicht zu müde bin.

O ... Ich lege meine Kleider am Vorabend parat und stehe etwas früher als nötig auf, damit ich sicher pünktlich erscheine.

Wie verhältst du dich während der Schnupperlehre?

L ... Ich schaue und höre aufmerksam zu und stelle viele Fragen.

M ... Ich spreche über meine Karrierepläne und Lohnvorstellungen.

O ... Ich beobachte nur und bleibe lieber im Hintergrund, als mein Gegenüber mit Fragen zu nerven.

Und was tust du, wenn die Schnupperlehre vorbei ist?

E ... Ich verabschiede mich kurz und gehe nach Hause.

Z ... Ich bitte den Lehrbetrieb um ein Gespräch und eine kurze, schriftliche Rückmeldung.

P ... Ich bitte um einen Anruf am nächsten Tag, damit ich weiss, wie es nun weitergeht.



Bild: Viola Moghini-Barberis

Sende uns das Lösungswort bis am  
29. Februar 2024  
an [sprungbrett@sdbb.ch](mailto:sprungbrett@sdbb.ch).

Unter den richtigen Einsendungen verlosen wir

2 mal 2 Kinoeintritte

Ab Ende März sind die Lösungen auf [www.sdbb.ch/sprungbrett](http://www.sdbb.ch/sprungbrett) aufgeschaltet.



# Infos für Lehrpersonen

## ZUM SPRUNGBRETT

### 2023/24.2

Zum aktuellen Sprungbrett stehen im **Lehrerblatt** Lektionen zu folgenden Artikeln bereit:

Artikel im Sprungbrett	Kompetenzen	Bereich LP 21
Berufe im Spital: Wer sorgt dafür, dass im Spital alles rund läuft?	Sich selbstständig Informationen zu den Berufen beschaffen sowie Anforderungen und Tätigkeiten gegenüberstellen	BO 2.1b BO 2.1c
Live aus der Schnupperlehre	Sich mit Schwierigkeiten, belastenden Gefühlen und Frustration während der Berufswahl auseinandersetzen – und ressourcenorientiert Lösungen entwickeln.	BO 3.2a
Tipps von Lernenden: Schüchternheit überwinden	Selbstständig Einblicke in Berufe und Ausbildungen vorbereiten und sich Unterstützung holen	BO 4.2a
EBA-Berufe	Die Grundzüge der schweizerischen Aus- und Weiterbildung kennen, sich selbstständig Informationen zu Berufen beschaffen, Anforderungen und Tätigkeiten gegenüberstellen	BO 2.1a BO 2.1b BO 2.1c

Ein Lehrerblatt liegt jedem Sprungbrett-Klassensatz bei. Wie immer finden Sie die Arbeitsmaterialien zu den Lektionsvorschlägen zum Download auf

[www.sdbb.ch/sprungbrett-didaktik](http://www.sdbb.ch/sprungbrett-didaktik)

#### IMPRESSUM

HERAUSGEBER SDBB, Bern,  
in Zusammenarbeit mit den Kantonen  
Basel-Stadt, Glarus, Schaffhausen  
und Zürich

REDAKTION Tanja Seufert

UNTERRICHTSMATERIALIEN

Martina Bürge, Fiona Herpich

REDAKTION UND INHALTLICHE

VERANTWORTUNG KANTONSSEITEN

Berufsberater/innen der jeweiligen  
Kantone

GESTALTUNG Trix Stäger

DRUCK Mattenbach AG Winterthur,

Auflage 29'000 Ex.

ADRESSE

SDBB, Redaktion Sprungbrett,

Postfach 583, 3000 Bern 7

Telefon 031 320 29 00

[sprungbrett@sdbb.ch](mailto:sprungbrett@sdbb.ch)

© Januar 2024

*Neu gibt es eine Suchfunktion, mit der Sie Unterrichtsmaterialien aus bisherigen Sprungbrett-Nummern zu beliebigen Stichworten finden können.*

*Auf [www.sdbb.ch/sprungbrett](http://www.sdbb.ch/sprungbrett) finden Sie zudem Filme, die von Jugendlichen in der Berufswahl selbst gescrriptet und vom Sprungbrett produziert wurden. Die Schüler/innen zeigen dort ihre eigenen Herausforderungen und Lösungen während der Berufswahl.*