

### 3 grundsätzliche Wege der Berufsorientierung

Sie verfügen schon über eine Ausbildung, vielleicht haben Sie auch schon verschiedene Fortbildungen absolviert. Sie haben vielleicht auch schon erste berufliche Erfahrung gesammelt oder sind schon lange in einem Beruf tätig (gewesen). Jetzt aber stehen Sie an dem Punkt, an dem Sie sich für etwas (Neues) entscheiden wollen, das gut zu Ihnen passt. Die Gründe dafür sind unterschiedlich: Möglicherweise sind Sie aufgrund der Umstände dazu gezwungen, sich neu zu orientieren, vielleicht wollen Sie vom „Jobben“ endlich in einen langfristig passenden Beruf einsteigen oder vielleicht haben Sie einfach das Bedürfnis, jetzt etwas anderes oder sogar „endlich das Richtige“ zu machen.

Obwohl Sie schon über berufliche Erfahrung verfügen, ist es an diesem Punkt aus mehreren Gründen nicht ganz einfach herauszufinden, was denn das für eine Tätigkeit sein könnte, die Sie befriedigt, in der Sie Ihre Erfahrungen und Ihre Kenntnisse gebührend leben können und die Ihnen langfristig Sicherheit bietet:

Sie fragen sich vielleicht, was Sie eigentlich wollen und worin Sie wirklich „aufgehen“ können. Sie fragen sich, ob es solche Arbeitsplätze in Ihrer Region überhaupt gibt – vor allem in dieser unsicheren Zeit. Vielleicht fragen Sie sich auch, wie die Tätigkeit eigentlich definiert ist, die Sie glücklich macht und Ihr Potenzial umfassend herausfordert. Ist Ihr Traumarbeitsplatz schon erfunden und wo gibt es ihn?

Diese Fragen sind (leider oder Gott sei Dank) alle berechtigt. Und meistens muss man sich auch mit allen beschäftigen. Und zwar abwechselnd! Erst wenn Sie wissen, was zu Ihnen passt, werden Sie die „richtige“ Stelle erkennen, wenn Sie davon in einer Stellenanzeige oder einer Berufsdatenbank lesen. Andererseits ist die Kenntnis der eigenen Fähigkeiten recht unbefriedigend, wenn man nicht weiß, nach welchem Beruf man nun suchen muss, um sie zu entfalten.

Leider reicht die erste Beratungsstunde im Allgemeinen nicht aus, sich allen Fragen gleichzeitig bzw. fundiert zu widmen. Ihr/e Berater/in wird auf die Fragen eingehen, die vorrangig erscheinen. So kann es nun sein, dass Sie sich in der Beratung vorwiegend Ihren Kompetenzen und Ressourcen zuwenden. Wenn Sie nach Hause gehen, haben Sie möglicherweise das unbehagliche Gefühl, gar nicht zu wissen, wie sie jetzt diese neuen Kenntnisse über sich einsetzen können, weil der Arbeitsmarkt an sich noch eine große Unbekannte darstellt. Legen Sie aber in der Beratung mehr Aufmerksamkeit darauf, was für Berufe es so gibt und wo offene Stellen zu finden sind, dann können Sie sich vielleicht noch nicht gut zuordnen, solange Sie Ihre eigenen Stärken noch nicht so genau durchdacht haben. Es kann dann passieren, dass die Stellensuche sich anfühlt, als sollten Sie „aus einem Meer einen bestimmten Wassertropfen herausfinden“, weil Ihnen die Flut von Angeboten überhaupt nichts sagt.

Ihr/e Berater/in wird Ihnen in diesen Fällen einen Folgetermin anbieten. Da aber sowieso Sie der Mensch sind, der die Dinge für sich herausfinden muss, soll Ihnen die folgende Übersicht helfen zu ordnen, welchen Themen Sie sich noch widmen könnten, um ein „rundes“ Gefühl dafür zu bekommen, wo Sie nach Ihrer Wunschtätigkeit suchen können:

### Was passt zu mir?

Hier gibt es wieder mehrere Möglichkeiten des Vorgehens:

- Denken Sie an Ihre bisherigen Tätigkeiten und Ausbildungen. Wenn Sie sich einmal „von außen“ betrachten: Wie agieren Sie hier? Welche Ihrer Stärken wurden hier besonders gefordert, was konnten Sie gut entwickeln? Was hat Ihnen aber auch gefehlt? Was ist Ihnen wichtig? Welche Werte möchten Sie in Ihrem Umfeld umgesetzt sehen? Wenn Sie einer außenstehenden Person erklären müssten, was man gut können muss, um Ihre bisherigen Tätigkeiten genauso ausführen zu wollen, wie es Ihnen wichtig ist, was muss man dann können/denken/fühlen? Wie muss man agieren? Und welche Ihrer Stärken wollen Sie in ein neues Tätigkeitsfeld mitnehmen, bzw. welche könnten Sie dafür gut brauchen?
- Außerhalb Ihres beruflichen Lebens: Was tun Sie gerne? Wofür interessieren Sie sich? Was sind Ihre Hobbies, bei welcher Tätigkeit können Sie „die Zeit vergessen“? Was haben sie als Kind/Jugendliche/r gerne gemacht oder gerne tun wollen? In welcher Rolle fühlen Sie sich in Ihrem sozialen Leben am wohlsten? Wie gehen Sie gerne mit anderen Menschen um? Wie viel Trubel bzw. Ruhe bevorzugen Sie? Was sagt das alles über Ihre

### Was für Berufe gibt es?

Hier gibt es einige sehr gute Berufsdatenbanken, in denen man sich Anregungen holen bzw. überhaupt sehen kann, welche beruflichen Möglichkeiten es grundsätzlich gibt. In diesen Datenbanken ist meist auch gleich vermerkt, welche Haupttätigkeiten man in dem jeweiligen Berufsbild verrichtet, welche Stärken man hauptsächlich leben kann bzw. haben sollte und welche Ausbildung man dafür braucht. Sie haben dann wieder die Möglichkeit, diese Informationen mit Ihren bisherigen Erfahrungen, Ihren Stärken und Ihren Wünschen zu vergleichen.

Eine sehr gute Berufsdatenbank ist der Berufsinformationscomputer:

[www.bic.at](http://www.bic.at)

### Was bietet der Markt?

Manchmal ist der pragmatischste Weg, für sich etwas beruflich Neues zu finden, einfach zu schauen, was eben im Angebot ist. Manche Leute sagen: Wozu soll ich mir „Flöhe in den Kopf setzen“, nur um dann festzustellen, dass es meinen Wunschberuf in meiner Region nicht gibt? Obwohl wir Berufsberater/innen es immer für wichtig halten, einen Beruf auf die eigenen Bedürfnisse abzustimmen, ist der Weg, zuerst einmal das Angebot zu checken, schon wichtig. Für viele Menschen ist „der Arbeitsmarkt“ eine ziemlich unbekannte Größe. Wenn ich aber den Arbeitsmarkt nicht kenne und auch nicht weiß, wie ich mich darin am effizientesten bewege, wie soll ich dann zu einem Ziel kommen? Das wäre ja, als würde man ohne Landkarte eine Wanderung durch ein fremdes Land machen und dort nach einer Herberge suchen. Wenn Sie also zu den Menschen gehören, die unbekannte Größen ängstigen und am Bewegen hindern, so sollten Sie sich unbedingt die Mühe machen, ein paar Tage in den verschiedenen Stellensuchen zu surfen. Sie werden lernen, sich darin zurecht zu finden, Stellen einzuschätzen und zu wissen, wo Sie in Zukunft suchen müssen, um einen schnellen Überblick für Ihr Wunschberufsfeld zu bekommen. Vielleicht bekommen Sie dabei sogar Ideen, was zu Ihnen passen könnte.

<p>Fähigkeiten und Bedürfnisse?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Viele solcher Fragen sind auch in Tests verankert. Viele Menschen mögen Tests, weil sie auf sehr geordnete Weise Fähigkeiten und Eignungen in verschiedenen Themenkreisen, die beruflich relevant sein können, erheben. Und man bekommt dann, „ganz ohne das mühsame Durcheinander“, das bei so komplexen Denkvorgängen oft entsteht, Ergebnisse.</li> </ul>		
---	--	--

Ihr/e Berater/in begleitet Sie gerne beim Nachdenken, gibt Ihnen Informationen über Tests, verfügt über Fragen, Leitfäden oder Arbeitsblätter, die die Denkvorgänge ordnen helfen, zeigt Ihnen Berufsdatenbanken und Stellenlisten und den Umgang damit.

Viel Erfolg bei der Arbeit!

Zusatz: In diesem Informationsblatt geht es darum, dass Sie als Grundlage für Ihre Neuorientierung genügend Information über sich, Ihre Fähigkeiten, Ihre Wünsche, aber auch den Arbeitsmarkt und das Angebot bekommen, um damit weiter arbeiten zu können. Aber vielleicht geht es Ihnen nun so: Sie haben jetzt mehr Klarheit über diese Dinge und finden das auch hilfreich. Trotzdem gelingt es Ihnen nicht, die nächsten Schritte auf dem Weg zu Ihrem Wunschberuf zu setzen. Irgendetwas fehlt Ihnen. Oder vielleicht haben Sie sogar den Eindruck, dass es gar nicht um Information geht? Sie brauchen etwas anderes; vielleicht etwas, das Ihnen hilft, Ihre Blockaden zu lösen und Ihre Fähigkeiten und Ressourcen gut einzusetzen. Etwas, das es Ihnen leichter macht, sich eine lebendige Vorstellung von Ihren Zielen zu machen. Fragen Sie Ihre Beraterin! Wenn Sie lieber selbst tätig werden: Es gibt einige sehr gute Bücher, in denen man relevante Persönlichkeitsthemen selbst bearbeiten kann, vor allem wenn es um die Berufssuche geht. Ein sehr empfehlenswertes ist „Ich könnte alles tun, wenn ich nur wüsste, was ich will“ von Barbara Sher.

# **bildungsinfo** tirol

Klarheit schaffen. Bei allen Fragen rund um Bildung und Beruf.  
Information und Beratung • für Erwachsene • tirolweit • kostenlos

## **Nähere Infos:**

[www.bildungsinfo-tirol.at](http://www.bildungsinfo-tirol.at) • [www.facebook.com/bildungsinfo](https://www.facebook.com/bildungsinfo) • [bildungsinfo@amg-tirol.at](mailto:bildungsinfo@amg-tirol.at)

## **Terminvergabe: 0512 / 562791 - 40**

für alle 10 Standorte von Landeck bis Lienz



Gefördert von:



= Bundesministerium  
Bildung, Wissenschaft  
und Forschung



Unterstützt von:

