

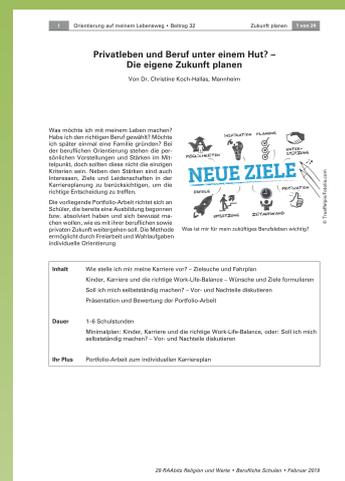
# SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

## Auszug aus: *Privatleben und Beruf unter einem Hut?*

Das komplette Material finden Sie hier:

[School-Scout.de](http://School-Scout.de)



## Privatleben und Beruf unter einem Hut? – Die eigene Zukunft planen

Von Dr. Christine Koch-Hallas, Mannheim

Was möchte ich mit meinem Leben machen? Habe ich den richtigen Beruf gewählt? Möchte ich später einmal eine Familie gründen? Bei der beruflichen Orientierung stehen die persönlichen Vorstellungen und Stärken im Mittelpunkt, doch sollten diese nicht die einzigen Kriterien sein. Neben den Stärken sind auch Interessen, Ziele und Leidenschaften in der Karriereplanung zu berücksichtigen, um die richtige Entscheidung zu treffen.

Die vorliegende Portfolio-Arbeit richtet sich an Schüler, die bereits eine Ausbildung begonnen bzw. absolviert haben und sich bewusst machen wollen, wie es mit ihrer beruflichen sowie privaten Zukunft weitergehen soll. Die Methode ermöglicht durch Freiarbeit und Wahlaufgaben individuelle Orientierung



Was ist mir für mein zukünftiges Berufsleben wichtig?

© Trueffelpix/Fotolia.com

<b>Inhalt</b>	<p>Wie stelle ich mir meine Karriere vor? – Zielsuche und Fahrplan</p> <p>Kinder, Karriere und die richtige Work-Life-Balance – Wünsche und Ziele formulieren</p> <p>Soll ich mich selbstständig machen? – Vor- und Nachteile diskutieren</p> <p>Präsentation und Bewertung der Portfolio-Arbeit</p>
<b>Dauer</b>	<p>1–6 Schulstunden</p> <p>Minimalplan: Kinder, Karriere und die richtige Work-Life-Balance, oder: Soll ich mich selbstständig machen? – Vor- und Nachteile diskutieren</p>
<b>Ihr Plus</b>	<p>Portfolio-Arbeit zum individuellen Karriereplan</p>

## *Fachliche Hinweise*

### **Beruf und Privates vereinbaren – flexible Arbeitszeitmodelle machen es möglich**

Es gibt verschiedene Gründe, warum Arbeitnehmer nicht Vollzeit arbeiten möchten bzw. können. Der Hauptgrund ist die Kinderbetreuung: Laut Eurostat arbeiteten 2015 in Deutschland 47 Prozent der Frauen in Teilzeit, um sich der Kinderbetreuung widmen zu können. Das Recht auf Teilzeit ist in Deutschland gesetzlich verankert. Doch andere Arbeitszeitmodelle wie Zeitkonten, Jahresarbeitszeitkonten oder Homeoffice sind keinesfalls Standard.

Ein weiterer Grund für Teilzeitarbeit ist die Möglichkeit der Weiterbildung. Umfangreiche Weiterbildungsmaßnahmen können nicht neben einem Vollzeitjob absolviert werden. Vielmehr ist es notwendig, sich auf Studien und Prüfungen ausreichend vorzubereiten und zu konzentrieren. Der Bildungsurlaub kann dies unterstützen, reicht aber selten aus. Um zu verhindern, dass eine Arbeitsstelle gekündigt werden muss, um sich weiterzubilden, bietet sich die Möglichkeit an, Teilzeit zu arbeiten und dadurch auch weiterhin Einkommen zu erzielen.

### **Selbstständigkeit – Vor- und Nachteile**

Viele Berufsschüler überlegen sich, ob die berufliche Selbstständigkeit nach dem Ende ihrer Ausbildung für sie infrage kommt. Bestimmt kennen einige auch schon Existenzgründer. Doch was kommt wirklich auf einen zu bei der Gründung des eigenen Unternehmens? Was muss man wissen? Um sich selbstständig zu machen, benötigt man viele persönliche und fachliche Kompetenzen. Eine gründliche Planung verhindert, dass die Gründung scheitert.

Es gibt sehr unterschiedliche Motive, ein eigenes Unternehmen zu gründen. An der beruflichen Selbstständigkeit schätzen viele den Vorteil, ihr eigener Chef zu sein und sich die Zeit frei einteilen zu können. Sie bringt aber auch viele Herausforderungen mit sich, vor die der Unternehmer gestellt wird. Er weiß nicht von vornherein, ob sich sein angebotenes Produkt verkaufen wird oder nicht. Außerdem kommen viele organisatorische Aufgaben auf ihn zu und letztendlich spielt auch die persönliche Eignung zum Unternehmertyp eine entscheidende Rolle.

### **Work-Life-Balance – alles im Lot?**

Bei der Work-Life-Balance geht es um das Gleichgewicht von Arbeit und Privatem. Diese Ausgewogenheit zu finden, ist nicht immer leicht. Insbesondere Azubis müssen lernen, mit den Anforderungen aus beiden Bereichen klarzukommen. Sie dürfen die Ausbildung zwar nicht auf die leichte Schulter nehmen, da sie sonst ihre Lehrstelle riskieren. Allerdings dürfen sie sich auch nicht nur der Arbeit verschreiben, da dies zu allen möglichen Krankheitssymptomen führen kann wie Kopfschmerzen, Schlafstörungen, häufigen Infekten oder Depressionen.

Laut einer Studie von Prof. Dr. Ernst Deuer von der Dualen Hochschule Baden-Württemberg Ravensburg haben Azubis mit fehlender Work-Life-Balance eher Zweifel an ihrer Ausbildungsentscheidung und denken häufiger darüber nach, die Lehre abzubrechen. Azubis, bei denen die Work-Life-Balance stimmt, fühlen sich hingegen stärker mit dem Betrieb verbunden, sind motivierter und somit leistungsfähiger.

## *Didaktisch-methodische Hinweise*

### **Warum geht das Thema die Schülerinnen und Schüler<sup>1</sup> an?**

Alle stehen irgendwann vor den gleichen Fragen: Was möchte ich mit meinem Leben machen? Habe ich den richtigen Beruf gewählt? Möchte ich später einmal eine Familie gründen? Bei der beruflichen Orientierung stehen die persönlichen Vorstellungen und Stärken im Mittelpunkt, doch sollten diese nicht die einzigen Kriterien sein. Neben den Stärken sind auch Interessen, Ziele und Leidenschaften in der Karriereplanung zu berücksichtigen, um die richtige Entscheidung zu treffen.

Die vorliegende Portfolio-Arbeit richtet sich an diejenigen Schüler, die bereits eine Ausbildung begonnen bzw. absolviert haben und sich bewusst machen wollen, wie es mit ihrer beruflichen sowie privaten Zukunft weitergehen soll. Die Methode Portfolio-Arbeit wurde gewählt, um durch Freiarbeit und Wahlaufgaben individuelle Orientierung zu ermöglichen. Zudem stellt das Portfolio eine motivierende

Arbeitsform dar; schließlich übernehmen die Lernenden selbst Verantwortung für ihren Lernprozess und das Ergebnis.

Die Lösungsvorschläge für alle Portfolio-Aufgaben finden Sie am Ende der Einheit.

Im Bereich der Übungsaufgaben sollen die Schüler häufig im Internet recherchieren. Dies kann teilweise zu Hause, aber auch innerhalb der Stunden erfolgen, sofern ein Internetzugang vorhanden ist. Alternativ können Sie die Nutzung eigener Geräte erlauben. Planen Sie hierfür gegebenenfalls zusätzliche Zeit ein.

<sup>1</sup> Im weiteren Verlauf wird aus Gründen der besseren Lesbarkeit nur „Schüler“ verwendet.

### **Diese Kompetenzen trainieren Ihre Schüler**

Die Schüler

- setzen sich mit den eigenen Wünschen und Erwartungen in Beruf und Privatleben auseinander.
- werden sich der eigenen Stärken und Schwächen bewusst und der Vor- und Nachteile flexibler Arbeitszeitmodelle.
- diskutieren einen Test zur eigenen Work-Life-Balance und die Vor- und Nachteile von Selbstständigkeit.
- lernen Förderprogramme für Existenzgründer kennen.

### **Ergänzende Medien**

**[www.br.de/fernsehen/ard-alpha/sendungen/ich-mach-weiter/selbststaendigkeit-gastronomie100.html](http://www.br.de/fernsehen/ard-alpha/sendungen/ich-mach-weiter/selbststaendigkeit-gastronomie100.html)**

Ergänzend zu M 9 können sich die Schüler den Film zum Thema „Selbstständigkeit in der Gastronomie“ anschauen. Darin berichten drei Gastronomen über ihre Erfahrungen bei der Geschäftsgründung.

**[www.kofa.de/handlungsempfehlungen/fachkraefte-binden/flexible-arbeitszeitmodelle](http://www.kofa.de/handlungsempfehlungen/fachkraefte-binden/flexible-arbeitszeitmodelle)**

Auf der Website der KOFA (Kompetenzzentrum Fachkräftesicherung) lassen sich zahlreiche Informationen zu den verschiedenen Arbeitszeitmodellen mit ihren Vor- und Nachteilen finden. Zudem gibt es einen Link zum Thema „Beruf und Familie“. Neben den betriebswirtschaftlichen Vorteilen der Vereinbarkeit von Kind und Karriere werden hier auch die Themen „Fördermöglichkeiten“ und „Elternzeitgestaltung“ aufgegriffen.

## Verlaufsübersicht

Stunde 1/2	Wie stelle ich mir meine Karriere vor? – Zielsuche und Fahrplan
M 1	<b>Welche Erwartungen habe ich an meinen Beruf? – Eine Umfrage</b> / Umfrage, die von der IHK Baden-Württemberg durchgeführt wurde. Die Schüler entscheiden, was für sie bei der Berufswahl am wichtigsten ist
M 2	<b>Portfolio-Arbeit: „Meine individuelle Berufs- und Karriereplanung“</b> Die Portfolio-Arbeit und damit der Fahrplan für die Einheit wird vorgestellt
M 3	<b>Bewertungsschema für Ihr Portfolio</b> / Die Bewertungskriterien des Portfolios werden transparent gemacht
M 4	<b>Wo liegen meine Stärken? Was sind meine Schwächen? – Ein Test</b> / Mithilfe eines Fragebogens machen sich die Lernenden zu ihren sozialen wie beruflichen Stärken und Schwächen Gedanken
<i>Stundenziel:</i>	Die Schüler setzen sich mit den Erwartungen an ihren Beruf auseinander und werden sich ihrer Stärken und Schwächen bewusst.

Stunde 3/4	Kinder, Karriere und die richtige Work-Life-Balance – Wünsche und Ziele formulieren
M 5	<b>Karriere, Familie, Freiheit? – Was mir wichtig ist</b> / In einem Brainstorming notieren die Lernenden, was für sie im Leben besonders wichtig ist
M 6	<b>Ich möchte Kinder, aber wann? – Familie und Beruf vereinbaren</b> / An einem Fallbeispiel setzen sich die Schüler mit dem Thema „Familienplanung“ auseinander
M 7	<b>Teilzeit, Homeoffice, Jobsharing – flexible Arbeitszeitmodelle im Aufwind</b> / Welche unterschiedlichen Arbeitszeitmodelle gibt es und welche Vor- und Nachteile haben diese?
M 8	<b>Work-Life-Balance – wie finde ich den Weg zum Einklang von Arbeits- und Privatleben?</b> / Was bedeutet Work-Life-Balance und wie sieht es mit der eigenen Balance zwischen Arbeit und Freizeit aus?
<i>Stundenziel:</i>	Die Schüler entwickeln persönliche Ziele und machen sich Gedanken zur Familienplanung. Sie erarbeiten die Vor- und Nachteile flexibler Arbeitszeitmodelle.

Stunde 5	Soll ich mich selbstständig machen? – Vor- und Nachteile diskutieren
M 9	<b>Träume verwirklichen – worauf man bei Selbstständigkeit achten muss</b> / An einem Fallbeispiel erarbeiten die Lernenden, was bei Selbstständigkeit wichtig ist, und sie diskutieren die Vor- und Nachteile
M 10	<b>Wichtige Fördermittel für Existenzgründer – eine Übersicht</b> / Welche Förderprogramme es gibt, erfahren die Schüler und sie recherchieren weitere
<i>Stundenziel:</i>	Die Schüler wissen, worauf man bei Selbstständigkeit achten sollte, und lernen verschiedene Fördermöglichkeiten kennen.

<b>Stunde 6</b>	<b>Präsentation und Bewertung der Portfolio-Arbeit</b>
M 11	<b>Mein persönlicher Karrierefahrplan – ein Fazit</b> / Die Lernenden werden aufgefordert, eine persönliche Bilanz bezüglich ihres individuellen Karrierefahrplans zu ziehen. Im Anschluss daran präsentieren sie die Portfolios ihren Mitschülern
M 12	<b>Bewertung der Portfolio-Arbeit</b> / In einem letzten Schritt bewerten die Lernenden ihre Portfolio-Arbeit mithilfe eines Fragebogens
<i>Stundenziel:</i>	Die Schüler ziehen ein persönliches Fazit. Anschließend präsentieren sie ihre Portfolios und bewerten die Arbeit mit ihnen.

### Materialübersicht

<b>Stunde 1/2</b>	<b>Wie stelle ich mir meine Karriere vor? – Zielsuche und Fahrplan</b>
M 1 (Ab)	Welche Erwartungen habe ich an meinen Beruf? – Eine Umfrage
M 2 (Tx)	Portfolio-Arbeit: „Meine individuelle Berufs- und Karriereplanung“
M 3 (Ab)	Bewertungsschema für Ihr Portfolio
M 4 (Ab)	Wo liegen meine Stärken? Was sind meine Schwächen? – Ein Test
<b>Stunde 3/4</b>	<b>Kinder, Karriere und die richtige Work-Life-Balance – Wünsche und Ziele formulieren</b>
M 5 (Bi)	Karriere, Familie, Freiheit? – Was mir wichtig ist
M 6 (Tx)	Ich möchte Kinder, aber wann? – Familie und Beruf vereinbaren
M 7 (Ab)	Teilzeit, Homeoffice, Jobsharing – flexible Arbeitszeitmodelle im Aufwind
M 8 (Ab)	Work-Life-Balance – wie finde ich den Weg zum Einklang von Arbeits- und Privatleben?
<b>Stunde 5</b>	<b>Soll ich mich selbstständig machen? – Vor- und Nachteile diskutieren</b>
M 9 (Ab)	Träume verwirklichen – worauf man bei Selbstständigkeit achten muss
M 10 (Tx)	Wichtige Fördermittel für Existenzgründer – eine Übersicht
<b>Stunde 6</b>	<b>Präsentation und Bewertung Portfolio-Arbeit</b>
M 11 (Ab)	Mein persönlicher Karrierefahrplan – ein Fazit
M 12 (Ab)	Bewertung der Portfolio-Arbeit

Erläuterung der Abkürzungen:

Ab: Arbeitsblatt – Bi: Bild/Grafik – Tx: Text

#### Minimalplan

Sie haben nur zwei Unterrichtsstunden Zeit? Dann konzentrieren Sie sich auf ein Themengebiet: Kinder, Karriere und die richtige Work-Life-Balance oder das Thema „Selbstständigkeit“:

Stunde 1/2: Kinder, Karriere und die richtige Work-Life-Balance M 5–M 8

Oder:

Stunde 1: Soll ich mich selbstständig machen? – Vor- und Nachteile diskutieren M 9 und M 10

