o-guide

Unit 6 INPUT-Video

Transkript

In den letzten Units haben wir vor allem Anregungen gegeben, und betont, wie wichtig es ist, am Anfang des Prozesses deiner Berufs- und Studienorientierung Klarheit zu finden. Sowohl in Anbetracht der vielen Informationen, als auch innerhalb deines eigenen Entscheidungsprozesses.

Du bist nun in der letzten Unit angekommen. Jetzt geht es darum, deine konkreten nächsten Schritte zu planen und umzusetzen – und dabei trotzdem flexibel auf Unvorhersehbares zu reagieren!

Am Anfang des Kurses standen Fragen wie: Wo befindest du dich gerade im Prozess und wie gut fühlst du dich orientiert? Im zweiten Schritt ging es direkt zum Thema Arbeitswelt. Der dritte Schritt war die Erkundung deiner eigenen Stärken und Interessen. Dabei haben wir betont, dass das gleichermaßen wichtig ist, wie ein Reality Check im vierten Schritt. Und dann kommt die Entscheidung!

Manchmal läuft die Entscheidung dann aber doch nicht so geradlinig und man findet das Ziel nicht gleich. Wie kann die Zeit trotzdem gut genutzt werden? Wäre vielleicht ein

o-guide © 2025 Technische Universität Berlin und Hochschule für Technik und Wirtschaft Berlin.
Dieser Kurs ist, soweit nicht anders angegeben, lizenziert unter CC BY-SA 4.0

Unit 6 INPUT-Video Transkript

Zwischenschritt wie ein GAP-Year, ein Freiwilliges Soziales Jahr, ein Bundesfreiwilligendienst oder ähnliches für dich eine gute Option?

Andere Zwischenstopps können Praktika sein oder, dass du Ausbildungen und Studiengänge für eine gewisse Zeit ausprobierst. Es gibt Orientierungsprogramme für den

1. MINT-Bereich, beispielsweise MINT[grün],
2. für Ausbildung oder Studium zum Beispiel das O Ja! – Orientierungsjahr und
3. für den Bereich Geistes-Kultur-Naturwissenschaften Eins@FU

In deiner Berufs- und Studienwahl durchläufst du mehrere Phasen: Am Anfang steht die Orientierungsphase, in der du recherchierst, erkundest und reflektierst. Dann kommt das Abwägen, Entscheiden, Planen – und schließlich die Umsetzung.

Und wo stehst du jetzt gerade am Ende des Kurses? Hast du mehr Überblick und Orientierung im Dschungel der vielen Informationen? Nutzt du die gerade genannten Möglichkeiten noch, um mit deiner Entscheidung weiter zu kommen? Oder konntest du schon eine Wahl für dich treffen? Super – in diesem Fall geht es um die Umsetzung: Am besten gehst du dein Ziel aktiv und strukturiert an. Auf dem Weg kannst du auch kleinere Zwischenziele planen, die dich nach und nach umgesetzt, am Ende auch ans Ziel bringen! Ein Zwischenziel könnte beispielsweise sein, die Informationsmöglichkeiten an den Hochschulen zu prüfen, um die Bewerbungs- und Einschreibfristen zu kennen. Oder für berufliche Ausbildungen Deadlines und Zeiten für Bewerbungen und Vorstellungsgespräche herauszufinden. Und auch mit den Betreuungspersonen die Finanzierung zu besprechen oder den weiteren Erhalt von Kindergeld klären – vor allem für Eltern eine oft wichtige Frage.

Allerdings läuft es nicht immer so, wie wir uns das wünschen. Weshalb die Möglichkeit besteht, dass es mit deiner Wunschausbildung oder deinem Traumstudium nicht klappt.

Hast du dir im Vorfeld eine Alternative überlegt, hilft dir das, flexibel und entspannter auf Veränderungen zu reagieren – die manchmal bei der Berufswahl dazu gehören. Auf deinem Weg zur besten Wahl für dich hast du bereits Alternativen abgewogen, auf die du für deinen Plan B zurückgreifen kannst.

Falls es mit deiner Wunschausbildung oder deinem Traumstudium geklappt hat, freuen wir uns für dich! Chapeau! Es kann sein, dass du trotz der Zeit und Energie, die du für deine Wahl investiert hast, mit der Zeit feststellst, dass du nicht glücklich bist und an dem gewählten Weg zweifelst. Setze dich dann mit den Gründen auseinander und frage dich, an welchen Stellen unter Umständen Erwartung und Realität nicht übereinstimmen: Bist du

o-guide © 2025 Technische Universität Berlin und Hochschule für Technik und Wirtschaft Berlin.
Dieser Kurs ist, soweit nicht anders angegeben, lizenziert unter CC BY-SA 4.0

unzufrieden mit deinen Leistungen oder stellst du fest, dass dich die Tätigkeiten und Inhalte weniger als erwartet interessieren? Haben deine Zweifel mit zwischenmenschlichen Konflikten zu tun?

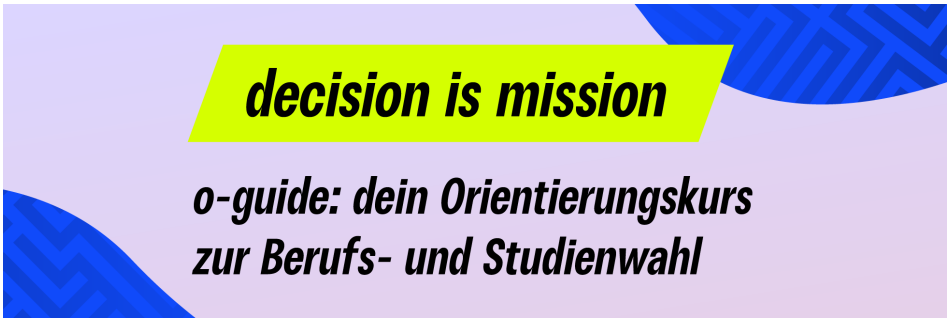
Wenn du die Gründe für deine Zweifel verstehst, findest du meist auch passende Lösungen. Das kann bspw. ein Vorbereitungs- und Brückenkurs an der Hochschule sein, den du noch einmal machst oder unter Umständen ein Fachwechsel sein. Ein Wechsel der Ausbildung oder auch des Unternehmens, oder aber ein Wechsel vom Studium in eine Ausbildung oder umgekehrt.

Aber auch hier bist du nicht allein und kannst dir Unterstützung holen. Wende dich bei Zweifeln frühzeitig an Beratungsstellen. Zu allen Entscheidungen gehören auch Gefühle wie Unsicherheit, Zweifel, Sorgen und Ängste. Gemeinsam mit anderen auf den Grund zu schauen und nach möglichen Lösungen zu suchen, ist meist ziemlich hilfreich. Insbesondere eine Beratung mit einer/ einem neutralen Außenstehenden.

Wenn die Probleme tiefer liegen, darf und solltest du auch professionelle psychologische Hilfe aufsuchen. Ein paar nützliche Links findest du unter dem Video, und auch, was der IMPULS-Podcast und die TOOLS dieser Unit für dich bereithalten.

Wie wäre es zum Abschluss mit einem letzten Denkspiel? Viel Spaß dabei und mit dem letzten Podcast und dem restlichen Kurs.

Aber vor allem wünschen wir dir viel Erfolg bei deiner weiteren Berufs- und Studienwahl!



o-guide © 2025 Technische Universität Berlin und Hochschule für Technik und Wirtschaft Berlin.
Dieser Kurs ist, soweit nicht anders angegeben, lizenziert unter CC BY-SA 4.0