

elterninfo

ausbildung 25

Neben vielen Themen in der Pubertät ist die Wahl des passenden Ausbildungsberufes für Jugendliche und Eltern eine Herausforderung. In der Übergangszeit von der Schule bis zum Einstieg in den Beruf können Unzufriedenheit, Versagensängste oder auch Stress entstehen. In Kombination mit anderen Problemen zeigt sich, dass in dieser Phase der Veränderungen ein möglicher Grundstein zu einem problematischen Konsum von Alkohol oder anderen Suchtmitteln gelegt werden kann. Als Eltern sollten Sie Ihr Kind in dieser Phase unterstützen und begleiten, den geeigneten Ausbildungsweg und einen positiven Einstieg in den Beruf zu finden.

Erwartungen der Eltern

Nicht selten haben die Eltern recht konkrete Vorstellungen, welchen Ausbildungsweg ihr Kind gehen soll. „Mein Kind soll Abitur machen“, „Mein Kind muss unseren Familienbetrieb übernehmen“, „Ich habe studiert, deshalb soll mein Kind auch studieren“. Die Jugend-

lichen dagegen haben ihre eigenen Wünsche und Vorstellungen. Dies kann im Widerspruch stehen und Grundlage von Diskussionen sein. Auseinandersetzung ist sinnvoll, wenn sie motivierende und unterstützende Wirkung hat.

Gehen die Ansichten zu weit auseinander, kann Stress entstehen. Als

Reaktion darauf kann sich die bzw. der Jugendliche entweder unterordnen oder aber aus Protest dagegen rebellieren, weil es nicht möglich ist, den eigenen Weg zu finden.

Dann ist es nicht leicht, die Balance zwischen dem Loslassen und der Hilfestellung zu finden.



Leistungsdruk der Jugendlichen

Jugendliche sind einem starken Leistungsdruck und den Erwartungen, die an sie gestellt werden, ausgesetzt. Das Ziel, berufliche Karriere zu machen, wird in den Medien und in der Gesellschaft als wichtiges Lebenselement propagiert. Es hat auch tatsächlich einen wesentlichen Einfluss auf die Gestaltung des Lebensweges.

Der Leistungsdruck fängt aber oft schon in der Grundschule an: Lernstress, Hausaufgaben, (zu) viele Hobbies und Termine gehören zum Alltag. Die hohen Anforderungen an die Kinder und Jugendlichen können zu Belastungen führen. Diese äußern sich beispielsweise in körperlichen Stress-Symptomen, wie Kopf- oder Bauchschmerzen.

Eine andere Art der versuchten Stressbewältigung kann darin bestehen, dass beispielsweise vermehrt Alkohol getrunken oder gespielt wird. Auch die Einnahme von illegalen Suchtmitteln oder Medikamenten ist hier zu nennen.



Die Ausbildungssuche ist immer auch eine Chance, den passenden Beruf zu finden!

Durch den Konsum wird dann versucht, „Entlastung“ zu finden. Kommen in dieser Zeit weitere Probleme hinzu, kann ein kritischer Konsum sogar zur Suchtentwicklung führen. Daher ist es immer sinnvoll, mit dem eigenen Kind im Gespräch zu bleiben, was es gerade tut. Kommen Sie in den Gesprächen nicht weiter, scheuen Sie sich nicht, eine geeignete Beratungsstelle aufzusuchen.

Wie finden Jugendliche einen passenden Ausbildungsberuf?

Im Hinblick auf die Berufswahl sind Jugendliche unentschieden, wenn sie

- unsicher sind, was auf sie zu kommt,
- zu wenige Möglichkeiten haben, herauszufinden, welcher Beruf zu den eigenen Fähigkeiten passt oder
- überfordert sind, aus vielen Möglichkeiten auszuwählen.

Die Möglichkeiten nach dem Schulabschluss sind vielfältig und reichen von Ausbildung, zu Berufsvorbereitungsmaßnahmen bis hin zu Freiwilligendiensten. Orientierung hierbei bieten die Berufsberatungsstellen der Agentur für Arbeit, die in den Schulen Sprechstunden anbieten.

Die Angebote der Berufsberatung durch die Agentur für Arbeit sind:

- Erarbeiten einer „realistischen“ Berufsperspektive sowie Einstellungschancen
- Informationen zu Ausbildungsinhalten
- Ausbildungsplatzsuche
- Informationen zum Ausbildungs- oder Arbeitsmarkt





- Berufswahltests
- Informationen zur Bewerbung
- Zugangsvoraussetzungen und Anforderungen der Berufe
- Praxis in den verschiedenen Berufen.

Auf den Internetseiten der Bundesagentur für Arbeit (www.arbeitsagentur.de) sowie auch auf der Internetseite www.berufswahlpass.de finden sich wichtige Hinweise für Jugendliche und Eltern. Detaillierte Informationen zu allen Berufen stehen unter <http://berufenet.arbeitsagentur.de/berufe/>. Es empfiehlt sich, auch in Form von kurzen Praktika verschiedene Ausbildungsmöglichkeiten zu testen, Kontakt zu Betrieben in der Region aufzunehmen sowie sich frühzeitig zu bewerben.

Eltern können ihre Kinder bei der beruflichen Orientierung konkret unterstützen, indem sie:

- gemeinsame Termine bei der Berufsberatung vereinbaren,
- Recherchen im Internet mit den Heranwachsenden durchführen,
- konkrete Gespräche über die beruflichen Vorstellungen des Kindes führen,
- fragen, welche Fächer in der Schule Spaß machen und welche Interessen und Hobbies vorliegen,
- Gespräche über die Ängste und Sorgen des Kindes führen,
- beim Schreiben von Bewerbung unterstützend tätig sind.

Die folgende Abbildung stellt einen Wegweiser zur beruflichen Orientierung dar:



Jugendliche brauchen Unterstützung bei der Ausbildungs- und Berufswahl, indem ihre eigenen Vorstellungen berücksichtigt und gemeinsam überprüft werden.

ausbildung **25**

elterninfo ausbildung

eltern tipps

- + Begleiten Sie Ihr Kind in der wichtigen Zeit und sprechen Sie das Thema „Berufswahl“ frühzeitig an! Dazu müssen Sie sich nicht mit allen Berufsbildern auskennen.
- + Überprüfen Sie Ihre eigenen Erwartungen hinsichtlich der Berufswahl Ihres Kindes! Wie gehen Sie damit um, wenn Ihr Kind einen Beruf erlernt, mit dem Sie nicht einverstanden sind?
- + Unterstützen Sie Ihr Kind, eigene Entscheidungen zu treffen und gesunde Wege im Umgang mit Stress und Belastungen zu finden!
- + Zeigen Sie Ihrem Kind, dass es bei Stress und Belastungen Alternativen zu Alkoholkonsum oder anderen Suchtmitteln gibt!
- + Schauen Sie, welche Unterstützung Ihr Kind braucht und loben Sie Ihr Kind, wenn es selbstständig Initiative ergreift.
- + Fragen Sie Ihr Kind, wie Sie es bei der Berufswahl konkret unterstützen können!

SUCHT-INFOLINE
0800 - 5511600



Quellen:

- www.arbeitsagentur.de
- www.berufswahlpass.de
- http://diepresse.com/home/panorama/oesterreich/330877/Studie_Jugend-zerbricht-am-Leistungsdruck (Zugriff am 10.10.2011)

Herausgegeben durch die:

Landeszentrale für Gesundheitsförderung
in Rheinland-Pfalz e.V. (LZG)
Büro für Suchtprävention
Hölderlinstraße 8, 55131 Mainz
Fon: 06131 2069-0, Fax: 06131 2069-69
www.lzg-rlp.de

V.i.S.d.P.:

Jupp Arldt, Geschäftsführer der LZG

Autorin und Kontaktperson:

Nina Roth, Büro für Suchtprävention

Grafisches Konzept:

www.andreawagner-grafikdesign.de

Bildnachweis:

www.pixelio.de (M. Beßler, N. Celik, P.-G. Meister)

Druck:

IB Heim



Bisher erschienene Elterninfos: 01 shisha, 02 adipositas, 03 alkopops, 04 kinder & medien, 05 spiel mit mir!, 06 passivrauchen, 07 demenz, 08 komasaufen, 09 krebs, 10 schulweg, 11 alkoholfrei schwanger, 12 freizeitstress, 13 medikamente, 14 snack to go, 15 schlafen, 16 glück im spiel?, 17 gehirn, 18 schwanger is(s)t gesund, 19 impfen, 20 trinken, 21 kinderdepression, 22 elterndepression, 23 alkoholfrei fahren, 24 fantasie, 25 ausbildung, 26 bulimie, 27 handy, 28 taschengeld

Kostenlose Bestellungen möglich gegen Rückporto