

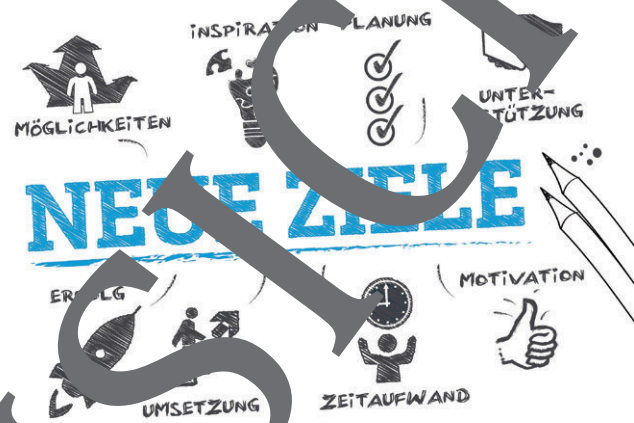
# Privatleben und Beruf unter einem Hut? – Die eigene Zukunft planen

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

## 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 Lernenden zum 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>Risikofaktoren vermeiden – 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.

Stunde 6	Präsentation und Bewertung der Portfolio-Arbeit
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? – Wünsche und Ziele formulieren</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... – Familie und Beruf vereinbaren
M 7 (Ab)	Teilzeit, Homeoffice, Jobspring – 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: Bildgrafik – Tx: Text

#### Materialplan

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 3/4: 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

## M 1

## Welche Erwartungen habe ich an meinen Beruf? – Eine Umfrage

Die Industrie- und Handelskammer in Baden-Württemberg hat eine Jugendstudie mit folgenden Fragen in Auftrag gegeben. Damit möchte sie Unternehmen bei der Gewinnung und Förderung von Azubis unterstützen.



© Thinkstock/iStock

### Welche Erwartungen habe ich an meinen Beruf?

1. Der Beruf muss mir Spaß machen.
2. Der Beruf muss meinen Neigungen und Fähigkeiten entsprechen.
3. Der Beruf muss sich gut mit Privatleben und Familie vereinbaren lassen.
4. Der Beruf muss ein hohes Einkommen garantieren.
5. Der Beruf muss mir die Möglichkeit geben, mich selbst verwirklichen zu können.
6. Der Beruf muss gute Karrierechancen eröffnen.
7. Der Beruf muss mir die Möglichkeit garantieren, mich fachlich weiterentwickeln zu können.
8. Der Beruf muss krisensicher sein.
9. Der Beruf muss es mir ermöglichen, auf der ganzen Welt Arbeit zu finden.
10. Der Beruf muss es mir ermöglichen, möglichst viel zu reisen und die Welt zu sehen.
11. Der Beruf muss in der Gesellschaft angesehen sein.
12. Der Beruf muss in meinem Freundeskreis gut angesehen sein.
13. Der Beruf muss meinen Eltern gefallen.
14. Weiterer Grund: .....

### Aufgaben

1. Was ist für Sie bei der Berufswahl am wichtigsten? Wählen Sie fünf der für Sie wichtigsten Aussagen aus.
2. Ergänzen Sie gegebenenfalls einen weiteren Grund, der für Sie wichtig ist.  
Vergleichen Sie Ihre Ergebnisse im Plenum.
4. Vergleichen Sie Ihre Ergebnisse mit den Ergebnissen der IHK. Diskutieren Sie in der Klasse über die Überschneidungen bzw. Unterschiede.

## M 2

## Portfolio-Arbeit: „Meine individuelle Berufs- und Karriereplanung“

In den kommenden Stunden werden Sie sich mit Fragen auseinandersetzen, wie eine individuelle Karriereplanung aussehen könnte.

Dazu erstellen Sie ein Portfolio, das sich durch eine zielgerichtete und systematische Sammlung von eigenen Arbeiten und recherchierten Dokumenten auszeichnet. Die Sammlung kommt durch die aktive Auseinandersetzung mit dem Thema zustande, in dem sich Ihre individuellen Bemühungen, Fortschritte und Leistungen zeigen und reflektiert werden.

Ziel der Portfolio-Arbeit ist es, selbstständig Aufgaben zu lösen und sich Gedanken über die eigene berufliche Zukunft und die eigenen Stärken und Schwächen in sozialer und fachlicher Hinsicht zu machen. Welche Kompetenzen bringen Sie mit? Möchten Sie später einmal Kinder, und wie stellen Sie sich die Vereinbarkeit mit Ihrem Beruf vor? Möchten Sie sich selbstständig machen? Sammeln Sie entsprechende Informationen und lassen Sie sich durch möglichst vielfältige Möglichkeiten für Ihre Karriereplanung inspirieren.



Nur Aufgaben mit diesem Symbol sollen Teil Ihres Portfolios werden und am Ende in einer Mappe gesammelt und abgegeben werden. In die Bewertung fließen Sorgfalt und Begründungen hinsichtlich der Lösung der Aufgaben ein, nicht Ihre eigene Meinung.

Bearbeiten Sie alle Pflichtaufgaben und mindestens zwei Wahlaufgaben. Sie erhalten für die Bearbeitung weiterer Wahlaufgaben zusätzliche Punkte.

Abgabetermin für das Portfolio: .....

Ab	Pflichtaufgaben	Punkte	Erledigt
	Erstellen Sie ein ansprechendes Deckblatt mit Ihrem Namen für Ihr Portfolio.	3	
	Fertigen Sie nach dem Abschluss der Portfolio-Arbeit ein Inhaltsverzeichnis an. Die Arbeitsblätter sollen mit Seitenzahlen versehen werden.	4	
M 4	Notieren Sie die Unterschiede zwischen Selbst- und Fremdeinschätzung bezüglich Ihrer Stärken und Schwächen.	7	
M 5	Notieren Sie in einem Brainstorming, was Ihnen im Leben besonders wichtig ist.	7	
M 9	Listen Sie die Vor- und Nachteile von Selbstständigkeit auf. Begründen Sie kurz, ob und warum (nicht) Sie sich selbstständig machen wollen.	7	
M 11	Bewerten Sie Ihren persönlichen Karrierefahrplan.	7	
		<b>35</b>	
Ab	Wahlaufgaben	Punkte	Erledigt
M 6	Erstellen Sie eine Liste mit schönen und schwierigen Seiten, die ein Kind mit sich bringt.	7	
M 7	Notieren Sie die Vor- und Nachteile verschiedener Arbeitszeitmodellen.	7	
M 8	Notieren Sie die nötigen Schritte für eine ausgewogene Work-Life-Balance.	7	
		<b>21</b>	

### Erläuterung (M 5 bis M 8 – Stunde 3/4)

**Erarbeitung (M 5–8):** Was ist Ihren Schülern im Leben besonders wichtig? Diese Frage in M 5 am Beginn der Doppelstunde ermöglicht es den Lernenden, sich ihrer **Wünsche bewusst zu werden**, und bereitet sie auf die Themen der folgenden Materialien vor.

Im Zusammenhang mit der Karriereplanung spielt auch die **Familienplanung** eine wichtige Rolle. Die Schüler setzen sich am Fallbeispiel in M 6 mit diesem Thema auseinander und überlegen anschließend für sich, welchen Stellenwert die Familienplanung für sie hat.

Noch vor nicht allzu langer Zeit war es für Frauen nur selten möglich, Beruf und Familie zu vereinen. Während der Mann als Alleinverdiener der Familie das Geld heimbrachte, kümmerte sich die Frau im Hause um Haushalt und Kinder. Heute brechen viele Frauen mit diesem klassischen Rollenmodell und wollen trotz Familiengründung nicht auf ihre Karriere verzichten. Diese Entwicklung wird zunehmend durch flexible Arbeitszeitmodelle unterstützt. Hierzu setzen sich die Schüler in M 7 mit **verschiedenen Arbeitszeitmodellen** auseinander und diskutieren deren Vor- und Nachteile.

Im Anschluss daran testen sie in M 8, wie es um ihre „**Work-Life-Balance**“ bestellt ist, indem sie einen entsprechenden Test machen.

#### Musterlösung (M 6):

- Zu 1: Die Situation von Jessica N. stellt sich wie folgt dar:
- Sie ist sich über ihren Kinderwunsch nicht im Klaren.
  - Sie befindet sich in einer guten beruflichen Situation auf der Führungsebene und möchte diese Stelle gegenwärtig nicht für ein Kind aufgeben.
  - Sie möchte über ihre Freizeit und ihren Alltag selbst bestimmen können.
  - Finanziell ist sie gut abgesichert.
  - Sie sorgt sich um die Sicherheit der Partnerin und um die Möglichkeiten der Kinderbetreuung.
  - Sie ist unsicher, ob sie die Verantwortung für ein Kind übernehmen möchte/kann und ob ihre Partnerschaft Bestand hat.
  - Sie möchte selbstbestimmt darüber entscheiden, ob und wann sie Kinder bekommen möchte.
- Zu 2: Folgende Bedingungen wären für Jessica wichtig, um sich für ein Kind zu entscheiden:
- eine feste und stabile Partnerschaft,
  - Mithilfe des Partners bei der Kindererziehung,
  - Arbeitsplatzsicherheit
  - ausreichende Betreuungsmöglichkeiten.

#### Musterlösung (M 7):

Zu 1: Die Arbeitszeitmodelle müssen wie folgt zugeordnet werden:

- A Homeoffice
- B Pufferzeit
- C Variable Arbeitszeit
- D Jobsharing
- E Teilzeit

Zu 3: Welche flexible Arbeitszeitmodelle sind zum Beispiel:

#### 1. Gleitzeit

Beim Gleitzeitmodell können Mitarbeiter bis zu einem gewissen Rahmen selbst über ihre Arbeitszeiten bestimmen. In der Praxis bedeutet das, dass vom Arbeitgeber keine konkreten Zeiten vorgegeben werden, wann ein Arbeitstag beginnt und wann dieser endet. Um jedoch



### Erläuterung (M 11 und M 12 – Stunde 6)

**Reflexion (M 11/12):** M 11 gibt den Schülern die Möglichkeit, ihr **persönliches Fazit** zu ziehen und zusammenfassend ihren **individuellen Karrierefahrplan** darzulegen.

Die Schüler sollten auf jeden Fall die Gelegenheit bekommen, die Ergebnisse ihrer Portfolio-Arbeit zu präsentieren und die Resultate anderer Schüler kennenzulernen. Vorstellbar sind sowohl Teilpräsentationen als auch die Organisation einer Ausstellung. Wenn die Lernenden ihre aus ihrer Sicht gelungensten Teile präsentieren, motiviert sie das besonders. Eine weitere mögliche Präsentationsform wäre das „Kugellager“ (s. u.). Vorteil des Kugellagers ist, dass die Schüler im inneren Kreis mit immer neuen Mitschülern des äußeren Kreises sprechen und so spontan entscheiden können, welche Inhalte ihrer Arbeit sie vorstellen möchten.

Auf dieser Basis **reflektieren** die Schüler die **Ergebnisse ihres Arbeitsprozesses am Portfolio**, den sie individuell in M 12 bewerten sollen. Dieses Schülerfeedback zeigt Ihnen die Bedürfnisse der Klasse.

Zur **Benotung des Portfolios** können Sie das **Bewertungsraster aus M 11** nutzen. Dieses können Sie an Ihre Bedürfnisse anpassen, indem Sie die veränderbare Word-Vorlage auf der CD nutzen. Korrigieren Sie die Portfolios möglichst sparsam und mit Bleistift, um die Lernenden nicht zu demotivieren. In dieser Einheit geht es weniger um Leistungsmessung als vielmehr um Orientierung und Motivation für berufliche Qualifizierung.

### Methodischer Tipp: Kugellager

**Ziel:** Mit dieser Methode kommen Ihre Schüler miteinander ins Gespräch. Sie eignet sich zum Ideenaustausch oder zur Präsentation von Ergebnissen und ist sehr schüleraktivierend.

**Durchführung:** Sie teilen die Klasse in zwei gleichgroße Gruppen ein und bitten eine Gruppe, einen Innenkreis zu bilden, und die andere, einen Außenkreis zu bilden. Nun sollen die Schüler mit ihrem Gegenüber eine Aufgabe lösen, z. B. ihre Portfolios vorstellen. Wenn Sie das Gefühl haben, dass der Arbeitsauftrag erfüllt ist, fordern Sie den Innen- und den Außenkreis auf, sich zu drehen, sodass alle Schüler neue Gesprächspartner haben. Durch das „Drehen“ der Kreise kommen die Schüler mit ganz unterschiedlichen Klassenkameraden in Kontakt und können miteinander Erfahrungen austauschen.



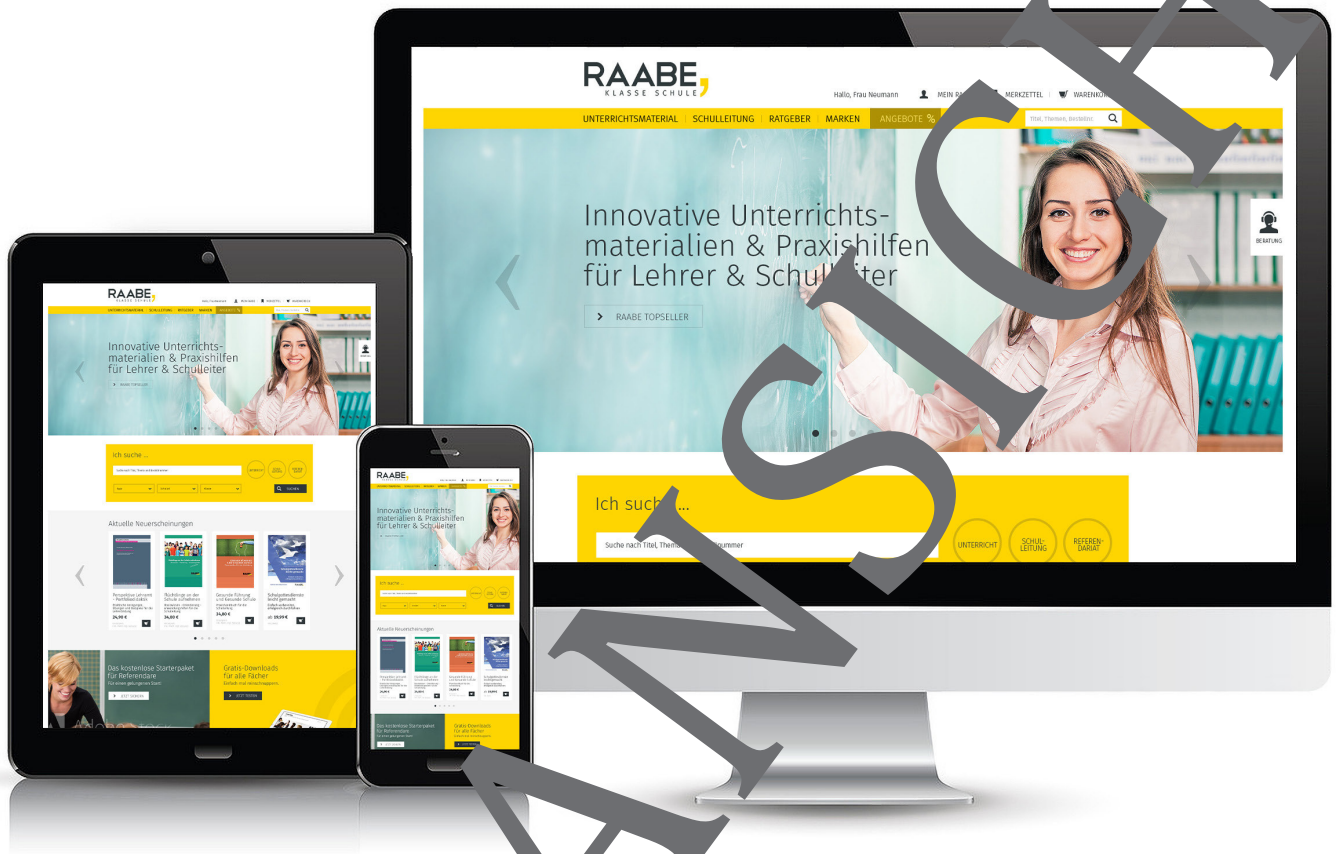
Zeichnung: Julia Lenzmann

### Musterlösung der Portfolio-Aufgaben (1)

Zu M4, 3: Im zweiten Schritt geht es darum, die Ergebnisse mit denjenigen einer Vertrauensperson zu vergleichen. Auf diese Weise erhalten die Schüler wertvolle Hinweise darauf, wie andere sie einschätzen. Der Vergleich der Ergebnisse sollte die Lernenden zum Nachdenken und Diskutieren anregen.

Zu M 5: Die Wünsche werden bei jedem Schüler anders aussehen: Auf die Frage, was ihnen im Leben besonders wichtig ist, werden einige vielleicht antworten, dass sie zunächst gerne Karriere machen und anderen Frauen eine Familie gründen möchten. Andere werden antworten, dass sie viele Arbeitserfahrungen sammeln möchten, um sich irgendwann selbstständig machen zu können.

## Der RAABE Webshop: Schnell, übersichtlich, sicher!



### Wir bieten Ihnen:



Schnelle und intuitive Produktsuche



Übersichtliches Kundenkonto



Komfortable Nutzung über  
Computer, Tablet und Smartphone



Höhere Sicherheit durch  
SSL-Verschlüsselung

**Mehr unter: [www.raabe.de](http://www.raabe.de)**