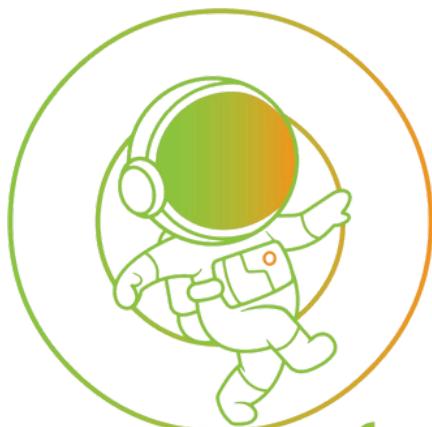




Co-funded by
the European Union



**youth
motivation**

BERUFSLEITFADEN FÜR JUNGE MENSCHEN

2023-1-DE04-KA210-YOU-000160861



Erasmus+
Enriching lives, opening minds.



INHALTSVERZEICHNIS

Willkommen auf deiner Karriere-Reise	3
Kapitel 1: Entdecke deine Stärken und Interessen	4
Kapitel 2: Die Wege zum Erfolg verstehen	6
Kapitel 3: Fähigkeiten für den Erfolg aufbauen	9
Kapitel 4: Freiwilligenarbeit und Berufserfahrung	11
Kapitel 5: Einen erfolgreichen Lebenslauf erstellen	13
Kapitel 6: Dein Bewerbungsschreiben verfassen.	17
Kapitel 7: Das Vorstellungsgespräch	22
Kapitel 8: Unterstützung und Ressourcen finden	25
Kapitel 9: Reflexion und nächste Schritte	26
Ein wenig mehr Inspiration	27



Eine Karriere zu beginnen kann eine aufregende, aber auch überwältigende Erfahrung sein, besonders wenn man auf zusätzliche Herausforderungen stößt.

Dieser Leitfaden wurde für junge Menschen aus allen Lebensbereichen erstellt, insbesondere für diejenigen, die auf ihrem Weg zusätzliche Hürden überwinden müssen. Er soll dich dabei unterstützen, berufliche Möglichkeiten zu erkunden und den richtigen Weg für dich zu finden – unabhängig davon, wo du gerade stehst.

Wenn du gerade erst beginnst, über deine Zukunft nachzudenken, oder unsicher bist, welche Schritte du als Nächstes unternehmen sollst, bietet dir dieser Leitfaden praktische Tipps, Ermutigung und hilfreiche Ressourcen. Falls du bereits mit Herausforderungen kämpfst oder versuchst, bestimmte Hürden zu überwinden, findest du hier Werkzeuge und Strategien, die dir helfen, diese zu meistern.

Dieser Berufsleitfaden basiert auf den Prinzipien der Inklusivität, Zusammenarbeit und Chancengleichheit. Gemeinsam werden wir Wege erkunden, wie du dein Selbstvertrauen stärkst, deine Stärken entdeckst und einen Plan für deinen Erfolg entwickelst.

Denke daran: Du musst diesen Weg nicht allein gehen – wir sind hier, um dich auf jedem Schritt zu begleiten.

ENTDECKE DEINE STÄRKEN UND INTERESSEN

KAPITEL 1

Indem du deine Interessen, Fähigkeiten und Ziele erkundest, kannst du Chancen entdecken, die zu deinen Leidenschaften und Talenten passen. Hier sind einige einfache und effektive Wege, um deine Karriereerkundung zu starten:

Quizze zur Inspiration

Online-Tools wie www.jobtest.org oder blossomup.co sind schnelle und unterhaltsame Möglichkeiten, Berufe zu finden, die zu deiner Persönlichkeit passen. Nutze sie als Ausgangspunkt.

Reflektiere über deine Hobbys und Fähigkeiten

Überlege, was dich begeistert. Bist du handwerklich geschickt? Hilfst du gerne anderen? Jede Fähigkeit zählt und kann zu einer erfüllenden Karriere führen.

Lerne von Menschen in deinem Umfeld

Sprich mit Freunden, Familie, Jugendbetreuern, Lehrern oder Mentoren. Frage sie, welche Stärken sie in dir sehen oder welche Karrierewege sie für dich empfehlen würden – sie könnten dir neue Perspektiven eröffnen.

Träume groß und recherchiere

Erkunde, welche Möglichkeiten es gibt! Egal, ob du mit Tieren arbeiten, Spiele designen oder ein Unternehmen gründen möchtest – das Wissen über deine Optionen ist der erste Schritt zur richtigen Entscheidung. Bleib offen und neugierig!

ENTDECKE DEINE STÄRKEN UND INTERESSEN

KAPITEL 1

Indem du deine Interessen, Fähigkeiten und Ziele erkundest, kannst du Chancen entdecken, die zu deinen Leidenschaften und Talenten passen. Hier sind einige einfache und effektive Wege, um deine Karriereerkundung zu starten:

Quizze zur Inspiration

Online-Tools wie www.jobtest.org oder blossomup.co sind schnelle und unterhaltsame Möglichkeiten, Berufe zu finden, die zu deiner Persönlichkeit passen. Nutze sie als Ausgangspunkt.

Reflektiere über deine Hobbys und Fähigkeiten

Überlege, was dich begeistert. Bist du handwerklich geschickt? Hilfst du gerne anderen? Jede Fähigkeit zählt und kann zu einer erfüllenden Karriere führen.

Lerne von Menschen in deinem Umfeld

Sprich mit Freunden, Familie, Jugendbetreuern, Lehrern oder Mentoren. Frage sie, welche Stärken sie in dir sehen oder welche Karrierewege sie für dich empfehlen würden – sie könnten dir neue Perspektiven eröffnen.

Träume groß und recherchiere

Erkunde, welche Möglichkeiten es gibt! Egal, ob du mit Tieren arbeiten, Spiele designen oder ein Unternehmen gründen möchtest – das Wissen über deine Optionen ist der erste Schritt zur richtigen Entscheidung. Bleib offen und neugierig!

ARBEITSBLATT

Was war das
Ergebnis des Tests?

Meine Karriere
muss beinhalten:

Was macht mich
glücklich oder stolz?

Welche Fähigkeiten
habe ich bereits?

Welche
Herausforderungen
habe ich bereits
überwunden?

Welche Art von
Arbeitsumgebung würde
zu mir passen (z. B.
draußen, kreativ,
strukturiert)?

Die Wahl, was man nach der Schule tun möchte, kann wie eine große Entscheidung wirken, aber es gibt viele Wege, die du je nach deinen Interessen und Zielen einschlagen kannst. Hier sind einige Wege, die du in Betracht ziehen könntest:

Universität oder Hochschule:

Wenn du an akademischem Lernen interessiert bist oder eine spezifische Berufsausbildung anstrebst, könnte der Besuch einer Universität oder Hochschule die richtige Wahl sein. Diese Institutionen bieten Programme für Karrieren wie Lehramt, Ingenieurwesen, Rechtswissenschaften oder Medizin. Es kann teuer sein, aber keine Sorge - Stipendien, Zuschüsse und finanzielle Hilfsprogramme sind oft verfügbar, um bei den Kosten zu helfen. Dieser Weg ist ideal, wenn du das Lernen liebst und Themen in der Tiefe erforschen möchtest.

Berufsausbildung:

Diese Option ist für Menschen, die schnell für einen bestimmten Beruf ausgebildet werden möchten. Berufsausbildungsprogramme sind in der Regel kürzer als ein Hochschulabschluss und konzentrieren sich auf praktische Fähigkeiten für Berufe wie Elektriker, Kosmetikerin, Koch oder IT-Techniker. Diese Programme sind oft kostengünstig und können dich in nur wenigen Monaten oder Jahren auf den Arbeitsmarkt vorbereiten.

VERSTEHEN DER WEGE ZUM ERFOLG

Wenn du lieber durch praktisches Lernen die notwendigen Fähigkeiten erwirbst, sind Ausbildungsplätze eine großartige Möglichkeit. Du sammelst praktische Erfahrungen, während du gleichzeitig arbeitest und Geld verdienst. Ausbildungsplätze sind in Bereichen wie Mechanik, Bauwesen, Gastgewerbe und Gesundheitswesen weit verbreitet. Hier kannst du direkt von Fachleuten in der Branche lernen, was dir hilft, Fähigkeiten zu entwickeln, die von Arbeitgebern geschätzt werden.

Einstiegsjobs:

Wenn du bereit bist, sofort zu arbeiten, könnte ein Einstiegsjob der richtige Weg für dich sein. Diese Positionen erfordern in der Regel keine umfangreiche Erfahrung oder Ausbildung und können in Bereichen wie Einzelhandel, Kundenservice, Gastgewerbe oder Verwaltungsarbeit gefunden werden. Einstiegsjobs sind eine gute Möglichkeit, Berufserfahrung zu sammeln, Fähigkeiten zu entwickeln und Geld zu verdienen, während du herausfindest, welche nächsten Schritte du unternehmen möchtest. Du kannst Positionen auf folgender Webseite finden:

<https://jobs.accaglobal.com/jobs/europe/entry-level/>

Nimm dir Zeit, um darüber nachzudenken, was dich am meisten interessiert, was deine Stärken sind und wo du dich in der Zukunft siehst. Jeder Weg hat seine eigenen Vorteile, also wähle den, der sich für dich richtig anfühlt! Denk daran, dass es keine „richtige“ Wahl gibt – es geht darum, was für dich am besten funktioniert!

ARBEITSBLATT

KARRIEREWEG	Was gefällt mir daran?	Was macht mir Sorgen?	Welche Unterstützung könnte ich benötigen?
Universität oder Hochschule			
Berufsschule			
Einstiegsjobs			

Erfolg entsteht durch Lernen und den Einsatz der richtigen Fähigkeiten. Egal, ob du dich auf einen Job vorbereitest, mit anderen zusammenarbeitest oder Probleme löst – die Verbesserung dieser Fähigkeiten kann dir in vielerlei Hinsicht helfen. Hier sind einige wesentliche Fähigkeiten, auf die du dich konzentrieren solltest, sowie praktische Möglichkeiten, sie zu stärken:

- **Kommunikation:** Essenziell für Teamarbeit, Vorstellungsgespräche und das Präsentieren deiner Ideen.
- **Teamarbeit:** Arbeitgeber schätzen Zusammenarbeit. Schließe dich lokalen NGO-Gruppen an oder nimm an Erasmus+ Aktivitäten teil, wie z. B. Jugendbegegnungen oder Trainingskurse.
- **Problemlösung:** Denke kreativ, um Herausforderungen zu meistern – sei es in einem Projekt oder im Alltag.
- **Zeitmanagement:** Das Setzen von Prioritäten hilft dir in jeder beruflichen Laufbahn.
- **Anpassungsfähigkeit:** Zeige, dass du wachsen und dich an neue Umgebungen oder Aufgaben anpassen kannst.

Praktische Tipps:

- Übernimm kleine Verantwortungen, z. B. indem du einem Geschwisterkind bei den Hausaufgaben hilfst oder eine Gemeinschaftsveranstaltung organisierst.
- Engagiere dich ehrenamtlich, um deine Fähigkeiten zu verbessern und gleichzeitig etwas zurückzugeben. Der Europäische Solidaritätskorps (ESC) bietet eine tolle Gelegenheit dafür.
- Nutze kostenlose Online-Ressourcen, um dein Selbstvertrauen in Bereichen wie öffentliche Reden oder Computerkenntnisse zu stärken.

ARBEITSBLATT

	Bewerte diese Fähigkeit (1 - Niedrig, 5 - Hoch)	Welche Tipps habe ich gelernt?	Was werde ich tun, um mein Fähigkeitsniveau zu steigern?
Kommunikation			
Teamarbeit			
Problemlösung			
Zeitmanagement			
Anpassungsfähigkeit			

* Bewerten Sie Ihr Vertrauen in Schlüsselkompetenzen (1 = niedrig, 5 = hoch). Wählen Sie jeden Monat eine Kompetenz aus, an der Sie arbeiten möchten, und schreiben Sie auf, wie Sie sie üben werden.

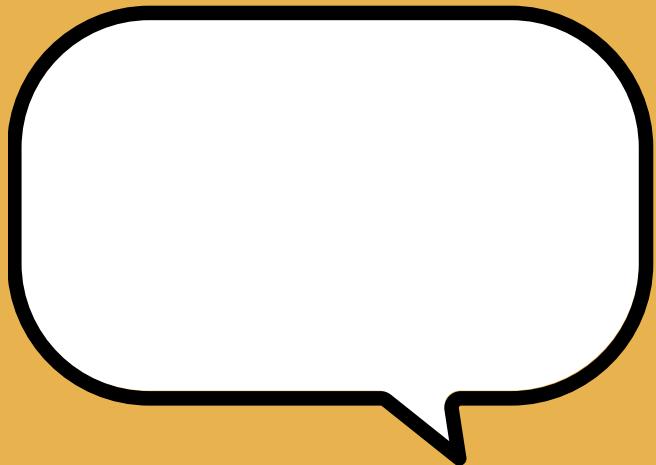
Erfahrungen sammeln und deine Zukunft aufbauen ist einfacher als du denkst. Ob durch Freiwilligenarbeit, Praktika oder Teilzeitjobs – jeder Schritt hilft dir, Fähigkeiten zu entwickeln, deinen Lebenslauf zu verbessern und etwas zu bewirken. So kannst du starten.

- **Warum Freiwilligenarbeit?** Es ist eine großartige Möglichkeit, Erfahrungen zu sammeln, deinen Lebenslauf aufzuwerten und einen positiven Beitrag zu leisten. Ob du in einem örtlichen Tierheim hilfst oder dich an einer Umweltaktion beteiligst – jede Hilfe zählt.
- **Praktika** Kurzfristige Arbeitserfahrungen ermöglichen es dir, verschiedene Branchen auszuprobieren, wertvolle Kontakte zu knüpfen und den Arbeitsalltag kennenzulernen.
- **Teilzeitjobs** Arbeiten am Wochenende oder abends, zum Beispiel im Einzelhandel, in der Gastronomie oder in der Kinderbetreuung, vermittelt dir wertvolle Fähigkeiten wie Kundenservice und Zuverlässigkeit.

So findest du Möglichkeiten:

- **Informiere dich bei örtlichen Gemeindezentren, Jugendorganisationen, NGOs oder auf Online-Plattformen für Freiwilligenarbeit.**
- **Frage bei lokalen Unternehmen nach, ob sie Unterstützung benötigen – viele schätzen motivierte Lernende.**
- **Nutze Apps oder Plattformen, die junge Menschen mit flexiblen Jobmöglichkeiten verbinden.**

ARBEITSBLATT



Welche Art von
Freiwilligenarbeit begeistert
mich?



1. _____
2. _____
3. _____

Drei Orte, die ich diese
Woche für Möglichkeiten
kontaktieren könnte



Fähigkeiten:
Fähigkeiten, die ich durch
Freiwilligenarbeit oder
Berufserfahrung erhoffe zu erlangen

Erstellen eines Lebenslaufs, wenn du nicht viel Berufserfahrung hast, kann tricky erscheinen, aber keine Sorge – es geht darum, zu zeigen, was du kannst und was dich einzigartig macht. Hier ist eine einfache Anleitung, die dir hilft, einen Lebenslauf zu erstellen, der heraussticht.

Was du in deinem Lebenslauf aufnehmen solltest:

1. Deine Kontaktdaten

Beginne mit den Grundlagen:

- Vollständiger Name
- Telefonnummer
- E-Mail-Adresse (achte darauf, dass sie professionell ist!)
- Optional: LinkedIn oder ein persönliches Portfolio

2. Allgemeine und berufliche Bildung

Erwähne, wo du zur Schule gehst, wann du deinen Abschluss machst (oder gemacht hast) und was du erreicht hast. Zum Beispiel:

- Deine Schule, Stadt (Abschluss im Juni 2024)
- Erfolge: Kapitän des Debattierteams

3. Fähigkeiten

Hebe Fähigkeiten hervor, die für die Positionen, auf die du dich bewirbst, relevant sind. Fokussiere dich sowohl auf allgemeine Kompetenzen (z. B. Kommunikation, Teamarbeit) als auch auf spezielle Kompetenzen (z. B. Softwarekenntnisse, Sprachen).

ERSTELLEN EINES ERFOLGREICHEN LEBENSLAUF

4. Freiwilligenarbeit / Extracurriculare Aktivitäten

Wenn du irgendwo geholfen hast oder einem Verein beigetreten bist, ist jetzt der Zeitpunkt, dies hervorzuheben! Zeige, wie diese Erfahrungen dich auf die Arbeit vorbereitet haben.

Wenn du noch keine formelle Arbeitserfahrung hast, ist dieser Abschnitt besonders wichtig. Betone Führungsrollen oder Erfolge.

Beispiel:

- Freiwilliger bei einem lokalen Jugendverein/NGO (2023 – Gegenwart)

5. Hobbys und Interessen (Optional)

Hobbys können mehr über deine Persönlichkeit und Fähigkeiten zeigen. Füge Hobbys hinzu, die Qualitäten widerspiegeln, die für die Stelle relevant sind, auf die du dich bewirbst. Beispiel:

- Mitglied eines lokalen Fußballteams (Teamarbeit und Engagement)
- Schreibe einen Blog über Technologietrends (Kreativität und technisches Verständnis)
- Schreibe Geschichten für die Schülerzeitung

6. Referenzen (Falls erforderlich)

Du kannst „Auf Anfrage erhältlich“ angeben, wenn du noch keine formellen Referenzen hast. Lehrer, Trainer oder Mentoren können als Referenzen dienen.

ERSTELLEN EINES ERFOLGREICHEN LEBENSLAUF

Tipps, um deinen Lebenslauf zum Strahlen zu bringen:

- Halte es einfach: Bleibe bei einer Seite und konzentriere dich auf die wichtigsten Details.
- Verwende Aktionswörter: Worte wie „organisiert“, „gelernt“, „kreiert“ oder „erreicht“ machen deinen Lebenslauf beeindruckender.
- Passe ihn an die Stelle an: Wenn du dich für eine spezifische Rolle bewirbst, hebe Dinge hervor, die zu diesem Job passen.
- Betone übertragbare Fähigkeiten: Arbeitgeber schätzen Fähigkeiten wie Problemlösung, Kommunikation und Zuverlässigkeit.
- Füge Schlüsselwörter hinzu: Wenn du dich online bewirbst, nutze Schlüsselwörter aus der Stellenbeschreibung, um deine Chancen zu erhöhen, wahrgenommen zu werden.
- Überprüfe alles doppelt: Rechtschreibfehler und chaotische Formatierungen können einen guten Lebenslauf zerstören. Nimm dir Zeit, ihn ordentlich und gut lesbar zu gestalten.
- Bleibe positiv: Auch wenn deine Erfahrung begrenzt ist, konzentriere dich auf das, was du bisher gelernt und erreicht hast.

Mit dieser Struktur und diesen Tipps wirst du einen professionellen, gut ausgearbeiteten Lebenslauf erstellen, der deine Begeisterung und Lernbereitschaft zeigt. Denke daran, auch kleine Erfolge und Erfahrungen können einen großen Eindruck hinterlassen, wenn sie positiv dargestellt werden, wie z.B. das Organisieren einer Veranstaltung in der Schule oder das Erlernen einer neuen Fähigkeit – zeige, dass du fähig bist und bereit bist zu wachsen.

ARBEITSBLATT

Lerne, wie man einen professionellen Lebenslauf mit der Europass-Plattform erstellt!

Schritte:

1. Zugang zur Plattform

- Gehe zu europass.europa.eu

2. Starte deinen Lebenslauf

- Klicke auf „Erstelle deinen Lebenslauf“ und melde dich an oder erstelle ein Konto. (Es gibt auch die Option, als Guest fortzufahren)



Zusätzliche dazu: Denke über das Foto für den Lebenslauf nach. Welches Foto ist das beste? Bitte jemanden um Hilfe.

Auch wenn du fantastische Selfies machst, die Hunderte von Likes erhalten, sind sie nicht professionell. Für einen Lebenslauf solltest du ein Foto wählen, das dich in einem professionellen Licht zeigt – am besten ein neutrales, gut beleuchtetes Bild, auf dem du freundlich und gepflegt aussiehst. Achte darauf, dass der Hintergrund ruhig und unaufdringlich ist.

Ein Motivationsschreiben ist wie ein freundliches Gespräch auf Papier – es ist deine Chance zu zeigen, wer du bist, was dich begeistert und warum du eine großartige Ergänzung für die Gelegenheit wärst. Hier ist eine einfache Anleitung, die es leicht und unterhaltsam macht:

1. Beginne mit einem Ziel

Überlege dir, warum du dieses Schreiben verfasst. Was macht dich an dieser Gelegenheit interessiert? Ist es ein Programm, ein Job oder ein Stipendium? Nimm dir einen Moment, um ein wenig über die Organisation oder Person, an die du schreibst, zu lernen – das zeigt, dass du dich kümmernst.

2. Teile es auf

Ein gutes Motivationsschreiben hat drei Teile:

- a. Die Eröffnung „Sehr geehrte/r Frau/Herr“
 - Beginne damit, wer du bist und warum du schreibst.
 - Teile sofort deine Begeisterung mit – das setzt den Ton!
- b. Warum du großartig bist
 - Sprich darüber, was du getan hast, was mit der Gelegenheit zusammenhängt.
 - Teile eine Geschichte oder Erfahrung, die deine Fähigkeiten oder Leidenschaft zeigt.
 - Erkläre, wie diese Gelegenheit zu deinen Zielen passt.
- c. Das begeisterte „Auf Wiedersehen“
 - Beende es, indem du deine Begeisterung und Dankbarkeit zeigst.
 - Lass sie wissen, dass du dich darauf freust, von ihnen zu hören!

SCHREIBEN DEINES BEWERBUNGANSCHREIBENS

3. Tipps, um es authentisch zu halten

- Sei du selbst: Schreibe, als würdest du mit einem Mentor oder jemandem sprechen, den du bewunderst.
- Halte es einfach: Eine Seite ist perfekt – komm einfach auf den Punkt.
- Sei ehrlich: Teile deine wahre Geschichte – Menschen verbinden sich mit Authentizität.
- Doppelt überprüfen: Lies es noch einmal durch oder bitte einen Freund, dir zu helfen, Fehler zu finden.

4. Übung macht den Meister

Schreibe ein Motivationsschreiben für etwas, das du gerne tun würdest – egal, ob es real ist oder nur zum Üben. Teile es mit einem Freund, Jugendbetreuer oder Lehrer für Feedback. Nach ein paar Anpassungen wirst du bereit sein, es selbstbewusst zu verschicken!

Denke daran, dieses Schreiben geht um dich. Lass deine Leidenschaft und Persönlichkeit strahlen und hab keine Angst, groß zu träumen!

Tipp: Du kannst ein professionelles Bewerbungsschreiben mit der Europass-Plattform erstellen.

Hier ist der Link: <https://europass.europa.eu/en/create-europass-cover-letter>

ARBEITSBLATT

Schreibe ein Motivationsschreiben für die folgende Person gemäß der oben genannten Anleitung.



HANS MÜLLER

23 Jahre alt

Abschluss: Bachelor in Geschichte

Bewerbung für die Stelle als Jugendbetreuer bei „Tabana NGO“ e.V.

ARBEITSBLATT

Schreibe ein Motivationsschreiben für die folgende Person gemäß der oben genannten Anleitung.



FÁTIMA ALMEIDA

19 Jahre alt

Abschluss: Pflegefachkraft

Bewerbung für die Stelle als Pflegefachkraft in einer Uniklinik

WORKSHEET ACTIVITIES

Schreibe ein Motivationsschreiben für die folgende Person gemäß der oben genannten Anleitung.



PETRANKA PETRESKA

17 Jahre alt

Abschluss: Wissenschaftliches Gymnasium

Bewerbung für die Stelle als Barista in einem lokalen Café

Hier sind einige wichtige Dinge, die du beachten solltest, wenn du zu einem Vorstellungsgespräch gehst:

1. Mache deine Hausaufgaben

- Nimm dir Zeit, um mehr über das Unternehmen zu erfahren – was sie tun, welche Werte sie vertreten und warum die Position, für die du dich bewirbst, wichtig ist. Ein wenig Wissen kann viel dazu beitragen, dass du echtes Interesse zeigst.

2. Übung macht den Meister

- Überlege dir, wie du auf Fragen wie „Erzählen Sie mir etwas über sich“ oder „Warum möchten Sie diesen Job?“ antworten würdest. Es geht nicht darum, Antworten auswendig zu lernen, sondern eine klare Vorstellung davon zu haben, was du sagen möchtest.

3. Kleide dich für den Job, den du möchtest

- Trage etwas Professionelles, das dir aber auch Selbstvertrauen gibt und in dem du dich wohlfühlst. Der erste Eindruck zählt!

4. Bringe notwendige Unterlagen mit

- Nimm extra Kopien deines Lebenslaufs, eine Liste von Referenzen und alle Zertifikate oder Portfolio-Proben mit.

5. Sei pünktlich

- Komme 10-15 Minuten früher an, damit du Zeit hast, dich zu orientieren, und um dem Interviewer zu zeigen, dass du seine Zeit respektierst. Plane deine Anreise im Voraus, um Last-Minute-Stress zu vermeiden.

6. Zeige positive Körpersprache

- Lächle, stelle Blickkontakt her und sitze aufrecht. Selbst kleine Dinge wie Nicken können zeigen, dass du interessiert und engagiert bist.

7. Stelle Fragen

- Vorstellungsgespräche sind eine beidseitige Angelegenheit. Frage Dinge wie „Wie ist die Teamkultur?“ oder „Was lieben Sie an der Arbeit hier?“ Es zeigt, dass du neugierig und nachdenklich bist.

8. Bleibe ruhig

- Nervös? Das ist normal! Nimm ein paar tiefe Atemzüge und erinnere dich daran, dass sie dich kennenlernen möchten – nicht, um dich in die Falle zu locken. Es ist völlig in Ordnung, vor der Antwort kurz nachzudenken.

9. Sag Danke

- Eine kurze Dankes-E-Mail nach dem Gespräch ist sehr wirkungsvoll. Erwähne etwas Bestimmtes, das du gerne besprochen hast – so bleibst du im Gedächtnis.

10. Lerne und wachse

- Nicht jedes Vorstellungsgespräch führt zu einem Job, und das ist in Ordnung. Reflektiere, was gut gelaufen ist und was du beim nächsten Mal besser machen kannst. Jede Erfahrung ist ein Schritt nach vorne.

ARBEITSBLATT

Bereite eine kurze Präsentation über dich selbst vor. Bitte einen Freund, ein Familienmitglied oder einen Mentor, dir zuzuhören und dir konstruktives Feedback zu geben. Wähle eine ruhige, professionelle Umgebung, um das echte Vorstellungsgespräch zu simulieren.



Übe die Vorstellungsgespräch - Situation vor dem Spiegel. Achte dabei auch auf deine Mimik, Körpersprache und Tonfall.

Nimm Audio- oder Videoaufnahmen auf, in denen du dich selbst präsentierst. Hebe deine besten Fähigkeiten, Praktika, ehrenamtliche Tätigkeiten oder Schulprojekte hervor. Höre dir das aufgenommene Material später an, um herauszufinden, wo du dich noch verbessern kannst.



Du bist nicht allein!

Viele Jugendorganisationen und NGOs setzen sich dafür ein, jungen Menschen wie dir zum Erfolg zu verhelfen. Suche nach:

- Berufsberatungszentren: Lokale Büros bieten Beratung, Jobangebote und Weiterbildungsmöglichkeiten.
- Stipendien und Zuschüsse: Finanzielle Unterstützung ist für diejenigen verfügbar, die eine Ausbildung oder Weiterbildung anstreben.
- Jugendgruppen und Erasmus+-Projekte: Schließe dich Initiativen an, um internationale Erfahrungen und neue Perspektiven zu gewinnen.

Ressourcen für dich:

- Psychische Unterstützung: Es ist in Ordnung, um Hilfe zu bitten, wenn du dich überfordert fühlst.
- Mentor-Programm: Knüpfe Kontakte zu jemandem in deinem gewünschten Berufsfeld, der dich begleiten kann.
- Online-Lernen: Plattformen wie Coursera, Khan Academy und Erasmus+ bieten kostenlose Kurse und Materialien an.

Tipp: Du kannst MOOCs (Massive Open Online Courses) besuchen:
www.mooc.org

Was habe ich gelernt?

Nimm dir Zeit zur Reflexion:

- Welche Fähigkeiten oder Interessen habe ich entdeckt?
- Welche Herausforderungen habe ich überwunden?
- Welche Unterstützung oder Werkzeuge brauche ich, um weiterzukommen?



Setze Ziele:

- Kurzfristig: Bewerbe dich für zwei Praktika oder nimm an einem lokalen Workshop teil.
- Langfristig: Recherchiere die Wege zu deinem Traumberuf und erstelle einen Schritt-für-Schritt-Plan.



Aufgabe:

Schreibe deine nächsten drei Schritte auf und teile sie mit jemandem, der dich unterstützen oder ermutigen kann.

EIN WENIG MEHR INSPIRATION

WEITERMACHEN!

Deine Reise beginnt hier.

Egal, welcher Hintergrund oder welche Herausforderungen dich begleiten, es warten Möglichkeiten auf dich. Glaube an dein Potenzial, suche nach Unterstützung und gehe noch heute den ersten Schritt. Die Zukunft gehört dir, um sie zu gestalten!

“**Jeder kleine Schritt bringt dich
deinen großen Träumen näher.
Lerne weiter, bleibe neugierig
und gib niemals auf.**”

Erasmus+ Teilnehmer während der
Jugendbegegnung „Youth Motivation“
in Schweinfurt, Deutschland.



AUTHORS:

**ANDREJ DZOPA
MARINA MARINOSKA
KATHARINA NIKULIN
MARIN MARINOSKI
MARJAN NAUMOSKI
HRISTIJAN JORDANOSKI
IRENA PIPIDJANOSKA
HRISTIJAN PUSOSKI
SARA PENOUÇO
RITA ALVES**

Projekt-Referenznummer: 2023-1-DE04-KA210-YOU-000160861

Gefördert von der Europäischen Union. Die darin enthaltenen Ansichten und Meinungen sind jedoch ausschließlich die des/der Autor(en) und spiegeln nicht unbedingt die der Europäischen Union oder der Exekutivagentur für Bildung, Audiovisuelles und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden.





youth
motivation