

Einleitung:

Die Jagd nach dem Ausbildungsplatz oder gestresste Eltern 8

1 Fähigkeiten finden und möglichst früh informieren 19

Eigene Fähigkeiten und Interessen finden 20

Frühzeitig und breit informieren 27

Die Bedeutung der Eltern 32

Berufsausbildung mit Abitur 36

Und schließlich: Nicht zaudern – Entscheidungen treffen! 42

2 Für die engere Auswahl Wissen vertiefen 46

Das erste Praktikum 46

Wer bildet aus? 53

Schulische Berufsausbildungen 55

Zugangshindernisse 57

Mädchen: Nachteile aktiv ausgleichen! 58

Ausländerkinder: Ausgrenzung durch Kontaktpflege
entgegenwirken 60

Behinderte Jugendliche: Selbstbewusst behaupten 63

3 Kreativ sein und Interesse zeigen – vom Bewerbungsschreiben bis zum Vorstellungsgespräch 66

Die Unterlagen 66

Das Bewerbungsanschreiben 69

Auswahltests 71

Das Vorstellungsgespräch 79

Wenn die Entscheidung gefallen ist 85

- 4 Wenn's noch nicht klappt: Wartezeiten nutzen 89**
 - Schulische Weiterbildung 90
 - Nachvermittlungen 94
 - Zeitliche Lücken und Umwege 96
 - Freiwillige Dienste 99
 - Phasen der Arbeitslosigkeit 102
 - Berufsbezogene Hilfen 105

- 5 Fürsorglich bleiben, denn aller Anfang ist schwer 109**
 - Jetzt geht's los 109
 - Kleine Unzulänglichkeiten und Unsicherheiten 112
 - Elterliche Unterstützung 115
 - Wünsche an den Ausbilder 117
 - Gespräche in der Berufsschule 121
 - Wenn ernsthafte Probleme auftreten 123

- 6 Krisen vermeiden 135**
 - Hohe körperliche wie geistige Beanspruchung 137
 - Schwierige Arbeiten 139
 - Zeit zum Lernen und Üben 141
 - Berufsschulische Anforderungen 145
 - Soziale Konflikte am Arbeitsplatz 147

- 7 Prüfungen und Abschluss der Ausbildung 152**
 - Den Abschlussprüfungen entgegen 153
 - Der Blick zurück 155
 - Ratschläge von Auszubildenden 158
 - Pläne 161

Arbeit und Leben – Schlussbemerkungen 165

Lebenslanges Lernen 167

Flexibilisierung persönlich nutzen 171

Arbeit ist nur das halbe Leben 173

Anhang 177

Muster 177

Das Deckblatt 178

Das Anschreiben 180

Der Lebenslauf 182

Internetadressen 184

Literatur 187