

ZT AUSBILDUNG

Was geht ab?! Die Seite für Azubis.

Über Probleme und darüber, wie du sie in den Griff bekommst

Die Luft im Ausbildungslabor brennt, die Noten sacken ab, dazu noch Stress zu Hause – bei manchen Problemen hilft es, einfach mal Luft abzulassen, bei anderen ist gezielte Unterstützung angesagt. Beides gibt es für Jugendliche im Internet, angeboten von der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung. Dort hören professionelle Berater einfach nur zu, oder helfen, wenn es gewünscht wird. Heinz Thiery ist Leiter dieser virtuellen Beratungsstelle. Er wird im folgenden Beitrag Problembereiche von Jugendlichen präzisieren, allgemeine Lösungsvorschläge aufzeigen und erklären, was hinter der Online-Beratung steckt.

Du hattest dich riesig gefreut, als der Ausbildungsvertrag im Briefkasten lag. Eine Lehrstelle, und dazu noch in deinem Traumberuf – super. Drei Monate lief alles easy, nette Kolleginnen und Kollegen, nette Ausbilder und die Chefs waren auch in Ordnung. Und jetzt? Ein halbes Jahr später und du bist mehr als ernüchtert. Die Kolleginnen tolerieren dein Verhalten nicht mehr und fangen an, dich zu schikanieren. Und zu allem Überfluss hast du zu Hause tierischen Stress, weil deine Eltern Angst haben, dass du die Ausbildung schmeißt. Du selbst hast das Gefühl, dass sich alle gegen dich verschwören und willst nur noch deine Ruhe, am liebsten auf einer einsamen Insel. Und du fragst dich: Wie konnte es soweit kommen und wie komme ich da bloß wieder raus? Wie kann ich mir helfen oder wer sonst kann mir helfen?

samen Insel. Und du fragst dich: Wie konnte es soweit kommen und wie komme ich da bloß wieder raus? Wie kann ich mir helfen oder wer sonst kann mir helfen?

Probleme während der Ausbildung

So oder ähnlich sehen die Anfragen aus, die Jugendliche täglich an das Beratungsangebot „www.bke-jugendberatung.de“ richten. Wenn der Druck von allen Seiten kommt, ist es schwer, sinnvoll und angemessen zu reagieren, der Bauch spielt verrückt und der Kopf ist leer. Was sind typische Probleme, die während einer Ausbildung auftreten können? Es

können fünf Bereiche unterschieden werden:

- Probleme mit dir selbst
- Probleme im engeren (familiären) Umfeld
- Probleme mit der Berufswahl
- Probleme mit Mitmenschen
- Probleme mit Vorgesetzten.

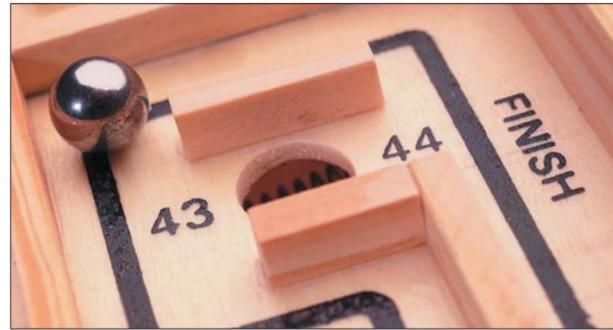
Ein Hoch und Runter der Empfindungen

Anhängig vom Alter bei Ausbildungsbeginn können Jugendliche noch immer in der Pubertät sein. Pubertät ist, wenn Eltern komisch werden und die Hormone verrückt spielen. Meist merkt man selbst nicht, dass das eigene Verhalten anderen auf den Geist geht. Das ist doch Schnee von gestern, wirst du einwenden, und die Pubertät ist

doch schon lange vorbei! Achtung, das kann ein Irrtum sein. Nicht alle beginnen diese

Jeder von uns hat ein ganz bestimmtes Temperament, das ihn zu bestimmten Tätigkeiten

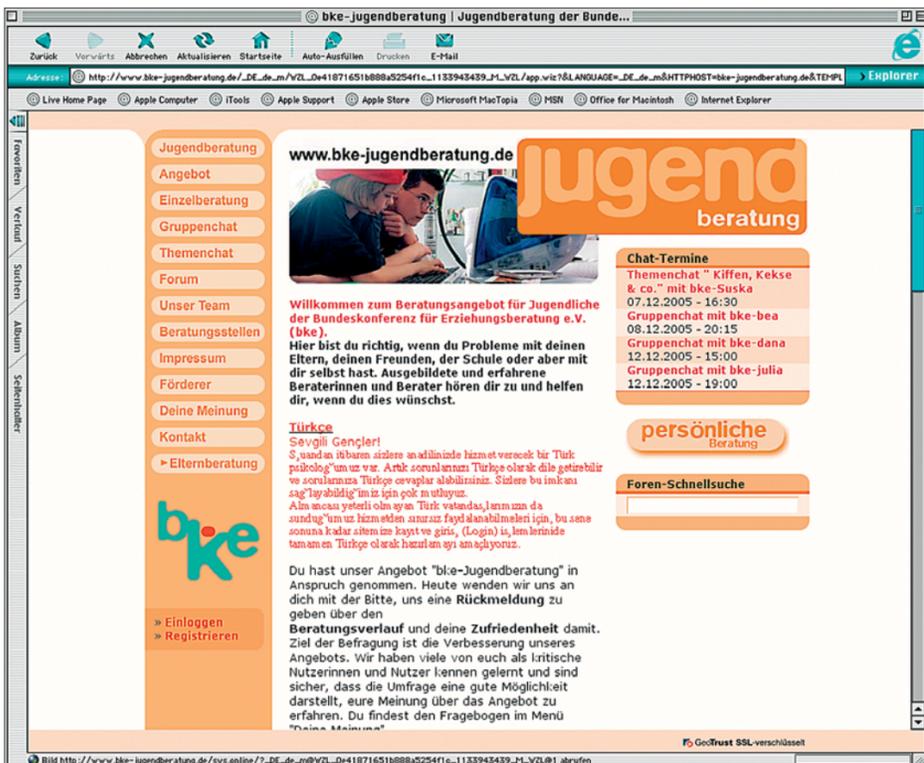
stritten und jeder misstraut jedem. Und einige glauben, sie hätten mehr Rechte als andere. Für diese Personen sind Neue eine potenzielle Bedrohung, die durch „Unterwerfung“ unter die Hierarchie abgewendet werden muss. Sich völlig außerhalb der Gruppenregeln zu bewegen wird von der Gruppe selten akzeptiert, wer sich nicht einordnet, wird gemobbt oder zum Außenseiter gestempelt. Mobbing kann zu einer existenziellen Erfahrung für die Betroffenen werden und in Extremfällen zur dauerhaften Berufsunfähigkeit führen. Leider hinkt die Rechtsprechung in Deutschland hinter der anderer europäischer Staaten hinterher. Die Mobber haben hier zu Lande noch immer leichtes Spiel. Das Verhältnis zu Vorgesetzten ist letztlich nur eine Spielart des Verhältnisses zur Kollegenschaft. Der wichtige Unterschied besteht im Umstand, dass ein Verhalten, das in den Augen des Vorgesetzten als Störung des Betriebsfriedens inter-



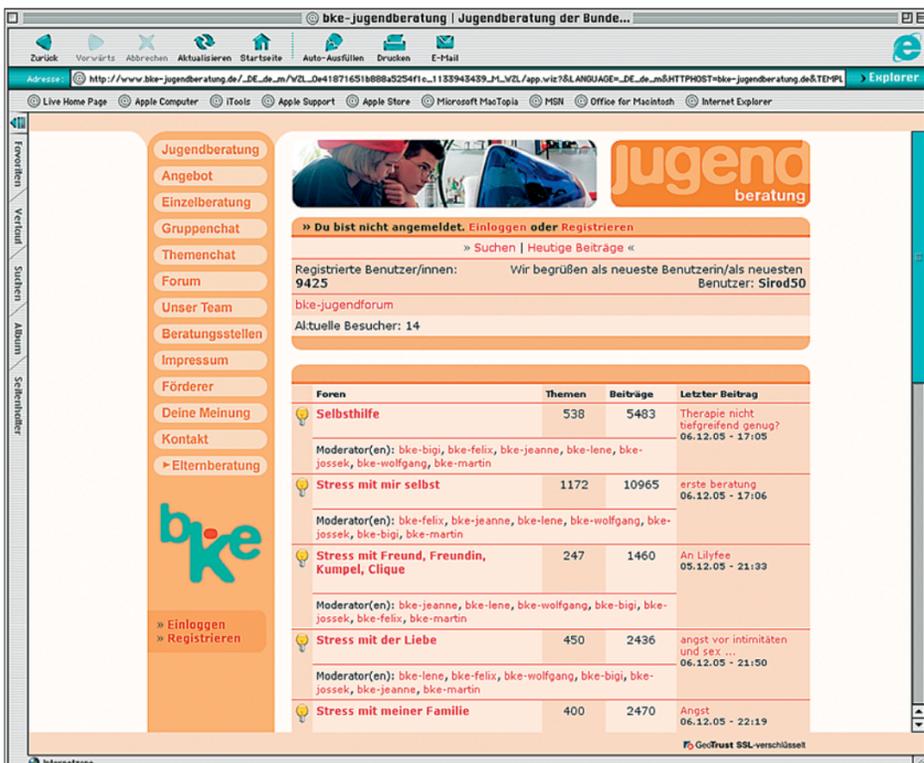
Oftmals sieht man den Wald vor lauter Bäumen nicht. Dann ist es am besten, sich jemanden anzuvertrauen und zusammen nach geeigneten Lösungsweegen zu suchen.

schwierige Phase mit 12 oder 13 und schließen sie vor der Volljährigkeit ab. Gerade diejenigen, die während dieser Zeit auffällig unauffällig waren, spüren den Drang zur inneren und äußeren Rebellion oft erst um den Zeitpunkt der Volljährigkeit. Ein anderer Grund für Änderungen im Verhalten und Empfinden sind Krankheiten. Besonders chronische Erkrankungen können die Befindlichkeit negativ beeinflussen. Neurodermitis oder Diabetes sind nur zwei Beispiele für Krankheiten, die das Leben nachhaltig verändern. Juckende Haut oder ständige Schläppheitsgefühle verlangen große Selbstdisziplin – und dies jeden Tag! Apropos Krankheit: Es gibt auch psychische Erkrankungen. Depressionen oder Probleme mit der Wahrnehmung der eigenen Persönlichkeit (auch multiples Persönlichkeitsyndrom genannt) sind nur zwei Beispiele. Diese Erkrankungen kommen öfter vor als man denkt und stellen ein großes Hindernis bei der konfliktfreien Bewältigung des Alltags dar.

mehr befähigt als zu anderen. Ob die beruflichen Tätigkeiten zum Temperament passen, wird erst während der Ausbildung sichtbar. Viele Berufe erfordern selbstständiges Arbeiten, was jedoch nicht heißt, dass die Freiheit grenzenlos wäre. Nicht nur die fachlichen Anforderungen kennzeichnen einen Beruf, sondern auch die Anforderungen an die eigene Anpassungs-



Die Startseite des Online-Beratungsangebotes der bke.



Deine Fragen und Probleme kannst du beispielsweise in einem der öffentlichen Diskussionsforen mit anderen Jugendlichen „besprechen“.

ZT Die bke-Jugendberatung im Internet hilft

Dein Problem und wo du unkompliziert Hilfe findest
Stress mit deiner Ausbildung? Probleme mit deinen Eltern, Lehrern oder deinem Chef? Du machst dir Sorgen um dich selbst oder um einen guten Freund? Und nun suchst du jemanden, der dir einfach nur zuhört oder mit dir Problemlösungen entwickelt, doch der Gang zu einer Beratungsstelle fällt dir schwer? Dann ist das Online-Beratungsangebot für Jugendliche der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung e.V. (bke) genau das Richtige für dich. Ausgebildete und erfahrene Beraterinnen und Berater hören dir zu und helfen dir, wenn du dies wünschst. Wie in einer realen Beratungsstelle findet die Unterstützung über Beziehung und Vertrauen statt, eben nur über das geschriebene Wort.

Was bietet die bke-Jugendberatung konkret an?
Persönliche, webbasierte Einzelberatung
Du richtest deine Anfrage bzw. deine Problemschilderung an die Experten/innen. Diese antworten dir kurzfristig, in der Regel möglichst innerhalb von 48 Stunden. Das Ganze funktioniert ähnlich einem E-Mail-Dialog.

Persönliche Beratung im Einzel-Chat
Du vereinbarst mit einem/r Berater/in einen Chat-Termin und kannst dort mit diesem/r in einer vertraulichen Zweierkonstellation dein Problem besprechen.

Öffentliche Diskussionsforen
Du teilst deine Fragen, Tipps oder Probleme mit, sodass sie von allen Forumsbesuchern gelesen werden können. Diese können dir antworten. Auch die Diskussionsforen werden von Fachkräften der bke moderiert.

Jugend-Chat
In dem öffentlichen Chat kannst du dich mit anderen Jugendlichen austauschen, Erfahrungen weitergeben und erfragen. Das Angebot wird von einer Fachkraft moderiert, die auch direkt im Chat angesprochen werden kann.

Wie kann man auf das Angebot zugreifen?
Du gehst auf www.bke-jugendberatung.de
Um das Angebot in Anspruch nehmen zu können, musst du keine persönlichen Daten preisgeben. Es reicht, wenn du dir einen Nicknamen gibst und wenn du ein möglichst 8-stelliges Passwort, versehen mit Zahlen und Zeichen, eingibst. Alle weiteren Angaben sind freiwillig.

Der nächste Problembereich betrifft die Vorgänge in der Familie. Nervende Geschwister oder zankende Eltern machen das Leben schwer. Auch der Tod eines geliebten Familienmitglieds oder eines Verwandten können zu einer schweren Belastung werden, wenn keine Trauerarbeit geleistet werden kann. Es gibt Familien, in denen ein Elternteil unter einer Sucht leidet. Die Betroffenen leiden unter dem Fehlen verlässlicher Strukturen und es fällt ihnen schwer, sich den Regeln eines normalen Alltags zu „unterwerfen“. Gleiches gilt für gewalttätige Übergriffe, die massive Verhaltensänderungen bei den betroffenen Personen auslösen können. Und jeden Tag Fassade, das geht nicht ...!

Schwimmen gegen den Strom
Die richtige Berufswahl ist alles andere als einfach. Welche Zufälle, Vorbilder oder Fremderwartungen haben die Berufswahl inspiriert? Passen die eigenen Talente zum gewählten Beruf? Gibt es noch andere, bislang unbekannte Talente?

fähigkeit – das wird oft übersehen. Die Zusammenarbeit mit Menschen findet auf der Basis von Regeln statt, die für neue Mitarbeitende meist nicht transparent sind. Die anfangs entgegengebrachte Freundlichkeit kann gespielt sein, in Wirklichkeit ist die Kollegenschaft zer-

pretiert wird, zur Kündigung des Ausbildungsvertrages führen kann. Gleiches gilt für Verhaltensweisen, die als mangelhafte Leistung oder mangelhafte Eignung ausgelegt werden können. Diese Besonderheiten sollten beim Umgang

Fortsetzung auf Seite 10