

# stellen.suedostschweiz.ch

... die grösste stellenplattform der region

INSERATESCHLUSS:

Samstag-Ausgabe: Donnerstag, 8.00 Uhr

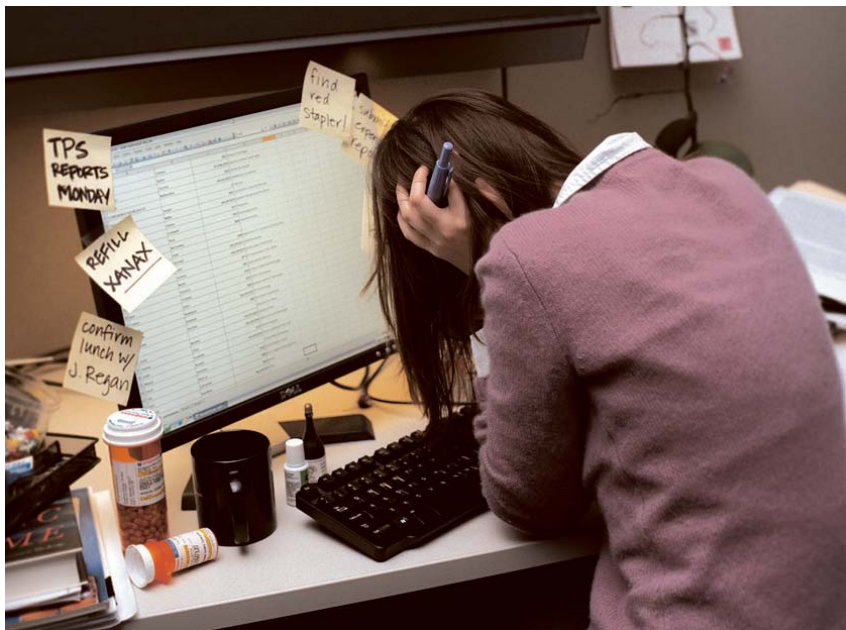
Comercialstrasse 20, 7007 Chur  
Tel. 081 255 58 58, Fax 081 255 58 59  
Agenturen in Arosa, Ilanz, Lenzerheide  
und Thusis

IM INTERNET ABRUFBAR UNTER:  
stellen.suedostschweiz.ch

## Erschwerter Einstieg in die Arbeitswelt

Wegen der aktuellen Wirtschaftslage sind die Aussichten nach der Berufslehre, dem Studium oder der schulischen Ausbildung, eine Arbeitsstelle zu bekommen, wieder erheblich schwieriger. Die Erwerbslosenquote der 15- bis 24-Jährigen nahm in der Schweiz und noch dramatischer in der EU innerhalb der letzten zwölf Monate zu.

Von Tina Mazina Semadeni\*



Auch wenn es bei der Jobsuche nicht gut läuft: Den Kopf sollte niemand hängen lassen.  
Bild Claudia Bergmann

Der Wunsch nach Eigenständigkeit und finanzieller Unabhängigkeit ist bei jungen Menschen nach der Lehre, nach einer schulischen Ausbildung oder nach einem Studium gross. Voller Tatendrang suchen sie eine passende Stelle, sichten Stelleninserate, starten Anfragen, schreiben Bewerbungen und

führen Vorstellungsgespräche. Doch für viele beginnt damit eine mühsame und lange Suche.

### Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl

Wenn junge Stellensuchende nach Abschluss der beruflichen Grundbildung trotz grosser Anstrengungen keine

Stelle finden, fragen sie sich, ob sich der ganze Lern-, Studien- und Arbeitsaufwand überhaupt gelohnt hat. Es entsteht schnell das Gefühl, wertlos und überflüssig zu sein. Erwerbslosigkeit in jungen Jahren wird trotz allfälliger Unterstützung durch die Arbeitslosenversicherung zur persönlichen Krise. Wichtig ist es, sich in solch schwierigen Zeiten nicht abzukapseln, sondern nach Lösungen zu suchen.

### Perspektiven entwickeln

Der Übergang von der beruflichen Ausbildung in den Arbeitsmarkt bringt grössere Veränderungen mit sich und damit auch Unsicherheiten. Es ist vorteilhaft, sich in einer solchen Lebensphase mit der eigenen Persönlichkeit auseinander zu setzen, die eigene Situation zu analysieren und sich auf die Suche nach Alternativen zu machen. Folgende Fragen können hilfreich sein:

- Wohin soll meine Karriere führen?
- Was für Möglichkeiten stehen mir offen?
- Welche Veränderungen sind möglich?
- Welches sind meine sozialen, methodischen und fachlichen Kompetenzen?

- Wo sind meine Stärken und Schwächen?

### Zeit der Stellenlosigkeit nutzen

Es gibt verschiedene Möglichkeiten für junge Menschen eine Zeit ohne Job sinnvoll zu überbrücken:

- eine weitere Schule besuchen
- die Berufsmaturität nachholen
- eine Zusatzlehre absolvieren
- einen Zweitberuf wählen
- sich beruflich neu orientieren
- einen Auslandsaufenthalt planen
- im Ausland studieren
- einen Sprachaufenthalt organisieren
- einen Sozialeinsatz leisten
- ein Berufspraktikum machen
- Temporär- oder Aushilfsarbeit annehmen

Schlüsselkompetenzen wie Teamfähigkeit, Organisationstalent und vernetztes Denken lassen sich in vielen Tätigkeiten erwerben. Soziale Kompetenzen, Lebenserfahrung und Persönlichkeitsbildung lehrt das Leben.

\*Tina Mazina Semadeni ist eidg. dipl. Berufs-, Studien-, und Laufbahnberaterin. Praxis für Berufs-, Studien- und Laufbahnberatung für Jugendliche und Erwachsene Quaderstrasse 16 7000 Chur Telefon 081 250 04 50 www.semadeni.net, tms@semadeni.net