

Grußworte	5
Vorbemerkungen	
Beschreibung des Vorhabens	6
Erläuterungen zur vorliegenden Handreichung	7
Abkürzungsverzeichnis	9
Berufs- und Studienorientierung in der gymnasialen Oberstufe	
Wirksame Begleitung von Beruflichen Orientierungsprozessen	10
Verzahnung von Schule und Agentur für Arbeit	14
Einsatzmöglichkeiten	
Rahmenbedingungen	15
Vorschläge zur Anwendung als schulische Maßnahme (A)	17
Vorschläge zur Anwendung als selbständige Schüler/innen- und Elternarbeit (B)	18
Vorschläge zur Portfolioarbeit (C)	19
Maßnahmen zur Beruflichen Orientierung	
SELBSTFINDUNGS- UND ENTSCHEIDUNGSPROZESS	
1 Zukunftswünsche wahrnehmen	21
2 Werte und Lebensziele reflektieren	27
3 Interessen erkennen	33
4 Stärken und Schwächen erkennen	39
5 Selbst- und Fremdwahrnehmung abgleichen	45
6 Stärken in Hobbys entdecken	53
7 Vorbilder unter die Lupe nehmen	59
8 Verantwortung übernehmen	63
EINBLICKE IN DIE ARBEITSWELT	
9 Persönliche Kontakte gemeinsam nutzen	69
10 Professionelle Kontaktaufnahme üben	75
11 Informationsveranstaltungen vorbereiten und dokumentieren	83
12 Teamarbeit stärken	89
13 Feedbackkultur etablieren	101
14 Aktives Zuhören stärken	105
15 Veranstaltungen selbständig planen	111
16 Gegenseitiges Coaching ermöglichen	119
BERUFS- UND STUDIENWAHLPROZESS	
17 Selbstverantwortung im Berufs- und Studienwahlprozess stärken	127
18 Eltern einbinden	133
19 Berufs- und Studienwahlempfehlungen dokumentieren	137
20 Bildungswege nach dem Abitur	141

21 Persönliche Bildungswege im Internet recherchieren	147
22 Berufs- und Studienwahltests nutzen	159
23 Beratungs- und Informationsgespräche vor- und nachbereiten	165
24 Orientierungsstand überprüfen	173
25 Berufswahlkriterien reflektieren	177
26 Berufs- und Studienwunsch überprüfen	181
27 Widerstände verstehen und Selbstmotivation fördern	189
28 Plan B entwickeln	195
29 Neue Lernumwelten verstehen	201
30 Nächste Schritte planen	209

BEWERBUNGSPROZESSE

31 Bewerbungsprozesse verstehen	215
32 Selbstpräsentation entwickeln	221
33 Bewerbungsunterlagen erstellen	225
34 Bewerbungsgespräche üben	233
35 Assessment-Center kennenlernen	245

Anregungen zur innerschulischen Organisation

Teamsitzungen als Schlüssel zum Erfolg	260
Alumni-Netzwerke stärken	262
Netzwerke und Ansprechpersonen in der Region	264

Impressum	268
------------------------	-----