

MUTMACHER-SEMINAR SEKUNDARSTUFE I

Didaktik und Methodik





Das Mutmacher-Seminar

Unser Warum

Liebe Lehrerinnen und Lehrer,

wir als Team haben die Mutmacher-Seminare entwickelt, weil wir wissen, wie schwer es für junge Menschen ist herauszufinden, welcher berufliche Weg zu ihnen passt. Wir haben selbst erfahren, wie sich **Angst, Unsicherheit und Orientierungslosigkeit** anfühlen können. Wir wissen aber auch, welchen positiven Einfluss die richtige Studien- und Berufswahl auf alle Lebensbereiche haben kann. **Deshalb wollen wir Mutmacher für Schüler:innen**

sein. Wir unterstützen sie dabei, ihre **Stärken, Interessen und Talente** zu entdecken und ihrem Traumjob auf die Schliche zu kommen. Denn wir sind unsicher: Wenn mehr junge Menschen anfangen, auf ihre Stärken zu setzen, öfter das tun, was sie begeistert und einen Beruf finden, der ihnen Freude bereitet, dann kreieren wir eine **glücklichere Gesellschaft** als Beiprodukt. Und dafür lohnt es sich aufzustehen. Jeden Tag.

Wir als Team von MEIN MUTIGER WEG freuen uns, Ihre Schüler:innen auf der Reise zum Traumberuf begleiten zu dürfen.





DAS BESONDERE

- ◇ 100% altersgerechte Inhalte
- ◇ persönliche Ansprache auf Augenhöhe
- ◇ motivierende Atmosphäre



IDEALE GRUPPEN

- ◇ 9. und 10. Klassen
- ◇ 50 – 120 Schüler:innen
- ◇ Gesamtschulen / Realschulen / Berufsfachschulen / Mittelschulen



DAUER DES SEMINARS

- ◇ 4,5 Zeitstunden
inklusive Pausen



BEGLEITMATERIAL

- ◇ 28-seitiges Workbook
- ◇ Berufelisten
- ◇ 6-monatiges Email-Coaching





Das Mutmacher-Seminar

Kurzüberblick

Seminar

Jenseits straffer Unterrichtspläne, Hausaufgaben und Notendruck ist das Mutmacher-Seminar ein **motivierendes und vor allem schülergerechtes Event zur Berufsorientierung** für Schüler:innen in der Sekundarstufe I. In einer positiven Atmosphäre erarbeiten ihre Schüler:innen gemeinsam mit ausgebildeten Trainern den **5-Schritte-Plan** für ihren ganz eigenen „mutigen Berufsweg“.

Oberstes Ziel ist es, die **Schüler:innen dafür zu begeistern**, sich mit der Frage des eigenen beruflichen Weges zu beschäftigen. Beantwortet werden beispielsweise Fragen wie:

- ◇ Was sind meine persönlichen Stärken?
- ◇ Welche Informationen benötige ich über mich selbst beziehungsweise über spezifische Berufe?
- ◇ Was sind meine Ziele und Träume?

Zielsetzung

Resultat

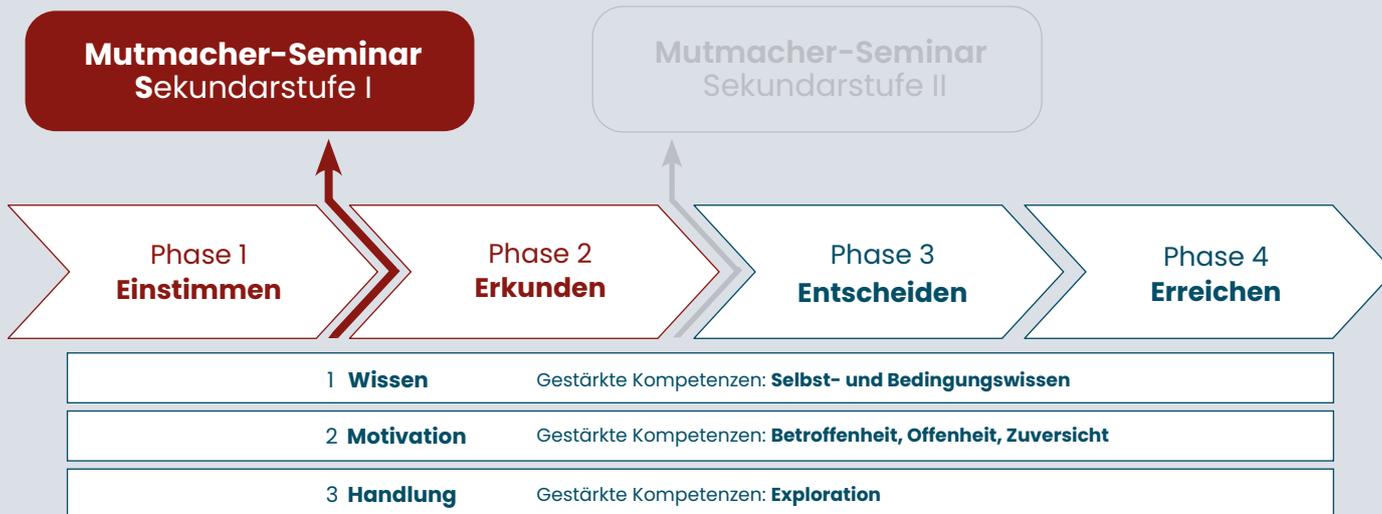
Die Schüler:innen entwickeln eine innere **Bereitschaft, sich mit ihrer Zukunftsplanung auseinanderzusetzen**. Sie kennen ihre berufliche Vorstellungen und ihre Richtung. Sie fühlen sich motiviert, sowohl an sich als auch an ihrer Berufswahl zu arbeiten.





Das Mutmacher-Seminar

Relevanz in der Berufsorientierung



*basierend auf dem Thüringer Berufswahlkompetenzmodell

Die beiden Mutmacher-Seminare fügen sich in die Phasen des *Thüringer Berufswahlkompetenzmodells* ein. Das Seminar für die Sekundarstufe I vereint die beiden Berufsorientierungsphasen „Einstimmen“ und „Erkunden“. Hauptziel ist es, bei den Jugendlichen **Begeisterung** für ihren eigenen beruflichen Zukunft zu wecken, damit sie sich **motiviert fühlen** und **Ängste überwinden**. Dadurch werden sie Lernaufgaben, die mit der Berufswahl zusammenhängen, bereitwilliger

angehen. Darauf aufbauend leitet das Seminar in die zweite Phase über. Die Jugendlichen werden vorbereitet, ihre **Suche nach gezielten Informationen** zu beginnen, sich **Unterstützung zu holen** und sich entsprechende **Kompetenzen anzueignen**. Damit ist das Mutmacher-Seminar der Sekundarstufe I der perfekte Auftakt für einen gelingenden Berufsorientierungsprozess, den die Schüler:innen mit Selbstbewusstsein und hoher Motivation beginnen.



Mutmacher-Seminar in 5 Schritten

Alle Schritte im Überblick – Berufswahlkompetenzmodell

Schritt 1
Stärken entdecken



Schritt 2
Traumjob-Korridor entwickeln



Schritt 3
Selbstvertrauen aufbauen



Schritt 4
Zukunftsbild kreieren



Schritt 5
Mutig handeln





SCHRITT 1

**SETZE AUF
DEINE
STÄRKEN**



Mutmacher-Seminar in 5 Schritten

Schritt 1 – Stärken entdecken

INHALTE

- ◇ Die Schüler:innen identifizieren und hinterfragen ihre größten Stärken.
- ◇ Durch eine Eigeneinschätzung und gezieltes Feedback entwickeln die Schüler:innen ein Bild von sich selbst und definieren ihre fünf größten Stärken.

METHODIK

- ◇ Übungen zur Eigen-/Fremdwahrnehmung
- ◇ Rollenspiel zu Bewerbungssituation

RESULTAT

- ◇ Ergebnis ist die Liste mit den persönlich größten Stärken aus Eigen- und Fremdeinschätzung.
- ◇ Die Liste dient als Basis für das Entdecken von passenden Berufsmöglichkeiten.



GESTÄRKTE KOMPETENZEN

- ◇ **Selbstwissen**
„Ich weiß, was der Begriff »Stärken« bedeutet, kenne meine persönlichen Stärken und kann begründen, warum ich diese habe.“
- ◇ **Bedingungswissen**
„Ich habe verstanden, dass meine eigenen Stärken, Ziele und Interessen ein wichtiger Bestandteil meiner eigenen Berufswahlentscheidung sind.“



DAUER DES SEMINAR-ABSCHNITTS

- ◇ ca. 45 Minuten



GENUTZTE MATERIALIEN

- ◇ Mutmacher-Workbook, Schritt 1
- ◇ Stärkenliste

EINORDNUNG IN DIE BO



SCHRITT 2

**ENTWICKLE
DEINEN
TRAUMJOB-
KORRIDOR**



Mutmacher-Seminar in 5 Schritten

Schritt 2 – Traumjob-Korridor entwickeln

INHALTE

- ◇ Die Schüler:innen stellen ihre wichtigsten Kriterien für die individuelle Berufswahl auf.
- ◇ Anhand von elf Entscheidungskriterien können sie die vielen Möglichkeiten für sich eingrenzen und filtern.

METHODIK

- ◇ Frage-Antwort-Spiel
- ◇ praxisbezogene Fallbeispiele

RESULTAT

- ◇ Die Schüler:innen wissen, welche Schritte sie als nächstes gehen müssen, um ihrer Berufswahl näher zu kommen
- ◇ Sie bekommen Fokus und Leichtigkeit in ihrem Orientierungsprozess.



GESTÄRKT KOMPETENZEN

- ◇ **Beurteilungsvermögen**
„Ich weiß nun anhand von meinen Traumjob Kriterien, wie ich herausfinden kann, ob ein Beruf zu mir oder nicht zu mir passt.“
- ◇ **Entscheidungsfähigkeit**
„Ich kenne meinen eigenen Entscheidungsspielraum. Ich hole mir Informationen, entwickle Alternativen, kann Prioritäten setzen und in einer angemessenen Zeit eine Lösung finden.“



DAUER DES SEMINAR-ABSCHNITTS

- ◇ ca. 45 Minuten



GENUTZTE MATERIALIEN

- ◇ Mutmacher-Workbook, Schritt 2
- ◇ Berufe-Liste

EINORDNUNG IN DIE BO



A group of people, mostly children, are holding large red balloons. The scene is dimly lit, with the balloons being the primary source of light. The text is overlaid in white on a dark background.

SCHRITT 3

**BAUE
SELBST -
VERTRAUEN
AUF**



Mutmacher-Seminar in 5 Schritten

Schritt 3 – Selbstvertrauen aufbauen

INHALTE

- ◇ Die Schüler lernen zwei Wege kennen, wie sie ihr Selbstvertrauen aufbauen können.
- ◇ Sie erkennen, weshalb Selbstvertrauen ein entscheidender Erfolgsfaktor ist.

METHODIK

- ◇ Gruppenübung
- ◇ Selbsterfahrung

RESULTAT

- ◇ Die Schüler:innen lernen, wie sie eigenverantwortlich ihr Selbstvertrauen stärken können.
- ◇ Das Miteinander unter den Schüler:innen wird gestärkt.



GESTÄRKTE KOMPETENZEN

◇ Empathie

„Ich weiß nun, warum es wichtig ist, anderen Menschen zu helfen ihr Selbstvertrauen zu stärken und wie es mir bei meiner Berufswahl weiterhilft.“

◇ Eigenverantwortung

„Ich weiß, dass ich für mein Leben und meine Entscheidungen selbst verantwortlich bin. Jede Situation in meinem Leben wird durch mein Handeln entscheidend mitgestaltet wird.“



DAUER DES SEMINAR-ABSCHNITTS

- ◇ ca. 45 Minuten



GENUTZTE MATERIALIEN

- ◇ Mutmacher-Workbook, Schritt 3
- ◇ Karte „Schön, dass es dich gibt!“

EINORDNUNG IN DIE BO



SCHRITT 4

KREIERE DEIN ZUKUNFTS- BILD



Mutmacher-Seminar in 5 Schritten

Schritt 4 – Zukunftsbild kreieren

INHALTE

- ◇ Durch das Aufzeichnen der eigenen Gedanken setzen sich die Schüler:innen bewusst mit ihren Träumen, Zielen und Sehnsüchten auseinander.

METHODIK

- ◇ Storytelling (Die Geschichte von Walt Disney)
- ◇ Einzelarbeit

RESULTAT

- ◇ Die Schüler:innen werden sich bewusst, dass die Berufs- und Lebensplanung in ihren eigenen Händen liegt.
- ◇ Die Schüler:innen entwickeln eine intrinsische Motivation, selbstständig an ihrer Zukunft zu arbeiten.



GESTÄRKTE KOMPETENZEN

◇ Offenheit

„Ich bin aufgeschlossen für neue Herausforderungen und habe Lust, meine eigenen Ziele und Träume zu erreichen.“

◇ Betroffenheit

„Ich bin mir bewusst, dass die Berufswahl eine eigenverantwortliche Entscheidung von meiner Seite erfordert und weiß, dass ich für meine Zukunft verantwortlich bin.“



DAUER DES SEMINAR-ABSCHNITTS

- ◇ ca. 40 Minuten



GENUTZTE MATERIALIEN

- ◇ Mutmacher-Workbook, Schritt 4

EINORDNUNG IN DIE BO



SCHRITT 5

HANDLE MUTIG



Mutmacher-Seminar in 5 Schritten

Schritt 5 – Mutig handeln

INHALTE

- ◇ Es werden die 3 größten Ängste von jungen Menschen thematisiert.
- ◇ Die Schüler:innen lernen, wie sie trotz Zweifeln und Ängsten langfristig und eigenverantwortlich ins Handeln kommen.

METHODIK

- ◇ geführte Meditation
- ◇ Partnerarbeit

RESULTAT

- ◇ Die Schüler:innen erkennen, dass Mut die wichtigste Voraussetzung für komplexe Entwicklungsphasen (wie die Berufswahl) ist
- ◇ Die Schüler:innen überlegen sich, was ihre nächsten Schritte sind, die sie gehen müssten, wenn sie keine Angst hätten.



GESTÄRKTE KOMPETENZEN

◇ Exploration

„Ich bin bereit, neue und noch nicht gesicherte Wege zu gehen. Dabei gehe ich aber bedacht vor und wäge Chancen und Risiken ab. Misserfolge sehe ich als Möglichkeit für neue Erfahrungen an.“

◇ Zuversicht

„Ich bin davon überzeugt, auch schwierige Situationen meistern zu können und habe den Mut meinen eigenen Weg zu gehen auch bei Rückschlägen und Ängsten.“



DAUER DES SEMINAR-ABSCHNITTS

- ◇ ca. 20 Minuten



GENUTZTE MATERIALIEN

- ◇ Mutmacher-Workbook, Schritt 5

EINORDNUNG IN DIE BO







Das Mutmacher-Seminar

Der Nutzen für die Berufsorientierung

1 Sinnvolle Ergänzung zur Beratung der Agentur für Arbeit

Bei den Seminaren binden wir aktiv die Beratungskräfte der Agentur für Arbeit mit ein und bereiten mit den Seminarinhalten die Schüler:innen auf das Beratungsgespräch vor.

2 Imagegewinn der schulischen Berufsorientierung

Häufig sind die Schüler:innen so begeistert, dass sie noch Wochen später positiv darüber berichten, was zu einem Imagegewinn der schulischen Berufsorientierung führt.

3 Nachhaltige Betreuung der Schüler:innen

Die Schüler:innen werden in der Umsetzung nicht alleine gelassen. Zusätzlich zum Seminar bekommen sie deshalb Zugang zu unserem 6-monatigen Mail-Coaching-Programm.



Das Mutmacher-Seminar

Der Nutzen für die Berufsorientierung

4

Intensive Nachbereitung für Lehrkräfte

Das Seminar erleichtert die Alltagsarbeit der Lehrkräfte. Sie erhalten nach dem Seminar passende Materialien, die der nachhaltigen Umsetzung der gelernten Inhalte im Schulalltag dienen.



5

Das Seminar als „Bildungsverstärker“

Durch den Fokus auf die Eigenverantwortung bekommen Lehrkräfte Unterstützung in ihrer täglichen Arbeit, die Schüler:innen auf das Leben danach vorzubereiten.



6

Offenheit und Bereitschaft für weitere BO-Maßnahmen

Die Grundstimmung nach dem Seminar ist bei den Schüler:innen äußerst positiv und aufnahmebereit. Es stehen alle Türen offen, weitere Maßnahmen der Berufsorientierung mit ihnen umzusetzen.





MEIN MUTIGER WEG GbR

Amalienbadstraße 41d

76227 Karlsruhe



*»Wir freuen uns schon auf das Seminar
an Ihrer Schule mit Ihren Schülern und Schülerinnen.«*

– Ihre Mutmacher