

SPRUNGBRETT



Berufe im Detailhandel: Sie sorgen für einen angenehmen Einkauf

BERUFSWAHL OHNE STRESS / DAS ERSTE MAL SCHNUPPERN /
STIMMEN DIESE VORURTEILE ÜBER BELIEBTE BERUFE?



Die Berufswahl: Eine spannende Reise

Vielleicht hast du es schon einmal gesehen. Wahrscheinlich wirst du es kennenlernen, wenn du das erste Mal in die Berufsberatung gehst: das Berufswindow.

Wenn du es aufmachst, purzeln dir zahlreiche Berufe entgegen. Viele Möglichkeiten – oder viel Stress?

Das Sprungbrett wird dir helfen, die Möglichkeiten zu sehen und den Stress zu vergessen. Oder sagen wir es so: Findest du das Berufswindow verwirrend?

Dann wird das Sprungbrett dir helfen, daraus einen Wegweiser zu machen. Und zwar für die spannende Reise der Berufswahl.



Inhalt

4 Detailhandel

Wir stellen vier Lernende vor, die alle zum Erfolg eines Detailhandelunternehmens beitragen.

10 Berufswahl

EFZ oder EBA? Das sind die Unterschiede.

11 Interview

Berufsberater Stefan Braun gibt Tipps zur Berufswahl.

12 Schnuppern

Deine erste Schnupperlehre: Tipps von Lernenden.

14 Reality Check

Über viele Berufe gibt es Vorurteile. Stimmen sie?

16 Frauenberufe, Männerberufe

Untypische Berufswahl, na und?

18 Frag die Berufsberaterin

Hilfe, die Arbeitszeiten meines Traumberufs schrecken mich ab!

19 Rätsel

Gewinne zwei Kinoeintritte.

Hinweis

Videostorys

Auf www.sdbb.ch/sprungbrett findest du Videostorys. Die Drehbücher sind geschrieben von Jugendlichen in der Berufswahl. Sie spielen ihre Rollen selbst.

Video 1

Zuerst mache ich eine Lehre und danach studiere ich.



Video 2

Ich schnupperne meinen Traumberuf und entdecke einen anderen.



Video 3

Ich lerne meine Interessen kennen und finde eine Lehrstelle.





Im Take-away hat Marijana viel Kundenkontakt.



Ein Beruf mit Abwechslung: Die Lernende bereitet in der Küche Speisen fürs Buffet zu.

REPORTAGE

BERUFE IM DETAIL- HANDEL

**Sie sorgen
für einen
angenehmen
Einkauf**

Text und Bilder: Tanja Seufert

Im Detailhandel geht es um viel mehr als nur den Verkauf von Waren: Güter müssen angeliefert, verteilt und einsortiert werden. Und die Kundenschaft erwartet einen ordentlichen Laden sowie die Möglichkeit, sich zu verpflegen. Wir stellen vier Lernende der Migros vor, die alle zum Erfolg des Unternehmens beitragen.

Sie stellt Speisen her und verkauft sie

Marijana ist Systemgastronomiefachfrau EFZ im 3. Lehrjahr

Im Umfeld eines Detailhandelsbetriebs gibt es oft Selbstbedienungsrestaurants – hier arbeiten Systemgastronomiefachleute wie Marijana.

Kundschaft bedient sich selbst

Ob Pizza, gegrillter Lachs oder Gurkensalat: Marijana stellt alle möglichen Köstlichkeiten her und verkauft diese. Wie im Supermarkt, gilt auch im Selbstbedienungsrestaurant: Eine gute Warenpräsentation ist wichtig. «Damit Speisen gekauft werden, müssen sie nicht nur schmecken, sondern auch zum Kauf einladen», erklärt die angehende Systemgastronomiefachfrau Marijana.



Fabio hilft Kunden, wenn sie etwas über ein Produkt wissen wollen.

Die Arbeit in der Früchte- und Gemüse-Abteilung macht ihm besonders Spass.

Verschiedene Arbeitsorte

Sie ist den ganzen Tag in Bewegung. In der Küche bereitet die Lernende Speisen vor oder garniert angelieferte Gerichte. Am warmen Mittagsbuffet richtet sie Menüs nach Kundenwunsch an. Im Take-away füllt sie das Verkaufsregal mit frischen Produkten und verkauft diese. Marijana hat einen Beruf mit viel Kundenkontakt. Ist es nicht anstrengend, immer freundlich zu sein? «Nein, ich mag den Kundenkontakt», antwortet Marijana. Auch unter Zeitdruck bleibt sie freundlich. Wie in der A-la-Carte-Gastronomie, kann es auch im Migros-Restaurant hektisch werden – vor allem mittags. Die Hektik macht Marijana aber nichts aus. «Dafür geht in meinem Beruf die Zeit schnell vorbei. Ich schaue nie auf die Uhr», sagt sie und lacht. Marijana arbeitet manchmal auch am PC: Sie ordert zum Beispiel Geburtstagstorten, die ein Kunde bestellt hat, oder Verpackungsmaterial.

Organisationstalent und Interesse an Lebensmitteln

Auf ihren Beruf ist Marijana gekommen, weil sie mit Lebensmitteln arbeiten wollte und gut im Organisieren ist. So war sie auf dem Schulball fürs Essen zuständig und hat an Festen schon Backstände geleitet. Auch Gastronomiefachfrau, Köchin oder Bäckerin-Konditorin-Confiseurin hat sie interessiert. «Ich habe mich für Systemgastronomiefachfrau entschieden, weil ich hier mein Organisationstalent einsetzen kann und der Beruf sehr abwechslungsreich ist.»

Er berät Kunden und verkauft Waren

Fabio ist Detailhandelsfachmann EFZ im 2. Lehrjahr

Nach dem EBA als Detailhandelsassistent konnte Fabio ins zweite Lehrjahr der EFZ-Ausbildung einsteigen. Der Kundenkontakt, die Teamarbeit und die Abwechslung gefallen ihm.

Früher Start in den Arbeitstag

Kurz nach sechs Uhr morgens ist es in der Migros-Filiale, in der Fabio arbeitet, noch ruhig – sie öffnet um acht Uhr. Doch hinter den Kulissen bereiten verschiedene Berufsleute den Laden vor: Lebensmittel und andere Waren werden per LKW geliefert, Reinigungskräfte bringen den Laden auf Vordermann, und Detailhandelsfachleute füllen Waren auf. Fabio zieht gerade eine Palette voller Energydrinks mit dem Handhubwagen



Auch wenn es hektisch wird, bleibt Fabio gelassen und freundlich.



Vor Events kontrolliert Luan die Technik und bereitet alles vor.



in den Laden. «Morgens kontrolliere ich die Warenlieferungen und fülle die Regale auf. Dabei mache ich gleich eine Qualitätskontrolle.»

Ordnung und Sauberkeit

Bei Produkten, die bald ablaufen, bringt Fabio Rabatt-Etiketten an. Sie sollen günstiger verkauft statt weggeworfen werden. Auch stellt der Lernende sicher, dass die Waren schön präsentiert sind und alles sauber ist. Kleine Verschmutzungen entfernt Fabio gleich selbst, bei grösseren verständigt er den Reinigungsdienst. «Die Kundschaft muss sich wohl fühlen, deshalb sind eine schöne Warenpräsentation, Ordnung und Sauberkeit in einem Laden zentral. Und im Lebensmittelbereich ist Hygiene extrem wichtig», erklärt Fabio.

Besonders gerne arbeitet Fabio in der Früchte- und Gemüseabteilung. Verdorbene Produkte sortiert er aus, schliesslich kaufen die Kunden keine verschrumpten Äpfel. Damit die Waren nicht zu

lange in den Regalen liegen, gilt im Detailhandel: «First in, first out.» Fabio erklärt: «Was zuerst eingefüllt wurde, muss auch als erstes verkauft werden. Deshalb füllen wir leere Regale nicht einfach auf, sondern stellen zuerst die älteren Produkte nach vorn.» So wird verhindert, dass Produkte immer weiter nach hinten wandern und verderben, weil niemand sie kauft.

Beraten und Kassieren

«Entschuldigung, wo finde ich frischen Ingwer?» Während er Waren auffüllt, beantwortet Fabio immer wieder Fragen von Kunden. Den Kundenkontakt mag er sehr. Deshalb arbeitet er auch gerne an der Kasse. Doch da kann es auch mal stressig werden. Zum Beispiel, wenn das Scannen eines Barcodes nicht funktioniert und viele Leute an der Kasse warten. «Wir lernen, mit solchen Situationen umzugehen. Und wenn ich nicht weiterweiss, kann ich immer jemanden um Hilfe bitten.»

Branchen im Detailhandel

Die Lehre als Detailhandelsassistent/in EBA oder Detailhandelsfachmann/-frau EFZ kannst du in einer der folgenden Branchen absolvieren: Bauen und Wohnen (Do-it-yourself, Eisenwaren, Elektrofach, Farben, Haushalt, Möbel), Dienstleistungen (Post, öffentlicher Verkehr), Electronics, Lebensmittel (Bäckerei-Confiserie, Lebensmittel), Lifestyle (Parfümerie, Schuhe, Sportartikel, Textil, Schmuck-Edelsteine-Uhren), Mobil (Automobil After-Sales, Automobil Sales), Papeterie und Spielwaren, Polynatura (Landi) und Tiere (Zoofachhandel).



Er hält nicht nur den Laden, sondern die ganze Liegenschaft in Schuss.

Dazu gehört auch die Pflege des Aussenraums.

Er pflegt und wartet die Liegenschaft

Luan ist Fachmann Betriebsunterhalt EFZ (Schwerpunkt Hausdienst) im 2. Lehrjahr

In seinem Lehrberuf kann Luan sein handwerkliches Geschick, sein Organisationstalent und seine Kontaktfreudigkeit einsetzen. Dass er den ganzen Tag auf den Beinen ist, kommt dem Fussballer entgegen.

Treppenhaus kontrollieren

Luan arbeitet im Hauptsitz der Migros Genossenschaft Zürich: ein Hochhaus mit 17 Stockwerken. Auf jeder Etage gibt es Installationen, die geprüft und gewartet werden müssen. «Unser Team kontrolliert die Liegenschaft jeden Tag. Wir teilen uns in verschiedene Rundgänge auf. Im Moment mache ich zum Beispiel die Treppenhausrunde. Dabei kontrol-

liere ich unter anderem die Beleuchtung und die Notausgänge», erklärt Luan. Bei 17 Stockwerken braucht es eine gewisse Fitness – kein Problem für Fussballer Luan. Er spielt beim FCZ und in der Nationalmannschaft (U18). Als Spitzensportler hat Luan einen speziellen Lehrvertrag mit Arbeitszeiten, die ihm regelmässiges Training erlauben.

Zusammenarbeit mit Handwerkern

In seinem Lehrberuf kann Luan sein handwerkliches Geschick, sein technisches Flair und seine Kontaktfreudigkeit einsetzen. Kleinere Reparaturen erledigt er selbst. Und bei komplexeren Problemen bietet er eine Spezialistin oder einen Spezialisten auf. In einem so grossen Gebäude arbeiten nicht nur Fachleute Betriebsunterhalt, sondern auch viele andere Berufe – zum Beispiel Elektriker, Gebäudereiniger oder Maler. Sie alle sorgen dafür, dass ein Gebäude funktioniert und sicher sowie sauber ist. «Wir Fachleute Betriebsunterhalt haben den

Überblick. Unser Team ist sozusagen der Dreh- und Angelpunkt des Gebäudeunterhalts», erklärt Luan. Deshalb muss man in diesem Beruf auch Freude am Organisieren haben.

Pflege des Aussenraums

Luan arbeitet nicht nur drinnen, sondern auch draussen. «Im Sommer pflegen wir die Grünanlagen, im Winter haben wir Winterdienst.» Er kontrolliert auch den Bereich, wo die Lastwagen Waren anliefern, und reinigt die ganze Fläche mit dem Hochdruckreiniger. Luan arbeitet mit zahlreichen Werkzeugen und Fahrzeugen, vom Schraubenzieher über die Heckenschere bis zum Gabelstapler. Und in Event- und Sitzungsräumen bereitet er die Technik vor, zum Beispiel Beamer und Soundanlage. Fachleute Betriebsunterhalt sind sehr breit einsetzbar – Abwechslung ist in diesem Beruf also garantiert.



Samira plant Marketingmassnahmen, um Produkte besser zu verkaufen.



Verkaufsförderung ist Teamwork: Samira holt sich Feedback zu den geplanten Massnahmen.

Sie fördert den Verkauf von Produkten

Samira ist Kauffrau EFZ (Schwerpunkt Detailhandel) im 2. Lehrjahr

Ob Neuheiten, Aktionen oder Produktverbesserungen: Samira sorgt dafür, dass sich Brot und Backwaren besser verkaufen – und dass die Produkte in ausreichender Menge in den Filialen bereitstehen.

Warum braucht es Marketing?

Produkte einfach in den Laden zu stellen und auf Kundschaft zu warten, reicht nicht. Kundinnen und Kunden erwarten Informationen, Aktionen und auch mal neue Produkte. Die Waren sollen ausserdem schön aussehen und praktisch verpackt sein. Es gibt unzählige Faktoren, die darüber entscheiden, ob und was jemand kauft. Und hier kommt Samira ins Spiel. Die angehende Kauffrau arbeitet

im Marketing der Migros und ist dort für Brot und Backwaren verantwortlich.

Produkte entwickeln und verbessern

Wie der Detailhandel funktioniert, weiss Samira dank ihrer ersten Lehre als Detailhandelsfachfrau EFZ. Das Wissen kommt ihr jetzt zugute. So kann sie, in Zusammenarbeit mit Produzenten, Konzepte für neue oder angepasste Feinbackwaren entwerfen. «Es sind teilweise Kleinigkeiten, die den Erfolg eines Produktes beeinflussen», erklärt Samira. «Zum Beispiel, ob eine Vanillestange mit Puderzucker bestreut ist oder nicht.» Zum Entwickeln von neuen Produkten gehören auch Degustationen. «Das macht besonders Spass», sagt Samira und lacht.

Bestellen und Auswerten

Doch hauptsächlich hat der kaufmännische Beruf mit Korrespondenz und Zahlen zu tun – auch im Marketing. Samira

arbeitet viel am PC, vor allem mit SAP. Das ist eine Software, mit der Unternehmen alle wichtigen Geschäftsprozesse steuern können – vom Personalwesen über die Buchhaltung bis zum Verkauf. «Anfangs Woche erstelle ich im SAP immer den Aufteiler. Damit geben die Filialen an, was sie nächste Woche in welcher Menge benötigen.» Mit SAP wertet Samira auch Daten aus. So muss ein Detailhändler wissen, welche Produkte sich gut verkaufen und welche nicht. Solche Informationen sind für das Überleben einer Firma sehr wichtig.

In verschiedenen Abteilungen

Vor dem Marketing war sie in der Personalabteilung, im dritten Lehrjahr wechselt sie in die IT. So lernt sie verschiedene Abteilungen und Arbeitsbereiche kennen. Ausgleich zur Büroarbeit hat Samira genug: Sie ist Eishockey-Goalie und Kickboxerin – 2021 wurde sie in ihrer Gewichtsklasse sogar Schweizermeisterin.

Weitere Lehrerufe

FÜR DEN DETAIL-
HANDEL SIND ZUM
BEISPIEL AUCH DIESE
BERUFE WICHTIG:

Strassentransportfachmann/-fachfrau EFZ

Die Verteilung der Güter in den Filialen erfolgt per LKW – ohne Strassentransportfachleute geht also gar nichts. In diesem Beruf transportierst du Waren von A nach B. Dazu gehört auch das ordnungsgemäße Beladen, Verstauen und Entladen der Güter.

Logistiker/in EBA oder EFZ

Vom LKW ins Lager: Als Logistiker/in bewirtschaftest du die angelieferten Waren. Dazu gehören die Kontrolle, die Lagerung und die Verteilung der Güter. Deine Aufgabe ist

es, den Warenfluss so zu gestalten, dass die Kundschaft nie vor leeren Regalen steht.

Informatiker/in EFZ

Je nach Fachrichtung (Applikations- oder Plattformentwicklung) verantwortest du als Informatiker/in EFZ zum Beispiel die Erstellung und Pflege von Online-Shops oder den Betrieb komplexer IT-Systeme. Diese Aufgaben sind für den Detailhandel sehr wichtig.

Mediamatiker/in EFZ

Als Mediamatiker/in arbeitest du an der Schnittstelle von Informatik und Marketing. Du foto-

grafierst, filmst, schreibst und programmierst. Deine Arbeit braucht es zum Beispiel für die Social-Media-Kanäle, für den Online-Shop und für Verkaufsbroschüren.

Fachmann/Fachfrau Reinigungstechnik EFZ oder Praktiker/in Reinigungstechnik EBA

Ob Supermarkt oder Warenhaus: Sauberkeit und Hygiene sind im Detailhandel zentral. Dafür sind Fachleute Reinigungstechnik zuständig: Mit Maschinen wie Kehr- und Scheuersaugmaschinen und Handwerkzeugen halten sie die Liegenschaft sauber.

Neben Detailhandelsfachfrau/-fachmann EFZ sowie Detailhandelsassistent/in EBA gibt es weitere Berufe im Verkauf:

Buchhändler/in EFZ: Du arbeitest in Buchhandlungen.

Drogist/in EFZ: Du arbeitest in Drogerien und in der Drogerie-Abteilung von Apotheken.

Fachmann/Fachfrau Apotheke EFZ: Du arbeitest in Apotheken.

Fachmann/Fachfrau Kundendialog EFZ: Du arbeitest in einem Callcenter.

Florist/in EFZ oder EBA: Du arbeitest in Blumenläden und Gartencentern.

Strassentransportfachmann EFZ



Bild: Thierry Parel

Informatikerin EFZ



Bild: Iris Krebs



Bild: Frederic Meyer



Bild: Iris Krebs

Du kannst in vielen Berufen eine EFZ- oder eine EBA-Lehre machen, zum Beispiel als Fachfrau/Fachmann Hotellerie-Hauswirtschaft ...

... oder als Gipser/in-Trockenbauer/in.

BERUFSWAHL

EFZ oder EBA – wo ist der Unterschied?

Unterschiede zwischen EFZ und EBA

	EFZ	EBA
<i>Dauer</i>	3 oder 4 Jahre	2 Jahre
<i>Schulische Anforderungen</i>	Je nach Beruf gute Leistungen in bestimmten Fächern	Tiefere Anforderungen an die schulische Leistung
<i>Berufsschule</i>	1–2 Tage pro Woche Je nach Beruf werden Fremdsprachen unterrichtet.	1 Tag pro Woche oder Blockkurse Es wird keine Fremdsprache unterrichtet.
<i>Betriebliche Ausbildung</i>	Du arbeitest bereits während der Ausbildung ziemlich selbstständig und übernimmst mehr Verantwortung.	Du lernst meist dieselben praktischen Arbeiten wie EFZ-Lernende, arbeitest aber eher unter Anleitung.
<i>Anzahl Berufe</i>	Ca. 180	Ca. 60
<i>Berufsmaturität möglich?</i>	Ja	Nein
<i>Weiterbildung</i>	Berufsprüfungen, Höhere Fachprüfungen, Höhere Fachschulen u.a.	Je nach EBA-Abschluss und schulischen Leistungen ist ein Eintritt ins 2. EFZ-Jahr möglich.

Geht es um die Berufslehre, hört man oft vom «EFZ» (eidgenössische Fähigkeitszeugnis). Das ist der Abschluss nach einer drei- bis vierjährige Lehre. Kennst du auch das «EBA» (eidgenössisches Berufsattest)? Das ist der Abschluss einer zwei-jährigen Lehre. Was sind die Unterschiede?

Eine zweijährige EBA-Lehre kann eine gute Alternative zur EFZ-Lehre sein. Zum Beispiel, wenn deine Noten für eine drei- bis vierjährige Berufslehre nicht ausreichen oder du noch zu wenig gut Deutsch sprichst. Keine Sorge: Eine EBA-Lehre ist ebenfalls ein guter Start ins Berufsleben. Möchtest du nach dem EBA-Abschluss eine EFZ-Lehre machen, kannst du oft direkt ins zweite Lehrjahr einsteigen.

Weitere Informationen und Lehrberufe EFZ und EBA:



Informationen über EBA-Berufe:



«Schritt für Schritt geht es einfacher»

Bild: zvg



Die Berufsberatung hilft dir, einen passenden Beruf zu finden.

«Und, was willst du werden?» Ist dir diese Frage unangenehm, weil du null Ahnung hast? Keine Sorge – so wie dir geht es vielen Jugendlichen. Die Berufswahl ist ein Prozess, der manchmal etwas Zeit braucht. Berufsberater Stefan Braun vom biz Glarus erzählt, wie dir eine Berufsberatung helfen kann.

Ich habe noch gar keine Ahnung, welche Berufe mich interessieren. Wie kann mir eine Berufsberatung helfen?

Am Anfang erscheint die Berufswahl wie ein grosser Berg. Die Berufsberatung hilft dir, in Bewegung zu kommen. Wir teilen den Weg in kleinere Etappen ein, denn Schritt für Schritt geht es viel einfacher. Am Anfang geht es darum, dass du dich besser kennenlernst. Das klappt oft besser mit einer Fachperson, denn sie sieht dich «von aussen». Das heisst, sie hat keine bestimmten Vorstellungen über dich.

Worüber redet man in der Berufsberatung?

In der Berufsberatung geht es um Fragen wie: Was kann ich gut? Was mache ich in meiner Freizeit? Welche Ziele und Träume habe ich? Welche Themen interessieren mich besonders? Welche Charaktereigenschaften habe ich – bin ich zum Beispiel eher ruhig oder stehe ich gerne im Mittelpunkt? Die Antworten darauf geben uns wichtige Hinweise, welche Berufsfelder und Berufe zu dir passen könnten. Ein nächster Schritt ist, konkrete Ideen zu finden. Im Gespräch oder anhand von Fotos oder Fragebogen finden wir heraus, welche Berufe dich ansprechen und wie du diese genauer kennen lernst. Dann klären wir, ob es vielleicht Hürden oder Probleme gibt und wie du mit diesen umgehen kannst. Das kann zum Beispiel sein, dass du nicht gerne telefonierst oder nicht weisst, wie man eine Schnupperanfrage formuliert.

Sollen meine Eltern dabei sein?

Wenn du möchtest, ja! Vor allem beim ersten Termin haben manche Jugendliche die Eltern oder einen Elternteil gerne dabei. Später ist es meist besser, wenn du allein in die Beratung kommst: Du kannst offen sprechen und nimmst deine Zukunft selbst in die Hand. Das sind Dinge, die du auch fürs Schnuppern und für die Lehrstellensuche brauchen kannst.

Berufsberatung in deiner Schule

An der Klassenorientierung im Herbst lernst du das Angebot des biz kennen sowie die Person, die in deinem Schulhaus Berufsberatung anbietet. Diese wird an fixen Tagen in deiner Schule anwesend sein. Deine Klassenlehrperson vermittelt dir gerne einen Gesprächstermin.

Ich habe schon klare Vorstellungen, was ich werden will. Brauche ich überhaupt eine Berufsberatung?

Grundsätzlich ist eine Berufsberatung freiwillig. Sie kann dir aber auch dann helfen, wenn du deinen Wunschberuf schon gefunden hast. Vielleicht bist du dir nicht ganz sicher, ob deine Vorstellungen und Erwartungen realistisch sind. Oder ob es einfach ist, eine Lehrstelle zu finden. Wir schauen uns, falls nötig, Alternativen an. Ein Plan B ist zum Beispiel dann ratsam, wenn es in deinem Wunschberuf zu wenige Lehrstellen hat oder deine Leistungen nicht den Anforderungen entsprechen. Auch wenn sich deine Pläne plötzlich ändern oder du ein anderes Anliegen rund um die Berufswahl hast: Deine Berufsberaterin, dein Berufsberater ist gerne für dich da. Nutze dieses Angebot!

Deine erste Schnupperlehre

Bald gehst du zum ersten Mal schnuppern. Vielleicht hast noch keine Ahnung, was dich interessiert. Oder der Gedanke, eine Schnupperlehre zu organisieren, bereitet dir Bauchweh. Keine Sorge – so wie dir geht es vielen! Das raten dir Berufsbildner sowie Jugendliche, die schon eine Lehrstelle gefunden haben:



1



Bilder: zVg



«Sei du selbst – perfekt sein muss niemand, Ehrlichkeit zählt mehr. Nimm dir Zeit für die Aufgaben und Antworten, zeige Interesse und stelle Fragen.»

Joel Thoma
Berufsbildner bei Hans Eberle AG in Ennenda GL (Produktionsmechaniker/in EFZ und Mechaniker/in EBA)

«Nervosität ist normal. Und Schüchternheit ist keine Schwäche. Sprich deine Nervosität an! Ein offener Umgang kann Wunder wirken. Lerne aus Erfahrungen und lasse dich durch Rückschläge nicht demotivieren, sondern nutze diese als Chance.»

Marco Frattini
Bildungsverantwortlicher Pflege und Betreuung im Alterszentrum und Spitex Neuhausen am Rheinfl SH



2



Bild: Thierry Porchet

Gehe in verschiedenen Berufen schnuppern

«Ich wusste nicht, was mich interessiert. Also habe ich in vielen und in völlig unterschiedlichen Berufen geschnuppert: als Fachfrau Betreuung, Schreinerin, Detailhandelsfachfrau, Zimmerin und Klavierbauerin. Bei einer Infoveranstaltung über den Beruf Uhrmacherin hat es dann endlich 'click' gemacht und ich wusste: Das oder nichts! Nach einem dreitägigen Selektionspraktikum habe ich dann die Zusage für die Lehrstelle erhalten.»

Amélie, in der Lehre als Uhrmacherin EFZ

Lass dir von der Berufsberatung helfen

«Am Anfang wusste ich nur: In einem Jahr musst du nicht nur wissen, was du werden willst, sondern auch eine Lehrstelle haben. Und dabei hatte ich doch keine Ahnung. Ich wusste nichts über Berufe, war sehr schüchtern, redete nicht gern vor anderen über mich. All das wurde durch die Gespräche bei der Berufsberatung besser: Ich lernte Berufe kennen, die zu meinen Interessen und Fähigkeiten passen. Und ich lernte, mich selbst einzuschätzen: Passt eine Arbeit zu mir, ist sie zu einfach oder zu schwierig? Und vor allem war ich danach fähig, selbstbewusst darüber zu sprechen.»

Tim, in der Lehre als Automatiker EFZ

Kenne deine Stärken

«Ich war – und bin – relativ schüchtern. Mein Berufsberater erklärte mir, dass dies nicht in jedem Beruf von Nachteil ist. Im Gegenteil: Wo konzentriertes, exaktes und ruhiges Arbeiten gefragt ist, sind introvertierte Menschen oft die besseren Fachleute. Ich begann mich deshalb für Berufe wie Zeichnerin, Physiklaborantin oder Konstrukteurin zu interessieren.»

Lena, in der Lehre als Konstrukteurin EFZ

Sei offen und ehrlich

«Wenn ich bei Betrieben anrufen musste, zum Beispiel wegen einer Schnupperlehre, machte mir das richtig Bauchweh. Da riet mir mein Vater etwas ganz Einfaches: Ich solle am Telefon gleich zu

Beginn sagen, dass ich nervös sei. Also probierte ich es. Und gleich der erste Chef dankte mir am Telefon ganz freundlich für meine Ehrlichkeit. Meine Schüchternheit war weg. Sie ist auch bei späteren Anrufen nicht mehr zurückgekehrt.»

Enja, 18, in der Lehre als Fachfrau Hotellerie-Hauswirtschaft EFZ

Übe das Telefonieren

«Am Anfang ist es ganz normal, dass man Angst vor dem Telefonieren hat, doch damit kommt man bald klar. Ich habe mehrmals mit meiner Familie und mit Freunden geübt, auch in der Schule haben wir viel geübt. Dadurch habe ich Mut gefasst. Je öfter man etwas versucht, umso besser kann man es.»

Mariana, in der Lehre als Fachfrau Gesundheit EFZ

Tipps für eine telefonische Schnupper-Anfrage

Lege zur Vorbereitung deine Agenda und Schreibzeug parat. Schreibe deinen Vor- und Nachnamen auf, falls du ihn buchstabieren musst. Wenn du ihn vor dir siehst, geht das viel einfacher! Notiere auch deine eigene Telefonnummer, falls du diese angeben musst. Mache während des Gesprächs Notizen und bewahre diese auf. Und: Übe solche Anrufe vorher mit Erwachsenen, dann fallen sie dir leichter.



Checkliste für das Telefongespräch



Allgemeine Schnupper-tipps



Bild: Thierry Porchet

1
Interactive Media Designer sind kreativ und interessieren sich für Technik.

2
Restaurantfachleute sind kontaktfreudig und haben Organisations-talent.

Mach den Reality Check!

Über viele Berufe haben wir bestimmte Vorstellungen und Vorurteile – aber stimmen die? Wir haben uns sechs beliebte Berufe genauer angeschaut.

Als Automobilfachmann schraubst du an coolen Autos rum – oder?



Informatiker/in EFZ

Vorstellung: Das sind Nerds, die den ganzen Tag allein am Computer sitzen und neue Programme erfinden.

Realität: Informatikerinnen und Informatiker arbeiten häufig in Teams und stehen in regem Austausch mit anderen Abteilungen – etwa Marketing, Projektleitung oder Kundendienst. Sie analysieren Kundenbedürfnisse und entwickeln gemeinsam passende Softwarelösungen. Je nach Branche und Betrieb kann der Arbeitsalltag sehr unterschiedlich sein. Bei manchen geht es eher kreativ zu und her, andere arbeiten in einem Umfeld mit engen Vorgaben. Informatikerinnen und Informatiker arbeiten bei Softwarefirmen oder in Start-ups, andere bei Banken, Versicherungen oder in der öffentlichen Verwaltung.

Fachmann/-frau Gesundheit EFZ

Vorstellung: FaGe ist ein einfacher Job, der hauptsächlich daraus besteht, alte Leute zu waschen und zu füttern. Oft ist er auch «grusig» und die Arbeitszeiten sind unattraktiv.

Realität: Fachfrauen und Fachmänner Gesundheit (FaGe) übernehmen im Spital, im Pflegeheim oder zu Hause (Spitex) viele verantwortungsvolle Aufgaben. Sie messen zum Beispiel den Blutdruck, verabreichen nach ärztlicher Vorgabe Medikamente oder wechseln Verbände. Dabei beobachten sie genau, wie es den Patientinnen und Patienten geht, und arbeiten eng mit anderen Fachleuten zusammen. Die Ausbildung ist sehr vielseitig und nach der Lehre stehen zahlreiche Weiterbildungsmöglichkeiten offen. Pflege braucht es rund um die Uhr, deshalb arbeiten FaGe je nachdem Schicht, also am Wochenende oder nachts.

Als MPA hast du keine Aufstiegschancen – stimmt's?



Berufsmessen und Infoveranstaltungen

Finde heraus, was dran ist an Vorurteilen! An Infoveranstaltungen und Berufsmessen kommst du mit Lernenden und Berufsleuten direkt ins Gespräch. Sie geben dir über ihren Berufsalltag gerne Auskunft.



Finde Events in deiner Nähe



Bild: Thierry Porchet



Bild: Thierry Paret

Logistiker/in EFZ

Vorstellung: Sie fahren Stapler, verschieben Kisten und beladen Transportfahrzeuge. In diesem Beruf ist vor allem Kraft gefragt, aufs Köpfchen kommts weniger an.

Realität: Logistikerinnen und Logistiker arbeiten mit komplexen IT-Systemen. Sie kennen Zollvorschriften, planen Transporte, verwalten Lagerprozesse und tragen grosse Verantwortung für die Warenströme eines Unternehmens. Oft arbeiten sie unter Zeitdruck und in Schichtarbeit. Sie müssen immer bei der Sache sein, gut organisieren und selbständig arbeiten können. Denn wenn die Logistik eines Unternehmens nicht funktioniert, steht die Arbeit still. Logistikerinnen und Logistiker nehmen daher in den Betrieben eine zentrale Rolle ein.

Medizinische/r Praxisassistent/in EFZ

Vorstellung: In diesem Beruf arbeitet man kaum selbständig. Ausserdem führt er in eine Sackgasse ohne Aufstiegschancen.

Realität: Als Medizinische/r Praxisassistent/in (MPA) führt man eigenverantwortlich Untersuchungen wie zum Beispiel Blutentnahmen, Röntgenaufnahmen und Körpermessungen durch. Der Beruf bietet einige Weiterbildungsmöglichkeiten wie zum Beispiel die Berufsprüfung als medizinische/r Praxiskoordinator/in. In dieser Funktion leitet man Bereiche wie Administration, Teamführung und Qualitätsmanagement. Wer sich stärker spezialisieren möchte, kann auch eine Höhere Fachprüfung absolvieren – etwa in den Bereichen Krankenversicherungen oder Gesundheitsorganisationen. Auch der Weg an eine Höhere Fachschule oder Fachhochschule steht offen, je nachdem ist dazu die Berufsmaturität erforderlich.

Automobil-Fachmann /-frau EFZ

Vorstellung: In diesem Beruf kann ich an coolen Autos herumschrauben, diese auf Kundenwunsch aufmotzen und viele Probefahrten machen.

Realität: Automobil-Fachleute legen nicht einfach drauflos, sondern gehen strukturiert vor. Sie benötigen ein gutes Verständnis für Mechanik und Elektronik, zur Fehlersuche bedienen sie auch Computer. Bei Elektrofahrzeugen gibt es weniger bewegliche Teile und der Wartungsaufwand ist geringer, allerdings auch anspruchsvoll: Batterie, Software, Hochvoltssysteme und Thermomanagementsystem werden in spezialisierten Werkstätten regelmässig geprüft. Ob Verbrenner oder E-Fahrzeug: Autos müssen sicher sein und die gesetzlichen Vorgaben erfüllen. Automobil-Fachleute müssen daher exakt und sorgfältig arbeiten und ein hohes Verantwortungsbewusstsein haben. Gleichzeitig erfordert dieser Beruf handwerkliches Geschick und körperliche Belastbarkeit. Viele Arbeiten werden stehend, in gebückter Haltung oder über Kopf durchgeführt, teilweise gelangen schwere Werkzeuge und Fahrzeugteile zum Einsatz.

Kaufmann/-frau EFZ

Vorstellung: Kaufleute haben einen sicheren Job mit geregelten Arbeitszeiten, gutem Lohn und Aufstiegschancen.

Realität: Der kaufmännische Bereich bietet viele Möglichkeiten, doch der Arbeitsmarkt ist nicht ganz einfach: Um beliebte Stellen bewerben sich oft zahlreiche Interessentinnen und Interessenten. Die Löhne in der kaufmännischen Branche sind vergleichsweise gut, doch erfordern sie entsprechenden Arbeitseinsatz. Bei Eignung bestehen sehr gute Aufstiegschancen, sofern man zusätzliche Qualifikationen wie eine Berufsmaturität oder Weiterbildungen absolviert. Auch die Arbeitszeiten können je nach Branche variieren, insbesondere in Bereichen mit Kundenkontakt arbeiten Kaufmänner und Kauffrauen EFZ nicht immer «nine to five».

Gehe deinen Weg

Interessiert dich als Junge ein «Frauenberuf» oder als Mädchen ein «Männerberuf»? Lass dich von Vorurteilen nicht ausbremsen. Es gibt viele Jugendliche, die einen eher untypischen Beruf wählen – so wie Patrik und Erjona. Sie geben uns einen Einblick in ihren Arbeitsalltag:

Zahlen und Fakten

Der Anteil Männer in «Frauenberufen» und Frauen in «Männerberufen» hat in den letzten Jahren stetig zugenommen. Es gibt heute zum Beispiel viel mehr Dentalassistenten und Spenglerinnen als früher. Doch für manche Berufe interessieren sich auch heute noch nur wenige Frauen bzw. Männer. Ein paar Beispiele aus dem Jahr 2024:

Florist/in EFZ:

169 Lehrabschlüsse, davon 3 Männer
Dentalassistent/in EFZ:
 939 Lehrabschlüsse, davon 18 Männer
Medizinische/r Praxisassistent/in EFZ:
 1009 Lehrabschlüsse, davon
 44 Männer

Montage-Elektriker/in EFZ:

811 Lehrabschlüsse, davon 8 Frauen
Dachdecker/in EFZ:

74 Lehrabschlüsse, davon 3 Frauen
Maurer/in EFZ:

646 Lehrabschlüsse, davon 7 Frauen

Diese Zahlen sollen dich nicht abschrecken, sondern anspornen. In der Berufswahl muss man manchmal mutig sein – und du siehst: Andere haben es auch geschafft!

Patrik ist Fachmann Betreuung im 2. Lehrjahr

«Ich lerne, mein eigenes Leben mehr zu schätzen»

Patrik betreut fünf Menschen mit einer Demenzerkrankung in einer Wohngruppe. Gerade spielt er mit zwei Bewohnerinnen ein Fangspiel mit einem Luftballon. Was nach Zeitvertreib aussieht, hat einen tieferen Sinn: «Für Demenzerkrankte ist es wichtig, dass sie regelmässig aktiv sind und Aufgaben lösen. Das kann auch auf spielerische Art geschehen, und es verlangsamt den Abbau der geistigen Fähigkeiten.»

Unterstützung beim Start in den Tag

Wenn Patrik Frühdienst hat, beginnt der Tag um 7 Uhr mit einer Besprechung mit der Nachtwache. «Falls etwas Aussergewöhnliches passiert ist: Hier erfahren wir es.» Anschliessend klopft der Lernende an die Zimmertüren der Bewohnerinnen und Bewohner – und teilt ihnen mit, dass es Zeit zum Aufstehen ist. «Manche brauchen dabei Hilfe, zum Beispiel beim Anziehen oder beim Umsetzen in den Rollstuhl. Dann bin ich natürlich zur Stelle.» Nach dem Frühstück vergeht die Zeit mit dem gemeinsamen Vorbereiten der Mittagssuppe. «Es ist wichtig, dass die demenzerkrankten Menschen sinnvolle Herausforderungen haben und stolz auf ein Resultat sein können – zum Beispiel auf das gerüstete Gemüse.»

Persönliche Beziehung

Patrik baut zu allen Bewohnerinnen und Bewohnern eine persönliche Beziehung auf. Umso schwieriger ist es deshalb, wenn jemand stirbt. «Doch ich sehe darin auch das Positive: Einerseits ist mir bewusst, dass ich die letzte Lebensphase dieses Menschen auf eine gute Weise mitgeprägt habe. Und zweitens lerne ich so, mein eigenes Leben noch mehr zu schätzen.»

Im Jahr 2024 haben 3404 Fachfrauen Betreuung und 758 Fachmänner Betreuung ihre Lehre abgeschlossen.

Bild: Iris Krebs



1

1

Fachleute Betreuung kümmern sich um hilfsbedürftige Menschen jeden Alters. Je nach Fachrichtung arbeiten sie mit älteren Leuten, mit Kleinkindern oder mit beeinträchtigten Menschen.

2

2

Patrik gefällt, dass er zu jeder Person eine persönliche Beziehung aufbauen kann.



Bild: Iris Krebs



Bilder 3 und 4: Frederic Meyer

Erjona ist Glaserin im 3. Lehrjahr

«Ans lange Stehen musste ich mich gewöhnen»

Erjona ist Lernende in einem Glasbetrieb mit 12 Mitarbeitenden. Heute Morgen arbeitet sie in der Werkstatt, um eine Küchenrückwand zuzuschneiden. Mit Hilfe ihres Kollegen legt sie die verspiegelte Glasplatte auf den Schneidetisch. Da sie schon grob zugeschnitten ist, hat sie nicht so viel Gewicht. «Eine grössere Glasplatte könnten wir nicht einfach auf den Tisch heben», sagt Erjona. In einem solchen Fall muss der Hallenkran mit Sauganlage her.

Glas ist zerbrechlich – und schwer

Der Sauger wird immer auf das vertikale – also stehende – Glas angebracht. Eine Normplatte ist über 3 mal 2 Meter gross. Würde man eine so grosse Platte liegend «ansaugen», würde sie durch ihr Gewicht durchbiegen und brechen. Weil Glas so schwer ist, verfügt der Schneidetisch über unzählige Löcher, durch die Luft geblasen wird. «So entsteht ein Luftkisseneffekt», sagt Erjona: «Die Glasscheibe schwebt über dem Tisch und lässt sich so hin- und herschieben.»

Hightech und Handwerk

Nachdem die Platte platziert ist, kommt die computergesteuerte Schneideanlage ins Spiel. Zuerst misst die Maschine die Glasplatte mithilfe eines Lasers aus. Dann gibt Erjona die vorgegebenen Masse im Computer ein. Nun schneidet die Maschine das Glas, und die Lernende bricht die Kanten von Hand. Die zugeschnittene Platte kommt nun in die Schleifmaschine, danach putzt Erjona das Glas, fertig ist die Küchenrückwand. Im Glaserberuf ist noch vieles Handarbeit: Kleine Werkstücke werden mit dem Handschneider geschnitten, teilweise sogar freihändig. Die Mischung aus Handwerk und Technik gefällt der Lernenden. Am meisten gewöhnen musste sich Erjona an das lange Stehen. «Aber man baut schnell die nötige Kraft auf. Ich bin auf jeden Fall stärker geworden.»



3
An ihrem Beruf mag Erjona die Mischung aus Handwerk und Hightech.

4
Der Umgang mit Glas erfordert Sorgfalt und genaues Arbeiten.

Im Jahr 2024 haben 18 Glaser und 1 Glaserin ihren Lehrabschluss gemacht.

Die Arbeitszeiten schrecken mich ab!

Mateo: «Mich interessiert der Beruf Bäcker-Konditor-Confiseur, aber die Arbeitszeiten schrecken mich ab. Soll ich überhaupt schnuppern gehen?»

Lieber Mateo: Der Beruf des Bäckers-Konditors-Confiseurs ist sehr vielseitig und interessant, du sprichst aber einen wichtigen Punkt an. Vor allem Berufsleute in der Fachrichtung Bäckerei/Konditorei – also das, was dich besonders interessiert – beginnen ihre Arbeit oft sehr früh, nämlich zwischen 2 und 4 Uhr morgens. So sind Brot und Gebäck pünktlich zur Ladenöffnung fertig.

Bei der Fachrichtung Konditorei-Confiserie kann es sein, dass der Arbeitsbeginn ein bisschen später ist. So oder so, in diesem Beruf musst du nicht nur früher aufstehen, sondern auch früher schlafen gehen. Auch ist es möglich, dass du am Wochenende und an Feiertagen arbeiten musst. Es ist also von Vorteil, wenn dir das frühe Aufstehen nicht allzu schwerfällt.

Mit einer Schnupperlehre merkst du schnell, ob die Freude am Beruf überwiegt. Vielleicht gefällt er dir so gut, dass du den Gedanken an einen frühen Arbeitsbeginn nicht mehr so schlimm findest. Falls doch, ist vielleicht die Lehre zum Detailhandelsfachmann Bäckerei-Confiserie eine Alternative für dich. Dort ist der Arbeitsbeginn etwas später.

1



Bild: Thierry Paret

2



Bild: zVg

1 Beim Schnuppern findest du heraus, ob dir ein Beruf gefällt.

2 Andrea Gerber ist Berufsberaterin im Laufbahnenzentrum Urdorf.



Schnupperlehre finden



Infos über den Beruf Bäcker/in-Konditor/in-Confiseur/in

Löse das Rätsel

UND GEWINNE
2 KINO-
EINTRITTE!

In diesem Heft hast du einiges über Berufswahl und Schnuppern erfahren. Teste jetzt dein Wissen in diesem Quiz!

Entscheide dich bei jedem Thema für eine Aussage und reihe die Buchstaben am Schluss aneinander. Das Lösungswort ist etwas, das du im Berufswahlprozess entwickelst.



Unter den richtigen
Einsendungen verlosen
wir

2 mal 2 Kino-
eintritte

Sende uns das Lösungswort bis

24. Oktober 2025
an sprungbrett@sdbb.ch.

Worüber redet man in einer Berufsberatung?

Z ... Über meine Interessen, Eigenschaften und Fähigkeiten.

T ... Über die letzte Matheprüfung, die ich vergeigt habe.

H ... Über die Berufe, in denen man am meisten Geld verdient.

Was tust du, wenn du jetzt schon weißt, was du werden willst?

R ... Nichts. Ich bewerbe mich nächsten Sommer direkt auf Lehrstellen in meinem Wunschberuf.

I ... Ich gehe in mindestens zwei Betrieben schnuppern, um herauszufinden, ob der Beruf wirklich mein Traumberuf ist.

B ... Ich warte ab, was meine Kolleginnen und Kollegen machen, und überlege es mir dann vielleicht anders.

Wie findest du Adressen für eine Schnupperlehre?

W ... Ich suche über Google Maps nach Lehrfirmen in meiner Nähe.

A ... Ich frage meine Lehrperson, ob sie mir ein paar Adressen heraussuchen kann.

E ... Ich suche sie auf berufsberatung.ch und über persönliche Tipps.

Dein erster Schnuppertag! Wie bereitest du dich darauf vor?

A ... Gar nicht, ich entscheide alles spontan.

L ... Ich kläre genau ab, wann und wie ich pünktlich im Lehrbetrieb ankomme.

U ... Ich lasse mir offen, ob ich überhaupt hingehere.

Wie machst du beim Schnuppern einen guten Eindruck?

E ... Ich stelle Fragen, bin freundlich und führe Aufgaben gewissenhaft aus.

K ... Ich möchte nicht übermotiviert wirken und schaue einfach zu.

O ... Ich erscheine in Trainerhosen und Tanktop, um mich so zu zeigen, wie ich bin.

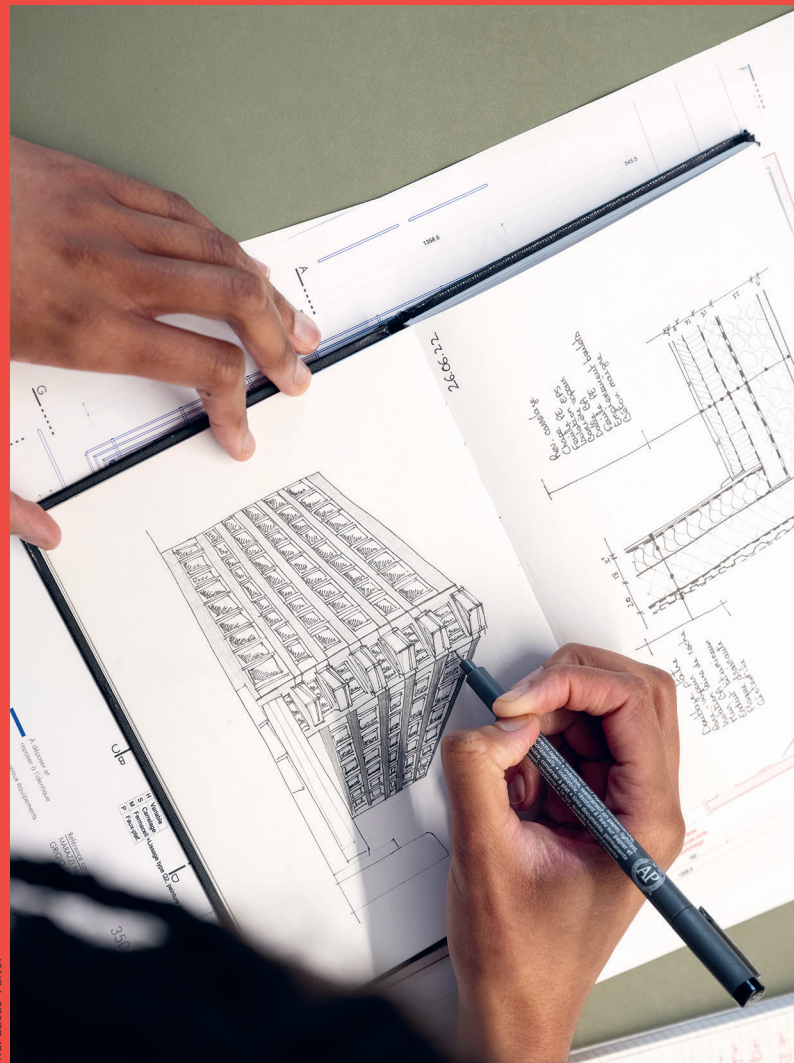


Bild: Lucas Vuitel

Infos für Lehrpersonen

ZUM SPRUNGBRETT

2025/26.1

Zum aktuellen Sprungbrett stehen
im **Lehrerblatt** Lektionen zu folgenden Artikeln bereit:

Artikel im Sprungbrett	Kompetenzen	Bereich LP 21
Berufe im Detailhandel	Sich selbstständig Informationen zu den Berufen beschaffen sowie Anforderungen und Tätigkeiten gegenüberstellen	BO 2.1b
Interview: «Schritt für Schritt geht es einfacher»	Elemente des eigenen Persönlichkeitsprofils wahrnehmen und beschreiben; den Standort bestimmen und erste passende Ausbildungsziele festlegen	BO 1.1a BO 3.1b
Berufswahl: Deine erste Schnupperlehre	Im Bildungs- bzw. Berufswahlentscheid den konkreten Bewerbungsprozess planen	BO 4.1b
Vorurteile: Mach den Reality Check	Sich selbstständig Informationen zu den Berufen beschaffen sowie Anforderungen und Tätigkeiten gegenüberstellen; biografische Prägungen und Erwartungen des Umfeldes reflektieren; geschlechtsspezifische, soziale und kulturelle Stereotypen hinterfragen	BO 2.1b BO 2.2b

Ein Lehrerblatt liegt jedem Sprungbrett-Klassensatz bei. Wie immer finden Sie die Arbeitsmaterialien zu den Lektionsvorschlägen zum Download auf www.sdbb.ch/sprungbrett-didaktik

IMPRESSUM

HERAUSGEBER SDBB, Bern,
in Zusammenarbeit mit den Kantonen
Glarus, Schaffhausen und Zürich

REDAKTION Tanja Seufert

UNTERRICHTSMATERIALIEN

Martina Bürge, Fiona Herpich

REDAKTION UND INHALTLICHE

VERANTWORTUNG KANTONSSEITEN

Berufsberater/innen der jeweiligen
Kantone

GESTALTUNG Trix Stäger

DRUCK Mattenbach AG Winterthur,

Auflage 29'000 Ex.

ADRESSE

SDBB, Redaktion Sprungbrett,

Postfach 583, 3000 Bern 7

Telefon 031 320 29 00

sprungbrett@sdbb.ch

© September 2025

Neu gibt es eine Suchfunktion, mit der Sie Unterrichtsmaterialien aus bisherigen Sprungbrett-Nummern zu beliebigen Stichworten finden können.

Auf www.sdbb.ch/sprungbrett finden Sie zudem Videos, die von Jugendlichen in der Berufswahl selbst gescriptet und vom Sprungbrett produziert wurden. Die Schüler/innen zeigen dort typische Herausforderungen und Lösungen während der Berufswahl.