

# Sich beruflich neu orientieren

**AufKurs**



# Inhalt

<b>Einleitung</b>	<b>3</b>
<b>Standortbestimmung: Welche Möglichkeiten gibt es?</b>	<b>4</b>
<b>Ist eine Neuorientierung das Richtige für mich?</b>	<b>6</b>
<b>Wo erhalte ich Informationen und Beratung?</b>	<b>7</b>
<b>Porträt: Von der Fabrik zum Onlineshop</b> Filipe Silva, 37, Inhaber eines E-Shops für Naturprodukte	<b>10</b>
<b>Das Schweizer Bildungssystem</b>	<b>12</b>
<b>Spezifische Ausbildungsformen und Zulassungen</b>	<b>13</b>
<b>Machbarkeit des Vorhabens: Woran muss ich denken?</b>	<b>15</b>
<b>Porträt: Ein kontinuierlicher Prozess</b> Claudia Esposito Jardini, 52, Sozialarbeiterin FH in einem Kriseninterventionszentrum für Kinder und Jugendliche	<b>16</b>
<b>Wie finanziere ich meine Ausbildung?</b>	<b>18</b>
<b>Wenn ich arbeitslos bin ...</b>	<b>19</b>
<b>Wenn ich bei der IV angemeldet bin ...</b>	<b>20</b>
<b>Das eigene Vorhaben anpacken und umsetzen</b>	<b>21</b>
<b>Porträt: «Der Sport lehrte mich mentale Stärke»</b> Sandro Schaller, 26, Dipl. Kaufmann VSH bei einem Motorrad- und Autounternehmen	<b>22</b>
<b>Wie bringe ich meine Neuorientierung bei der Stellensuche erfolgreich ein?</b>	<b>24</b>
<b>Die Fachfrau hat das Wort</b> Isabelle Flouck, Expertin im Bereich berufliche Weiterentwicklung und Übergangsphasen	<b>25</b>
<b>Weitere Informationen</b>	<b>27</b>

# Einleitung

Früher übte man oft das ganze Leben lang den gleichen Beruf aus. Heute ist ein Wechsel des Berufs oder der beruflichen Tätigkeit weitaus üblicher geworden. Die Berufswelt ist in stetigem Wandel und auch die Interessen, das Arbeitsumfeld und die persönlichen Lebensumstände verändern sich.

Haben Sie Lust, Ihrer Arbeit mehr Sinn zu geben, einen alten Traum zu verwirklichen oder Ihren Horizont zu erweitern? Möchten Sie auf dem Arbeitsmarkt bessere Chancen haben? Haben Sie das Bedürfnis, Ihr berufliches Umfeld zu verlassen, weil es Ihnen nicht mehr gefällt? Suchen Sie eine bessere Work-Life-Balance? Müssen Sie den Beruf aus gesundheitlichen Gründen wechseln oder weil Sie keine Stelle finden? Für eine Neuorientierung im Laufe des Erwerbslebens gibt es zahlreiche Gründe.

In dieser Broschüre finden Sie Denkanstöße, nützliche Informationen und Ratschläge, die Ihnen bei einer beruflichen Neuorientierung weiterhelfen. Lassen Sie sich auch von den Porträts im Heft inspirieren: Drei Personen erzählen, warum und wie sie sich neu orientiert haben, welche Herausforderungen sie meistern mussten und welchen Nutzen sie daraus ziehen konnten. Lesen Sie auch das Interview mit der Fachfrau für berufliche Neuorientierung. Sie beantwortet darin wichtige Fragen.

# Standortbestimmung: Welche Möglichkeiten gibt es?

Eine Neuorientierung verlangt einen grossen persönlichen Einsatz. Bevor Sie sich hineinstürzen, sollten Sie sich über Ihre Motivation und Ihre Ziele im Klaren werden. Stellen Sie sich folgende Fragen:

- Worauf habe ich Lust? Was sind meine Interessen, Werte und Prioritäten?
- Über welche Kompetenzen und Qualifikationen verfüge ich?

➤ Wo sind meine Stärken und Schwächen?

➤ Warum möchte ich den Beruf wechseln? Was motiviert mich dazu? Sind es persönliche, familiäre oder finanzielle Gründe?

➤ Was möchte ich arbeiten? Welche Erwartungen habe ich?

➤ Wo sehe ich mich in Zukunft?

Gespräche mit anderen Personen können Ihnen helfen, die Dinge



klarer zu sehen und Ihr Vorhaben voranzutreiben. Hier ein paar Tipps, wie Sie eine Standortbestimmung machen können:

- Sprechen Sie mit Ihrer Familie, Ihren Freunden und Bekannten über Ihr Vorhaben.
- Nehmen Sie Kontakt mit der Berufs-, Studien- und Laufbahnberatung in Ihrem Kanton auf. Dort können Sie ein Gespräch mit einer Beratungsperson vereinbaren. Es ist auch möglich, Tests in Bezug auf Ihre Interessen und Fähigkeiten zu absolvieren oder eine Kompetenzbilanz zu erstellen. Die Adresse in Ihrem Kanton finden Sie unter:  
➤ [www.berufsberatung.ch/biz](http://www.berufsberatung.ch/biz)

## Gut zu wissen

### Wie überzeuge ich das familiäre Umfeld?

Die Familie reagiert auf eine Neuorientierung oft mit Verunsicherung und Skepsis. Es ist wichtig, die ängstliche Partnerin, den besorgten Bruder oder die ablehnenden Eltern ernst zu nehmen und ihnen zu zeigen, dass man verlässliche Informationen bei Fachleuten einholt und die Machbarkeit des Vorhabens sorgfältig prüft und plant.

## Gut zu wissen

### Kostenloses Angebot für Personen über 40 Jahre

Personen über 40 Jahre können von einer kostenlosen Standortbestimmung und Beratung profitieren, um ihre beruflichen Entwicklungsmöglichkeiten zu evaluieren. Dabei erfahren sie mehr über zukünftige Veränderungen des Arbeitsmarkts und erforderlichen Weiterbildungen. Dies hilft ihnen dabei, die nötigen Schritte für ihre beruflichen Entwicklungsmöglichkeiten zu planen.

- [www.viamia.ch](http://www.viamia.ch)

# Ist eine Neuorientierung das Richtige für mich?

Im Verlauf Ihrer Überlegungen können Sie auch zur Erkenntnis gelangen, dass eine berufliche Neuorientierung nicht notwendig ist. Vielleicht stellen Sie fest, dass nicht der ausgeübte Beruf das Problem ist, sondern die aktuelle Arbeitsstelle, die Funktion oder die Unternehmenskultur.

Finden Sie heraus, wo die Probleme liegen: Was können Sie ändern? Welche Lösungen sind realistisch, um die Situation zu verbessern? Suchen Sie das Gespräch mit Vorgesetzten oder der Geschäftsleitung, um Ihre Arbeitssituation und Ihre Aufgaben zu besprechen. Bringen Sie Vorschläge ein, um gemeinsam eine Lösung zu erarbeiten.

Überlegen Sie auch, ob Sie den gleichen Beruf in einem anderen Arbeitsumfeld, Bereich oder bei einem anderen Arbeitgeber ausüben können.

Manchmal ist es schlicht nicht möglich, eine ganz neue Ausbildung oder ein Studium zu beginnen, sei es aus finanziellen oder altersbedingten Gründen. Der Zugang zu gewissen Berufen kann ab einem bestimmten Alter schwieriger sein. Hingegen kann eine Weiterbildung im aktuellen Tätigkeitsbereich rasch umsetzbar und erschwinglich sein. Sie ermöglicht,



neue Aufgaben und Verantwortungsbereiche zu übernehmen oder verschiedene Interessen zusammenzuführen.

Freiwilligenarbeit oder Freizeitaktivitäten sind ebenfalls Möglichkeiten, um sich zu verwirklichen, ohne sich beruflich neu orientieren zu müssen.

# Wo erhalte ich Informationen und Beratung?

Sie haben Ihre Situation und Ihre Ziele geklärt und sind zum Schluss gekommen, dass Sie den Beruf tatsächlich wechseln möchten. Damit Sie ein realistisches Projekt entwickeln können, ist es wichtig, dass Sie sich über den angestrebten Tätigkeitsbereich oder Beruf informieren. Dabei sind auch die tatsächliche Situation auf dem Arbeitsmarkt sowie die notwendigen Ausbildungen zu berücksichtigen. Ob Gesundheits- oder Sozialwesen, Kunst, Handel oder Technik: Jeder Tätigkeitsbereich hat seine Besonderheiten und Zugangswege. Beachten Sie auch, dass es reglementierte und

geschützte Berufe gibt, für dessen Ausübung es eine Bewilligung von Bund, Kanton oder Gemeinde braucht. Siehe dazu

➤ [www.bewilligungen.easygov.swiss](http://www.bewilligungen.easygov.swiss)

Nutzen Sie alle Ihnen zugänglichen Quellen. Die goldene Regel heisst: Sich immer an mehreren Orten informieren.

## **Kantonale Berufs-, Studien- und Laufbahnberatung**

Die kantonalen Berufs-, Studien- und Laufbahnberatungen bieten allen Personen Zugang zu Informationen und Beratung rund um

### **Gut zu wissen**

#### **Spezifische Hilfe für ältere Erwerbstätige**

Einige Organisationen setzen sich für die berufliche (Wieder-)Eingliederung oder den Berufswechsel von Personen über 50 Jahren ein. Dazu gehören zum Beispiel:

➤ [www.loopings.ch](http://www.loopings.ch)

➤ [www.avenir50plus.ch](http://www.avenir50plus.ch)

Berufe sowie Aus- und Weiterbildungen. Im Informationszentrum (BIZ) gibt es eine Fülle von Faltblättern, Broschüren oder Filmen zu Berufen und Ausbildungen. Fachleute unterstützen Sie dabei, die gewünschte Information zu finden. Ein individuelles Gespräch mit einer Laufbahnberaterin oder einem Laufbahnberater kann helfen, Ihre berufliche Neuorientierung zu konkretisieren. Zögern Sie nicht, einen Termin zu vereinbaren! Die Adresse in Ihrem Kanton finden Sie unter:

➤ [www.berufsberatung.ch/biz](http://www.berufsberatung.ch/biz)

### **Informationsportal [www.berufsberatung.ch](http://www.berufsberatung.ch)**

Haben Sie sich bereits für einen Beruf entschieden? Wissen Sie schon, welche Ausbildung Sie absolvieren möchten? Ist dies nicht der Fall, können Sie sich über Berufe und Ausbildungen unter folgenden Links ausführlich informieren:

➤ [www.berufsberatung.ch/berufssuche](http://www.berufsberatung.ch/berufssuche)

Rund 2500 Berufsbeschreibungen. Gefilterte Suche nach Bildungstyp, Berufsfeld, Branche und Interessen möglich

➤ [www.berufsberatung.ch/berufstaetig](http://www.berufsberatung.ch/berufstaetig)

Informationen zu Karriereplanung, Berufswechsel sowie branchenspezifischen Aus- und Weiterbildungsinformationen

➤ [www.berufsberatung.ch/aus-weiterbildung](http://www.berufsberatung.ch/aus-weiterbildung)

Überblick über und Suche nach Ausbildungen pro Bildungsstufe

➤ [www.berufsberatung.ch/awd](http://www.berufsberatung.ch/awd)

Mehr als 20 000 Aus- und Weiterbildungsangebote. Mit verschiedenen Filterfunktionen nach Ausbildungstyp, Abschluss, Kanton, Ausbildungsthemen, Anbieter usw.

### **Sich austauschen**

Um einen realistischen Eindruck eines Berufs zu erhalten, lohnt es sich, den Kontakt zu Fachpersonen aus dem Bereich zu suchen und sich der Realität zu stellen. Das kann gerade dann hilfreich sein, wenn der Beruf weit weg von der eigenen Vorstellung liegt. Im Allgemeinen sprechen Menschen gerne über ihre Arbeit. So erhalten Sie Informationen aus erster Hand. Melden Sie sich bei Berufsverbänden, um mit entsprechenden Personen in Kontakt zu kommen.





Wenn es möglich ist, empfehlen wir ein Praktikum in einem Betrieb zu machen. Nutzen Sie die Kontakte, um auch herauszufinden, ob der angestrebte Beruf gute Chancen auf dem Arbeitsmarkt bietet. Sprechen Sie mit den Menschen in Ihrem Umfeld darüber. Vielleicht gibt es Personen, die sich im an-

gestrebten Bereich auskennen und Ihnen nützliche Informationen oder Kontakte geben können. Tauschen Sie sich auch mit Personen aus, die sich beruflich schon neu orientiert haben.



## Filipe Silva

37, Inhaber eines E-Shops für Naturprodukte

### Von der Fabrik zum Onlineshop

Filipe Silva ist gelernter Polymechaniker. Bevor er seine Berufung gefunden hat, hatte er seine Tätigkeit mehrfach gewechselt. «Ich habe die Lehre ein bisschen gegen meinen Willen angefangen», erklärt er. «Im 2. Lehrjahr habe ich gemerkt, dass dieser Weg nicht der richtige für mich ist und dass ich diesen Beruf nicht das ganze Leben lang ausüben will. Aber

meine Eltern haben mich gezwungen, die Lehre abzuschliessen.» Nach dem EFZ musste der junge Mann arbeiten, um über die Runden zu kommen. «Ich konnte aus finanziellen Gründen keine zweite Lehre absolvieren.»

Nach mehreren Stellen im mechanischen Bereich wechselt Filipe Silva von einem Job zum anderen. Er arbeitete als technischer

Zeichner, Concierge und Logistiker und bildete sich an Ort und Stelle weiter. In seinen angestammten Beruf wollte er aber auf keinen Fall zurückkehren. «Es kam nicht in Frage, dass ich in die Fabrik zurückgehe!»

### **Burnout und Entlassung**

2017 hatte Filipe Silva ein Burnout. Bei seiner Rückkehr an den Arbeitsplatz wurde er von seinem Arbeitgeber entlassen. «Ich habe das als sehr befreiend erlebt. Aber auch als Schlüsselmoment, um einen Neuanfang zu machen!» Er meldete sich arbeitslos und konnte so von Unterstützungsleistungen für eine selbstständige Erwerbstätigkeit profitieren, mit dem Ziel, sich selbstständig zu machen. «Meine Partnerin hatte bereits Kenntnisse im Bereich Naturprodukte. So habe ich beschlossen, den Versuch zu wagen.» Sein E-Shop wurde 2018 eröffnet.

Für sein Projekt benötigte Filipe Silva beträchtliche finanzielle Mittel. «Meine 2. Säule und alle meine Ersparnisse sind weg. Ich musste auch auf einiges verzichten.» Von seinem Umfeld wurde der Unternehmer tatkräftig unterstützt. «Meine Partnerin hat mich moralisch und finanziell entlastet und meine Freunde haben für den Shop Mund-zu-Mund-Werbung gemacht. Das Logo hat eine Person gestaltet, die ich während der Arbeitslosigkeit kennen-

gelernt hatte. Man darf nicht zögern, mit dem Umfeld über das eigene Projekt zu sprechen und um Hilfe zu bitten.»

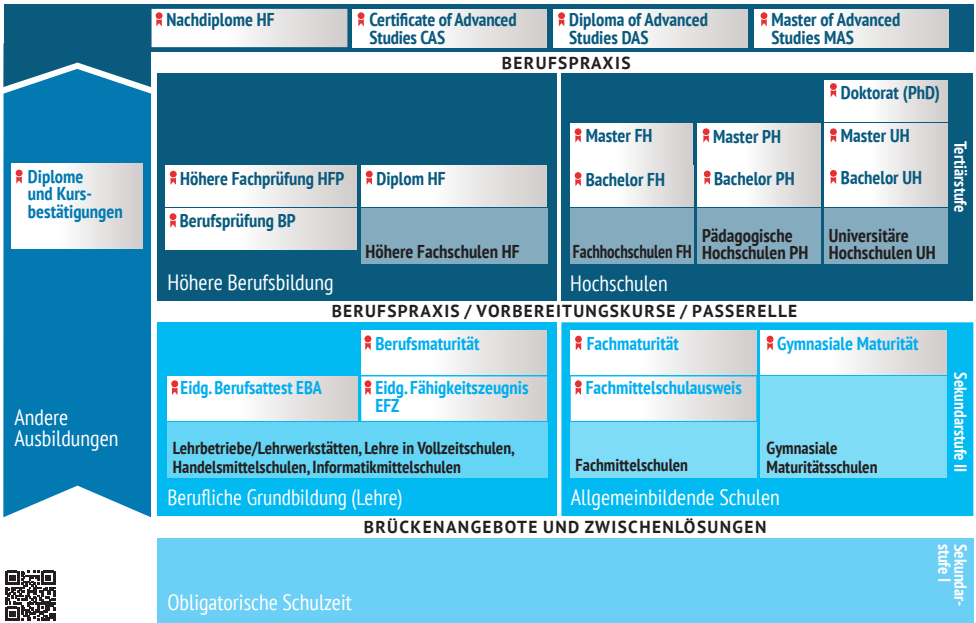
### **Von früheren Erfahrungen profitieren**

Die Umorientierung stellte ihn vor grosse Herausforderungen: Nicht zu wissen, ob ihm die neue Tätigkeit gefällt und ob es klappen wird. Und auch neue Kenntnisse in den Bereichen Informatik, Auftragsbearbeitung, Buchhaltung zu erlangen. Filipe Silva hat sich vieles selbst beigebracht und Kurse besucht, die insbesondere von der Arbeitslosenversicherung und der Invalidenversicherung angeboten wurden. Er konnte auch von seinen zuvor erworbenen Fähigkeiten profitieren. «Es hat immer etwas gebracht. Man darf frühere Erfahrungen nicht herunterspielen oder sie als Misserfolg sehen.»

### **Wie neugeboren**

Die Neuorientierung hat Filipe Silva komplett verändert. «Ich bin richtiggehend aufgeblüht. Ich mache einen Beruf, der mir gefällt und für den ich Talent habe. Ich kann mich entfalten, bin weniger frustriert und habe Lebensqualität gewonnen.» Hat er einen Ratschlag, wie eine Neuorientierung gelingt? «Man muss sich die richtigen Fragen stellen und gut über alle Auswirkungen nachdenken, sei es in Bezug auf die Familie, die Finanzen oder das soziale Umfeld.»

# Das Schweizer Bildungssystem



Interaktives Schema  
[www.berufsberatung.ch/schema](http://www.berufsberatung.ch/schema)

# Spezifische Ausbildungsformen und Zulassungen

Das Schema links zeigt die klassischen Ausbildungswege und -niveaus in der Schweiz. Zahlreiche Ausbildungen sind auf die Bedürfnisse von berufstätigen Personen abgestimmt. So ist es möglich, weiterhin einer bezahlten Tätigkeit nachzugehen oder Arbeit und Familie zu vereinbaren.

## **Berufsbegleitend**

Ausbildungen, die als «berufsbegleitend» bezeichnet werden, setzen eine Berufstätigkeit im gewählten Ausbildungsbereich voraus. Dies trifft insbesondere auf das Sozial- und Gesundheitswesen zu. Die praktische Tätigkeit wird dabei mit theoretischem Unterricht ergänzt.

## **Teilzeit**

Dieses Modell erlaubt es, weiterhin berufstätig zu sein und gleichzeitig eine neue Ausbildung zu absolvieren. Die Kurse finden entweder an ein bis zwei Tagen pro Woche, am Abend oder am Wochenende statt oder sind als Blockveranstaltungen organisiert.

## **Distanzunterricht**

Immer mehr Kurse werden in Form von Onlinekursen (z. B. E-Learning) angeboten.

## **Modulausbildung**

Manche Ausbildungen, insbesondere Weiterbildungen, sind in Form von Modulen organisiert. Personen, die eine modulare Ausbildung absolvieren, können je nach verfügbarer Zeit einzelne Module besuchen und diese mit einer Prüfung abschliessen. Dies erlaubt einen individuellen Rhythmus, ohne dass man einem Programm mit Fristen und festem Zeitplan folgen muss.

Je nach Vorbildung und Praxiserfahrung und angestrebter Ausbildung bieten Schulen auch spezifische Zugangswege an:

## **Verkürzte Ausbildungen**

Personen, die bereits über einen Abschluss oder anderen Nachweis verfügen, können von einer verkürzten Ausbildungsdauer oder Dispensierung von Fächern profitieren.

## **Ergänzungsprüfung «Passerelle»**

Mit der Ergänzungsprüfung «Passerelle» ist es möglich, nach einer Berufs- oder Fachmaturität den Zugang zur Universität/ETH zu erhalten. Das nötige Wissen kann in einem Vorbereitungskurs angeeignet werden, der in der Regel zwei

Semester dauert. Angeboten werden die Kurse von kantonalen, aber auch von privaten Schulen.

➤ [www.berufsberatung.ch/passerelle](http://www.berufsberatung.ch/passerelle)

### **Zulassung «sur Dossier»**

Die Zulassung zu bestimmten Ausbildungen kann «sur Dossier» stattfinden. Dabei werden die individuellen Kompetenzen der Kandidatinnen und Kandidaten für eine mögliche Zulassung in Betracht gezogen: Berufserfahrung, erworbene Fähigkeiten, Motivation, Lebenserfahrung usw.

### **Andere Bestimmungen**

Manche Schulen haben Zulassungsbestimmungen, die nicht den gängigen Regeln entsprechen, aber für gewisse berufliche und persönliche Laufbahnen von Vorteil sein können: Aufnahmeprüfungen, Auswahlverfahren, spezielle Vorbereitungskurse, Praktika, Berufserfahrung usw.

### **Privatschulen**

Privatschulen können eine attraktive Lösung sein, da sie oft flexible Angebote haben, die auf die individuellen Bedürfnisse der Studierenden abgestimmt sind. Privatschulen können aber sehr kostspielig sein. Es ist zudem wichtig,

sich über die offizielle Anerkennung der verliehenen Diplome und deren Wert auf dem Arbeitsmarkt zu erkundigen. Das Verzeichnis der Schweizer Privatschulen finden Sie unter:

➤ [www.swissprivateschoolregister.com](http://www.swissprivateschoolregister.com)

### **Berufliche Grundbildung für Erwachsene**

Auch Erwachsene haben die Möglichkeit, eine berufliche Grundbildung zu absolvieren und ein eidgenössisches Fähigkeitszeugnis (EFZ) oder Berufsattest (EBA) zu erlangen. Bei entsprechenden Vorkenntnissen kommt allenfalls auch eine verkürzte Ausbildung infrage. Für Personen, die über mehr Berufserfahrungen, Kenntnisse oder praktisches Können in einem Beruf verfügen, stehen zwei weitere Wege offen: Sie können direkt die Abschlussprüfung ablegen oder am Verfahren zur Validierung von Bildungsleistungen teilnehmen. Informieren Sie sich unter:

➤ [www.berufsberatung.ch/berufsabschluss-nachholen](http://www.berufsberatung.ch/berufsabschluss-nachholen)

# Machbarkeit des Vorhabens: Woran muss ich denken?

Eine neue Ausbildung von null anzufangen, hat es in sich: Sie müssen Zeit, Geld, Motivation und Durchhaltevermögen aufbringen. Damit Ihr Projekt umsetzbar wird, sollten Sie über folgende Punkte nachdenken:

➤ **Persönliche Situation:** Wie sieht Ihr Umfeld aus? Fällt Ihr Alter ins Gewicht? Müssen Sie Arbeit, Ausbildung und Familie unter einen Hut bringen? Können Sie auf die Unterstützung nahestehender Personen zählen?

➤ **Finanzierung:** Wie werden Sie die Ausbildung finanzieren? Haben Sie Geld auf die Seite gelegt? Sind Sie bereit, allfällige Abstriche bei Ihrem Lebensstandard hinzunehmen? Können Sie aufgrund Ihrer Situation finanzielle Unterstützung beantragen wie zum Beispiel Stipendien, Unterstützungsbeiträge von Stiftungen, Sozialhilfe? Haben Sie ein detailliertes Budget aufgestellt? Können Sie parallel zur Ausbildung noch einer Arbeit nachgehen? Wie werden Sie die Beiträge für Sozialversicherungen, berufliche Vorsorge oder Unfallversicherung bezahlen?



➤ **Zeitmanagement:** Wie lange dauert die angestrebte Ausbildung? Haben Sie die zeitlichen Bestimmungen der Ausbildungsmöglichkeiten überprüft: Abendkurse, berufsbegleitende oder Teilzeitausbildungen? Wie werden Sie Ihre Zeit konkret einteilen für den Unterricht, das Selbststudium, den Job, die Familie, das Hobby, den Haushalt?



## **Claudia Esposito Jardini**

52, Sozialarbeiterin FH in einem Kriseninterventionszentrum für Kinder und Jugendliche

### **Ein kontinuierlicher Prozess**

Seit einigen Jahren arbeitet Claudia Esposito Jardini mit Kindern und Jugendlichen, die eine persönliche oder familiäre Krisensituation durchlaufen. Nach dem Gymnasium und einigen Semestern an der philosophischen Fakultät der Universität arbeitete sie aufgrund veränderter Lebensumstände zunächst für eine Versicherungsgesellschaft, um sich

dann voll und ganz ihrer jungen Familie zu widmen.

#### **Mutter und Freiwillige**

Obwohl Claudia Esposito Jardini beinahe zwanzig Jahre lang keiner Erwerbstätigkeit nachging, hat sie ihre Rolle als Mutter stets mit viel Engagement ausgefüllt. So nahm sie aktiv an Elternvereinigungen teil und war mehrere Jahre lang



freiwillige Mitarbeiterin bei der Organisation Tischlein deck dich. «Nachdem ich im Bildungsbereich bereits mit verschiedenen sozialen Problemen in Kontakt gekommen war, hat mir die Verteilung von Lebensmitteln an bedürftige Personen definitiv das Bedürfnis geweckt, einen grösseren Beitrag leisten zu wollen. Ich habe gemerkt, dass mir die Kompetenzen fehlten, um die Situation der bedürftigen Personen wirklich zu erfassen; ich musste mir neue berufliche Fähigkeiten aneignen.»

### **Teilzeitausbildung**

Während eines Rotkreuz-Kurses erfuhr Claudia Esposito Jardini, dass die Fachhochschule Süd-schweiz (SUPSI) den Bachelor in Sozialarbeit auch im Teilzeitstudium anbietet, um auch Personen mit Familie das Studium zu ermöglichen. «Das war ein ganz wesentlicher Punkt: Ohne diese Option hätte ich diesen Schritt wohl nicht gewagt». Die Verantwortlichen schlugen ihr einen personalisierten Studienplan vor und Claudia Esposito Jardini stürzte sich ins Abenteuer. Sie bestand die Aufnahmeprüfung, absolvierte die für das Studium vorausgesetzten Praktika und begab sich zurück ins Studierendenleben. «Den Bachelor habe ich in vier Jahren absolviert.» Neben dem schulischen Teil gehörten auch berufspraktische Phasen zur Ausbildung, während derer sie Vollzeit

arbeiten musste: «In diesen Momenten war die Belastung sehr hoch. Aber ich habe durchgehalten, nicht zuletzt, weil meine Tochter bereits im Teenager-Alter war und mein Mann mich immer unterstützt hat.»

### **Flexibilität und Bescheidenheit**

Während des Studiums hat Claudia Esposito Jardini Stellvertretungen in der Institution übernommen, in der sie vor dem Studium ihre Praktika absolviert hatte. Dies hat ihr, neben einer stabilen familiären Situation, die Finanzierung des Studiums ermöglicht. Aus menschlicher Sicht war es sehr wichtig, der neuen Rolle vorurteilslos zu begegnen: «Das Lustigste dabei war, dass ich zusammen mit einigen ehemaligen Schulkameradinnen und Schulkameraden meiner Kinder die Schulbank gedrückt habe. Viele Dozierende waren jünger als ich. In dieser Hinsicht musste ich mich wirklich in Bescheidenheit üben.»

Mit der richtigen Haltung hat ihr das Alter vor allem auch Vorteile gebracht: «Dank meiner Erfahrungen und früherer Aktivitäten konnte ich ein Modul schneller abschliessen als die anderen Studierenden. Im Sozialbereich bedeutet Lebenserfahrung einen grossen Mehrwert.»

# Wie finanziere ich meine Ausbildung?

Geld ist oft das Hauptproblem, wenn man eine Ausbildung absolvieren möchte. Es gibt verschiedene Quellen, die angefragt werden können:

- Familie oder Freunde um finanzielle Unterstützung bitten.
- Im Wohnkanton ein Stipendium oder einen Ausbildungskredit beantragen.
  - [www.edk.ch](http://www.edk.ch) > Themen > Stipendien > Kantonale Stellen
- Bei einer Stiftung finanzielle Unterstützung beantragen.
  - [www.swissfoundations.ch](http://www.swissfoundations.ch)
  - [www.edi.admin.ch](http://www.edi.admin.ch) > Fachstellen: Eidgenössische Stiftungsaufsicht > Stiftungsverzeichnis

Unter folgendem Link finden Sie weitere Informationen und nützliche Links:

➤ [www.berufsberatung.ch/studienfinanzierung](http://www.berufsberatung.ch/studienfinanzierung)

Es gibt auch alternative Lösungen, um eine Ausbildung zu finanzieren:

- Entscheiden Sie sich für eine modulare Ausbildung. Sie können die Kosten aufteilen, wenn Sie ein Modul nach dem anderen absolvieren.
- Machen Sie eine E-Learning-Ausbildung. Diese ist oft weniger kostspielig.
- Fragen Sie bei Ihrem Arbeitgeber nach, ob er sich an Ihrer Ausbildung finanziell beteiligt.
- Klären Sie mit der Schule ab, ob Sie die Ausbildungskosten auch in Raten bezahlen können.
- Setzen Sie auf Freiwilligenarbeit statt auf eine Ausbildung. Ein Beispiel: Sie möchten sich in Buchhaltung ausbilden lassen? Um Kenntnisse zu erlangen und Erfahrung zu sammeln, könnten Sie den Kassenverantwortlichen eines Sportclubs oder Vereins über die Schulter schauen.



# Wenn ich arbeitslos bin ...

Den Erwerbslosen stehen verschiedene Massnahmen zur Verfügung, die ihre Arbeitsmarktfähigkeit verbessern und ihnen den Wiedereinstieg in den Arbeitsmarkt vereinfachen sollen. Dazu zählen praktische Tätigkeiten in Betrieben oder Sprach- und Informatikkurse. Grundsätzlich unterstützt die regionale Arbeitsvermittlung (RAV) Sie jedoch nicht bei einer beruflichen Neuorientierung. Wenn es Ihnen jedoch nicht mehr gelingt, im zuletzt ausgeübten Tätigkeitsbereich eine Stelle zu finden, etwa aus gesundheitlichen Gründen oder weil die bisher ausgeübte Tätigkeit auf dem Arbeits-

markt nicht mehr gefragt ist, ist es Ihnen erlaubt, eine Stelle in verwandten oder ähnlichen Berufen zu suchen.

Eine weitere Massnahme sind Einarbeitungszuschüsse (EAZ). Diese kann ein Arbeitgeber beantragen, wenn er trotz erhöhtem Einarbeitungsaufwand eine erwerbslose Person anstellt.

➤ [www.arbeit.swiss](http://www.arbeit.swiss)

## Gut zu wissen

### Ausbildungszuschüsse

Erwerbslose Personen, die mindestens 30 Jahre alt sind und über keinen Berufsabschluss verfügen oder dieser auf dem Arbeitsmarkt nicht mehr gefragt ist, können von Ausbildungszuschüssen profitieren. Diese sichern das Einkommen während einer beruflichen Grundbildung mit eidgenössisch anerkanntem Abschluss.

➤ [www.arbeit.swiss](http://www.arbeit.swiss)

# Wenn ich bei der IV angemeldet bin ...

Sie haben ein Gesuch bei der Invalidenversicherung (IV) eingereicht, weil Sie Ihren Beruf aus gesundheitlichen Gründen nicht mehr ausüben können? Bei der IV liegt die Priorität klar bei der Wiedereingliederung und nicht bei der Auszahlung einer Rente. Gemäss Gesetz

untersteht die versicherte Person einer Informations- und Zusammenarbeitspflicht.

Die IV bietet vertiefte Beratungen in den Bereichen:

- Berufsberatung (Erarbeitung einer Berufsperspektive, Follow-up usw.),
- Evaluierung von Fähigkeiten und Kenntnissen (Eignungstests, Beurteilung vor Ort usw.)
- Massnahmen zur beruflichen Wiedereingliederung (Ausbildungen, Auffrischkurse, Stellenvermittlung usw.).

Es gilt das Prinzip «einfach und angemessen»: Die angestrebte Ausbildung soll auf dem gleichen Niveau wie die erste Ausbildung liegen.

➤ [www.ahv-iv.ch](http://www.ahv-iv.ch)



# Das eigene Vorhaben anpacken und umsetzen

Die Umsetzung Ihres Vorhabens erfordert einen grossen Einsatz. Was bedeutet das konkret?

## **Sich für die Ausbildung anmelden**

Informieren Sie sich bei der Zulassungsstelle der Schule: Welche Fristen gilt es einzuhalten? Welche Dokumente müssen Sie einreichen (Kopien von Diplomen, Gleichwertigkeitsbescheinigungen, Bewerbungsmappe usw.)? Wann müssen die Studiengebühren bezahlt werden? Gewisse Schritte nehmen viel Zeit in Anspruch. Es lohnt sich, rechtzeitig damit anzufangen.

## **Sich organisieren**

Sprechen Sie mit Ihrem Umfeld darüber, wie Sie sich organisieren können und planen Sie die Gestaltung Ihres Alltags (Arbeit, Kinderbetreuung, Haushalt usw.). Erstellen Sie einen detaillierten Zeitplan für Arbeits-, Studien-, Repetitions- und Freizeit.

## **Die Motivation aufrechterhalten**

Eine neue Ausbildung verlangt einen grossen persönlichen Einsatz und Ausdauer für meistens drei Jahre oder mehr. Über diese lange Zeitspanne ist Ihre Motivation entscheidend, damit Sie zum Ziel ge-

langen. Halten Sie sich deshalb Ihre Ziele und Prioritäten vor Augen! Nehmen Sie sich auch regelmässige Zeit, um über den Stand Ihres Vorhabens nachzudenken. Falls nötig, passen Sie es an. Versuchen Sie auch bereits herauszufinden, ob nach der Neuorientierung Möglichkeiten zur Weiterentwicklung bestehen.

## **Gut zu wissen**

### **Vorsicht bei den Zulassungsbedingungen**

Erkundigen Sie sich bei der Ausbildungsinstitution über die genauen Zulassungsbedingungen und die weiteren Voraussetzungen. Teilweise werden Berufserfahrungen im entsprechenden Bereich oder ergänzende Bildungsleistungen wie Auffrischkurse in Informatik oder Mathematik, Sprachkurse oder ein Vorbereitungs-jahr bzw. Praktikum verlangt, bevor Sie die gewünschte Ausbildung starten können.



## Sandro Schaller

26, Dipl. Kaufmann  
VSH bei einem  
Motorrad- und  
Autounternehmen

### «Der Sport lehrte mich mentale Stärke»

Da sein Vater schon Motocross-Rennen fuhr, wuchs Sandro Schaller mit diesem Sport auf. «Bereits mit sieben Jahren begann ich Motocross zu fahren», erzählt er. Später brachte er es bis zum SAM Schweizer Meister (Schweizerischer Motorradfahrer-Verband). Auch beruflich war der junge

Mann ambitioniert und strebte als gelernter Maurer die Ausbildung zum Polier an.

#### Unfall und Stunde Null

Vor zwei Jahren stürzte Sandro Schaller mit seinem Motocross-Motorrad an einem Rennen und zog sich eine schwere Rückenver-

letzung zu, die zur Querschnittslähmung führte. Sein früheres Leben konnte er nicht mehr fortführen, weder beruflich noch im Sport. «Ich setzte alles auf Null. Der Spitzensport lehrte mich, mental stark zu sein. Mein Ziel war, wieder selbstständig leben zu können.»

Die REHA dauerte ein halbes Jahr. Nebst der körperlichen Rehabilitation stand auch eine berufliche Neuorientierung an. Im Paraplegikerzentrum ging Sandro Schaller wieder zur Schule: Microsoft-Office, Englisch, Mathematik und Deutsch standen auf dem Stundenplan. In der Eingliederungsberatung wurde zuerst angeschaut, wo er an seinem bisherigen Berufswissen anknüpfen könnte. «Doch als Bauzeichner oder Architekt ist man auch häufig auf der Baustelle. Das geht mit dem Rollstuhl schlecht, weshalb ich auch beruflich alles auf Null setzte.»

### **Der Sport ist eine Familie**

Nach der REHA traf sich Sandro Schaller mit einem Freund aus dem Motocross-Sport in einem Café. Dieser arbeitet in einem grossen Motorrad- und Autounternehmen mit 1000 Mitarbeitenden. Der Zufall wollte es, dass der Chef auch in diesem Café sass. «Wir kamen ins Gespräch und nach einer Stunde sagte er, dass mir in seiner Firma alle Türen offenstehen.»

Sandro Schaller absolvierte mehrere Praktika in verschiede-

nen Abteilungen der Firma und entschied, sich Richtung Marketing weiterzubilden. Sein Fundament, die Handelsschule, hat er nun abgeschlossen. Sobald die Invalidenversicherung der Finanzierung zustimmt, wird er mit der Weiterbildung im Marketing beginnen. «In der Firma fühle ich mich sehr wohl. Ich wurde als Mensch und nicht als Rollstuhlfahrer aufgenommen. Meine Bürokollegen und -kolleginnen leben alle den Töffsport und wir sind wie eine Familie.»

### **Keine Schwermut?**

«Der Motocross-Sport hat mir mehr gegeben, als mir der Unfall nehmen konnte», betont Sandro Schaller. Mein heutiges Leben ist anders, aber das heisst nicht, dass es schlechter ist. Ich fahre heute mit meinen Freunden Rennkart statt Motocross. Mit meiner Freundin gehe ich mountainbiken. Dafür habe ich ein Handbike gekauft. Ich habe den Maurerberuf geliebt, da ich immer draussen war und am Abend sah, was ich gemacht hatte. Der Bürojob hat andere coole Seiten. In den Praktika habe ich gemerkt: Das Glas ist halb voll, nicht halb leer.»

# Wie bringe ich meine Neuorientierung bei der Stellensuche erfolgreich ein?

Wenn Sie Ihren neuen Abschluss in der Tasche haben, ist es empfehlenswert, zuerst Praktika zu absolvieren, Ihr Netzwerk auszubauen und für sich selbst Werbung zu machen. Dadurch verbessern Sie Ihre Chancen bei der Stellensuche. Bedenken Sie dabei, dass Sie in Konkurrenz zu zahlreichen anderen Bewerberinnen und Bewerbern stehen, die eine gradlinigere Laufbahn haben, jünger sind, über Berufserfahrung verfügen und bereits die Karriereleiter emporgestiegen sind. Sie müssen überzeugende Argumente liefern, um sich von anderen abzuheben.

Es lohnt sich, im Bewerbungsprozess einen untypischen Lebenslauf und die Gründe für eine Neuorientierung zu erklären: Warum haben Sie diesen Weg eingeschlagen? Wie ergänzen sich Ihre vorgängigen Berufserfahrungen und Ihr aktueller Tätigkeitsbereich? So können Sie zukünftige Arbeitgeber, die aufgrund Ihrer untypischen Laufbahn etwas skeptisch sind, von sich überzeugen.

Ein ungewöhnlicher Werdegang kann für künftige Arbeitgeber auch ein Mehrwert darstellen. Selbst wenn Sie nicht über langjährige Erfahrung im Bereich verfügen, können Sie einem Unternehmen viel bringen. Ihre Pluspunkte:

- Sie verfügen über Lebenserfahrung.
- Sie können sich selber hinterfragen.
- Sie kennen Ihre Stärken und Schwächen.
- Sie sind überdurchschnittlich motiviert.
- Sie sind flexibel und sehr anpassungsfähig.
- Sie sind neugierig.
- Sie bilden sich gerne weiter und es fällt Ihnen leicht, sich neue Kenntnisse anzueignen.
- Sie verfügen über Kenntnisse in anderen Bereichen.
- Sie können relativieren und in gewissen Situationen Abstand nehmen.

## Gut zu wissen

### Lassen Sie sich nicht ausnutzen!

Berufserfahrungen in einem anderen Bereich werden von Unternehmen in Bezug auf den Lohn oft nicht honoriert. Es besteht die Gefahr, dass Sie wie ein Berufseinsteiger behandelt werden und auf der untersten Lohnstufe anfangen müssen. Dabei kommt es darauf an, wie ein Unternehmen Ihre anderen Kompetenzen bewertet. Akzeptieren Sie aber auf keinen Fall, als billige Arbeitskraft ausgenutzt zu werden. Es ist wichtig, dass Sie sich über Ihren Wert im Klaren sind.



# Die Fachfrau hat das Wort

## Gibt es den «richtigen» Moment, um sich neu zu orientieren?

Nicht wirklich. Entscheidend ist, wie gross das Bedürfnis nach Veränderung und wie hoch der Motivationsgrad ist. Eine Neuorientierung kann man in jedem Alter machen, obschon die Statistiken zeigen, dass meistens Personen um die 40 Jahre davon betroffen sind. Sie stehen in der Mitte ihrer beruflichen Laufbahn und wissen, was sie nicht mehr wollen, fragen sich aber gleichzeitig, was noch vor ihnen liegt. Es ist in jedem Fall wichtig, sich genauestens über die gewünschte Funktion und das Arbeitsumfeld zu erkundigen und die eigene Motivation zu überprüfen.

## Welche Eigenschaften braucht es, um sich neu zu orientieren?

Die Fähigkeit, sich das eigene Projekt vor Augen zu halten, indem man es mit Energie, Durchhaltenwillen und Durchsetzungskraft vorwärts treibt. Man muss anderen zuhören können, ohne sich dabei beeinflussen zu lassen und darauf achten, «gute» Ratschläge von «schlechten» zu unterscheiden. Weiter ist es wichtig, Informationen einzuholen und diese zu verarbeiten, gut organisiert zu sein



**Isabelle Flouck**, Expertin im Bereich berufliche Weiterentwicklung und Übergangsphasen ([www.ifcarriere.com](http://www.ifcarriere.com))

und über Neugierde und Risikobereitschaft zu verfügen.

## Was sind die wichtigsten Schritte, bevor man eine Neuorientierung ins Auge fasst?

Zuerst muss sich eine Person über ihre eigene Situation klar werden, indem sie ihre Werte und Zufrie-

denheit evaluiert. Ziel dabei ist es, sich selber kennenzulernen und den Ursprung möglicher Unzufriedenheiten zu erkennen. Danach versucht man herauszufinden, was man machen möchte, ohne dies bereits einem Realitätscheck zu unterziehen. Es geht darum, das Feld der Möglichkeiten zu öffnen und genau festlegen zu können, welche beruflichen Ziele man erreichen möchte. Darauf folgt das Einholen von Informationen in Bezug auf diese Ziele. Wichtig ist es, so viele Informationen wie nur möglich zu sammeln, damit man sich den Job wirklich gut vorstellen kann. Als letzter Schritt folgt die Analyse der zur Verfügung stehenden finanziellen Mittel.

### **Wo sind die Stolpersteine?**

Motivationsmangel, aber auch mangelnder Ehrgeiz, wirklich glücklich sein zu wollen. Eine Neuorientierung bedeutet, sowohl auf intellektueller wie auch emotionaler Ebene vorwärtszuschreiten – es muss auch aus dem Bauch kommen! Weitere Hürden sind ungenügende Kenntnisse und Informationen, zu wenig finanzielle Mittel sowie die Meinungen anderer Personen.

### **Woran kann einer Neuorientierung scheitern?**

Meine Erfahrung zeigt, dass zwei Drittel der Personen während des Prozesses erkennen, dass eine Neuorientierung gar nicht nötig ist und dass sie sich auch ohne radikale Veränderung beruflich verwirklichen können. Beim letzten Drittel scheitert die Neuorientierung aufgrund von finanziellen Ängsten. Dabei würde es in diesen Fällen oft ausreichen, das Vorhaben neu auszugestalten und/oder eine Ausbildung zu finden, die den zeitlichen und finanziellen Aufwand auf mehrere Module verteilt.

### **Worauf gilt es im Bewerbungsdossier zu achten?**

Im Lebenslauf muss das Datum des Abschlusses der neuen Ausbildung vermerkt sein, auch wenn man sie noch nicht beendet hat. Weiter sollten die Kenntnisse, die man im Verlauf der Ausbildung erworben hat, erwähnt werden. Im Motivations schreiben sollte man hervorheben, dass man für das Gelingen viel tun musste. Erklären Sie auch, dass Sie sich bewusst sind, welche Herausforderungen die angestrebte Stelle über das Pflichtenheft hinaus mit sich bringt. So können Sie trotz mangelnder Berufserfahrung zeigen, dass Sie wissen, was Sie erwartet.

# Weitere Informationen

- [www.berufsberatung.ch](http://www.berufsberatung.ch), für alle Fragen rund um Lehrstellen, Aus- und Weiterbildungen
- [www.berufsberatung.ch/laufbahn](http://www.berufsberatung.ch/laufbahn), Plattform zu Laufbahnfragen mit kurzen Fragebögen zur Standortbestimmung und zahlreichen Informationsseiten zu Arbeitsmarkttrends und Weiterbildungsmöglichkeiten
- [www.berufsberatung.ch/biz](http://www.berufsberatung.ch/biz), Adressen der kantonalen Berufs-, Studien- und Laufbahnberatungsstellen
- [www.sozialprofi.ch](http://www.sozialprofi.ch), Informationen zu Neuorientierungen im Sozialwesen
- [www.shop.sdbb.ch](http://www.shop.sdbb.ch), Onlineshop mit Medien zu Laufbahn, Weiterbildungen und Berufen

## Impressum

3. aktualisierte Auflage 2024  
© 2024 SDBB, Bern. Alle Rechte vorbehalten.  
ISBN 978-3-03753-251-5

### Herausgeber:

Schweizerisches Dienstleistungszentrum  
Berufsbildung | Berufs-, Studien- und Laufbahn-  
beratung SDBB  
SDBB Verlag, [www.sdbb.ch](http://www.sdbb.ch), [verlag@sdbb.ch](mailto:verlag@sdbb.ch)  
Das SDBB ist eine Institution der EDK.

**Recherche und Texte:** Fabio Ballinari, Jean-Noël Cornaz, Regula Luginbühl, SDBB

**Fachlektorat:** Isabelle Flouck, Nyon **Korrektorat:** Janos Liptak, SDBB **Übersetzung:** Yvonne Gaug, Zürich; Myriam Walther, Flims Waldhaus

**Fotos:** Thierry Parel, Genf; Viola Barberis, Claro; Walter Eggenberger, SPS Nottwil

**Grafik und Umsetzung:** Andrea Lüthi, SDBB

**Druck:** Cavelti, Gossau

### Vertrieb, Kundendienst:

SDBB Vertrieb  
Industriestrasse 1, 3052 Zollikofen  
Telefon 0848 999 001, [vertrieb@sdbb.ch](mailto:vertrieb@sdbb.ch)  
[www.shop.sdbb.ch](http://www.shop.sdbb.ch)

**Artikelnummern:** L01-3020 (Einzelexemplar),  
L01-3021 (Bund à 20 Exemplare).

Diese Broschüre gibt es auch in Französisch und Italienisch.

Wir danken allen beteiligten Personen und Firmen ganz herzlich für ihre Mitarbeit.  
Mit Unterstützung des SBFJ.

  
myclimate  
Wirkt. Nachhaltig  
Drucksache  
[myclimate.org/01-24-647157](http://myclimate.org/01-24-647157)



**Möchten Sie Ihr Tätigkeitsgebiet ändern oder müssen Sie Ihren Beruf wechseln? Möchten Sie eine Zweitausbildung in Angriff nehmen? Für eine berufliche Neuorientierung gibt es zahlreiche Gründe.**

**Woran muss man bei einer beruflichen Neuorientierung denken? Wo erhält man Informationen? Wie geht man vor? Diese Broschüre bietet Ihnen nützliche Informationen, Ratschläge und enthält Porträts von Personen, die eine Neuorientierung erfolgreich gemeistert haben. Eine Fachfrau beantwortet zudem wichtige Fragen.**