Begleiten statt entscheiden

Wie Sie Ihr Kind mit den Berufswahl-Karten unterstützen können

Die Berufswahl ist für Jugendliche eine der ersten grossen Entscheidungen, und für Eltern eine der schwierigsten Phasen des Loslassens. Sie möchten helfen, und gleichzeitig soll es die Entscheidung Ihres Kindes sein. Die Karten können dabei eine Brücke sein: Sie geben dem Gespräch ein Thema, ohne dass jemand Druck machen muss.

Was das Set ist

40 Karten mit Bild, Stichwort, einem kurzen Impuls und Fragen. Die Farben ordnen die Karten sechs Phasen der Berufswahl zu: sich selbst kennenlernen (Gelb), Berufswelt erkunden (Apricot), schnuppern und Realität prüfen (Lachs), entscheiden und bewerben (Rosé), mit Absagen und Druck umgehen (Lavendel), Erfolge sichern und weitergehen (Himmelblau).

So können Sie die Karten nutzen

- **Am Küchentisch:** Ihr Kind wählt eine Karte, Sie lesen die Fragen gemeinsam. Sie fragen, Ihr Kind antwortet. Es darf auch umgekehrt sein: Wie war das bei Ihrer eigenen Berufswahl?
- **Karte der Woche:** Wenn Ihr Kind in der Schule mit der Karte der Woche arbeitet, fragen Sie am Wochenende danach. Nicht nach dem Ergebnis, sondern nach dem Gedanken.
- **Nach einer Absage:** Greifen Sie zu den lavendelfarbenen Karten, etwa «Neue Route», «Trost» oder «Neubeginn». Eine Absage ist eine Rückmeldung, kein Urteil.
- **Vor dem Schnuppern:** «Mut», «Neugier» oder «Test & Learn» helfen, Erwartungen und Ängste auszusprechen.
- **Beim Entscheiden:** «Klarheit», «Ziel» und «Innere Stimme» laden ein, das eigene Bauchgefühl ernst zu nehmen.

> **Von Hand schreiben:** Ermutigen Sie Ihr Kind dazu, die Antworten handschriftlich festzuhalten. Was von Hand geschrieben wird, verarbeitet das Gehirn tiefer und behält es länger. Für die persönliche Entwicklung macht das einen Unterschied. Und eine Karte in der Hand oder auf dem Tisch fördert Gespräch und Beziehung auf eine Art, die ein Bildschirm nicht leistet. Dafür steht auch meine Firma: relation at work. Digital funktioniert natürlich auch. (Eine digitale Variante für unterwegs ist in Planung.)

Fünf Fragen, die Türen öffnen

1. Was hat dich an dieser Karte angesprochen?
2. Was ist dir bei der Berufswahl wirklich wichtig?
3. Was hast du schon herausgefunden, das dir vorher nicht klar war?
4. Was wäre ein nächster kleiner Schritt?
5. Was brauchst du von uns, und was lieber nicht?

Eine Haltung, die trägt

- **Fragen statt Ratschläge.** Jugendliche hören Ratschläge oft als Zweifel an ihnen. Eine Frage sagt: Ich traue dir das zu.
- **Interesse statt Kontrolle.** Fragen Sie nach Erlebnissen, nicht nach dem Stand der Bewerbungen.
- **Eigene Wünsche benennen, nicht übertragen.** Es ist in Ordnung zu sagen, was Sie sich wünschen. Die Entscheidung bleibt bei Ihrem Kind.
- **Druck rausnehmen.** Der Weg darf Umwege haben. Viele erfolgreiche Berufsleute haben nicht mit ihrem ersten Wunschberuf begonnen.
- **Still aushalten.** Wenn Ihr Kind nicht reden will, legen Sie die Karte hin und lassen sie liegen. Oft kommt das Gespräch später von allein.

> **Tipp:** Erzählen Sie von eigenen Absagen und Umwegen. Nichts entlastet Jugendliche mehr als zu wissen, dass auch Erwachsene nicht geradlinig unterwegs waren.

Wann Unterstützung von aussen hilft

Wenn Ihr Kind über längere Zeit blockiert wirkt, sich zurückzieht oder die Gespräche zu Hause immer im Streit enden, holen Sie sich Unterstützung: bei der Klassenlehrperson, bei der Berufsberatung (BIZ) Ihres Kantons oder bei einem Coaching. Das ist kein Scheitern, sondern ein Zeichen, dass Sie Ihr Kind ernst nehmen.

Yvonne Stadler · relation at work – Next Level Erfolg · yvonne.stadler@relation-at-work.ch · +41 79 383 70 10 · www.relation-at-work.ch
© 2026 Yvonne Stadler, relation at work GmbH. Für den persönlichen Gebrauch mit dem Kartenset. Weitergabe und Vervielfältigung nur mit Zustimmung.