

Welchen Beruf will ich? Was will ich studieren? Schwierigkeiten, Fallen und hilfreiche Strategien auf dem Weg in die berufliche Zukunft

Dr. Stefan Hölscher

Die Schule ist (fast) geschafft: nach so vielen Jahren endlich die Möglichkeit, Deinen eigenen Weg zu bestimmen und Dein eigenes Ding zu machen. Vielleicht fällt mit dem Ende der Schulzeit eine Last von Dir ab; vielleicht bist Du auch (ganz) gerne zur Schule gegangen, aber Du denkst: „Nun, ist es auch gut. Dieses Kapitel ist jetzt vorbei.“ Ein ganz neues beginnt, eines das Du stark selbst gestalten kannst. Ein Gefühl großer Freiheit stellt sich vielleicht bei Dir ein; eine Freude und Neugier in Bezug auf das, was nun kommt und was Du nun alles weiter tun und erleben kannst. Du spürst einen großen Raum von Möglichkeiten. Das fühlt sich gut an. Vielleicht empfindest Du die damit verbundenen Weichenstellungen und Entscheidungen zugleich aber auch als ganz schön schwierig, als Unklarheit, als Belastung, der Du Dich gar nicht ganz gewachsen siehst. Was willst Du tun? Welches Studium oder welche Ausbildung willst Du machen? Welchen Beruf willst Du ansteuern? Dies sind Fragen, die einen ganz schön beschäftigen, auf Trapp halten und manchmal auch sich im Kreise drehen lassen können. Fragen, die durchaus auch das Kaliber haben, Stress auslösen zu können, sodass sich zu dem Gefühl von Freiheit zugleich das von Unsicherheit und Druck hinzugesellen kann.

Falls es Dir so oder ähnlich geht, kann ich Dir sagen: Du befindest Dich in bester und größter Gesellschaft. Und das ist kein Wunder: denn die Entscheidungen, um die es hier geht, sind von großer Tragweite; sie sind verbunden mit Folgen, von denen Du viele auch bei noch so langem Überlegen und Recherchieren gar nicht absehen kannst, und sie basieren in den meisten Fällen auf einer Grundlage, die viel stärker durch vage Vorstellungskraft und Phantasie als durch eigene Erfahrungen bestimmt ist. Warum? Weil Du Erfahrungen über Studien- und Berufsfelder ja nur in sehr eingeschränktem Maße haben kannst, solange Du Dich nicht selbst in diesen Feldern längere Zeit bewegt hast. Die Crux liegt also in der Natur der Sache. Und sie wird zumindest durch zwei weitere Faktoren heutzutage noch deutlich zugespitzt:

- **Die Arbeitswelt verändert sich rapide**, ganz besonders durch Digitalisierung, Automatisierung, künstliche Intelligenz und die damit verbundenen radikalen Änderungen für ganze Berufsfelder.
- Es gibt **ein Meer an Möglichkeiten** für Qualifizierungs- und Studienwege. So gibt es allein in Deutschland mittlerweile fast 20.000 verschiedene Studiengänge.

Wer glaubt, diese Fülle und Komplexität noch durchschauen zu können – zumal sich Bedingungen, Verhältnisse, Angebote und deren Wechselspiel ständig weiter verändern?

Hinzu kommen klassische Denk- und Handlungsfallen, in die man tappen kann, wenn es um Entscheidungen für Ausbildungs- und Berufswege geht. Als da wären:

- **Bequemlichkeit**

Man ist zu bequem, nennenswert über den Tellerrand des schon lange Gedachten und Bekannten hinauszuschauen und andere Perspektiven, Möglichkeiten, Angebote etc. zu erkunden; denn das ist in jedem Fall mit Zeitaufwand und Anstrengung verbunden.

- **Kurzfristiges Denken**

Man schaut auf den schnellen Erfolg, den schnell zu machenden Euro, den möglichst leicht zu schaffenden nächsten Schritt etc. und übersieht dabei die langfristigen ‚Kosten‘ dieser Entscheidung, dass man sich dadurch zum Beispiel weitergehende Möglichkeiten, Berufs- und Entwicklungschancen erschwert oder sogar ganz verbaut.

- **Fixierung auf Schulnoten**

Auf Schulnoten kann man sowohl in der Weise fixiert sein, dass man denkt, weil man besonders gute Schulabschlussnoten habe, müsse man allein deshalb einen bestimmten Weg einschlagen, z.B. Medizin studieren, obwohl einen das Fach womöglich nur mäßig interessiert. Fixiert auf Noten kann man aber auch in der Weise sein, dass man, weil zum Beispiel der Notenschnitt dem Numerus Clausus so gar nicht entspricht, seinen Traumberuf und das damit verbundene Traumstudium abschreibt, statt nach Möglichkeiten zu fahnden, wie und wo man diesen Weg doch realistisch einschlagen kann.

- **Fixierung auf Geld**

Man entscheidet sich für einen Weg, weil man glaubt, auf diese Weise wohlhabend oder reich zu werden, obwohl man kein besonderes ‚Herzblut‘ dabei spürt. Was man dabei übersieht: dass einem auch noch so viel Geld nicht glücklich macht, wenn man das, was man den lieben langen Tag über tut, nicht wirklich mag und als sinnvoll erlebt.

- **Die Konfusion von Mögen und Können**

Hier gibt es zwei Varianten: Man denkt, allein schon deshalb, weil man eine Tätigkeit sehr mag, besitzt oder bekommt man auch die dafür nötigen Kompetenzen. Dies setzt aber so etwas wie eine zumindest hinreichende

Grundbegabung für das entsprechende Tätigkeitsfeld voraus. Wenn man die hat, kann man seine Kompetenzen entsprechend weiterentwickeln. Wenn sie fehlt, hilft auch die größte Begeisterung nicht, um auf einem solchen Weg beruflich wettbewerbsfähig zu sein. Die andere Variante dieser Konfusion besteht in dem Irrglauben, dass man, weil man etwas gut kann, denkt, dass man damit gekoppelte Ausbildungs- und Berufsaktivitäten auch allein deshalb mögen werde. Natürlich sind es oft die gleichen Dinge, die man gut kann und auch gern macht. Die Kopplung von ausgeprägtem Können und ausgeprägtem Mögen ist aber definitiv kein Naturgesetz, weder in die eine noch in die andere Richtung.

- **Identifikation mit den Wünschen anderer**

Man schlägt einen Weg ein, den andere – oft in dem Fall die Eltern – für einen vorherbestimmt haben und mit dem man sich zumeist eher unbewusst identifiziert hat, obwohl es eigentlich nicht der eigene Weg wäre, was man aber erst viel später merkt, wenn immer unabweisbarer wird, dass man auf diesem Weg weder glücklich noch erfolgreich, dafür vielleicht aber sogar krank wird. In meinem im C.H. Beck Verlag erschienenen Ratgeber Weil ich weiß, was ich will habe ich diese nach meiner Erfahrung gar nicht so selten zuschlagende Falle als „Kuckucksei-Identifikation“ näher beschrieben. [\[Link zur Amazon Seite von Weil ich weiß, was ich will: https://www.amazon.de/Weil-ich-wei%C3%9F-will-Lebensleitlinien/dp/3406701787/ref=tmm_pap_title_0?_encoding=UTF8&qid=&sr=\]](https://www.amazon.de/Weil-ich-wei%C3%9F-will-Lebensleitlinien/dp/3406701787/ref=tmm_pap_title_0?_encoding=UTF8&qid=&sr=)

- **Blockierende Grundannahmen**

Dies sind Annahmen, die aus welchen Gründen auch immer, in einer Person verwurzelt sind, die den Denk-, Entscheidungs- und Handlungsspielraum unnötig und kontraproduktiv verengen. So habe ich, der Verfasser dieser Zeilen, als ich zu Zeiten meines Schulabschlusses überlegt habe, was ich studieren sollte, mir gesagt, dass ich auf jeden Fall nur eine ‚richtige‘ Wissenschaft studieren wolle. Psychologie hatte mich dabei zwar schon von jeher interessiert, nach meinem damaligen Denken erfüllte sie dieses Kriterium aber nicht, da ich das Fach weder als ‚richtige‘ Natur- noch als ‚richtige‘ Geisteswissenschaft wahrnehmen konnte. Dass die krude Unterteilung in ‚richtige‘ und ‚unrichtige‘ Wissenschaften weder angemessen noch hilfreich ist, habe ich erst einige Jahre später nach dem Umweg über einige Semester Jura und ein Studium der Philosophie und Literaturwissenschaft bemerkt, nach dem ich mich dann doch – zu guter Letzt – für das für mich am besten passende Fach, nunmehr im Zweitstudium entschieden hatte: Psychologie.

Blockierende Annahmen können sehr unterschiedlich aussehen. Sie haben zumeist etwas mit der eigenen Persönlichkeit, Entwicklung und Biographie zu tun. Eine gar nicht selten vorkommende Annahme ist etwa die, dass genau eine und nur eine richtige berufliche Möglichkeit für einen existiere. Die meint man dann finden zu müssen und begibt sich auf eine Suche, mit der man sich potenziell Jahre oder Jahrzehnte beschäftigen kann. Klar ist dabei tatsächlich: Es gibt Leute, die quasi schon immer wussten, wozu sie sich berufen fühlen und dies, wie es auch von außen ganz evident erscheint, sind. Hierbei handelt es sich allerdings um eine absolute Minderheit. Für die allermeisten Menschen gilt: es gibt für sie mehrere sehr gute Möglichkeiten und keinesfalls nur ‚die eine einzige richtige‘.

Die Liste der beim Entscheidungsprozess über Ausbildungs- und Studienwege vorkommenden Denk- und Handlungsfallen könnte man noch lange fortsetzen. Es gibt wahrlich viele davon. Was aber kann man nun umgekehrt tun, um die eigene Entscheidung auf eine möglichst gute Grundlage zu stellen? Hier sind einige Strategien wirklich empfehlenswert, vor allem, wenn Du sie miteinander kombinierst:

1. Selbstkenntnis weiterentwickeln

Welche Begabungen hast Du besonders ausgeprägt: sprachliche, mathematische, soziale, manuelle, handwerkliche, kreative, sportliche ...? Welche besonderen Fähigkeiten hast Du? Kannst Du zum Beispiel besonders gut zuhören, kannst Du systematisch analysieren, kannst Du Dich gut in die Situation anderer Leute einfühlen, kannst Du gut organisieren und auch komplexere Aufgaben Schritt für Schritt zuverlässig erledigen ...? Was tust Du besonders gerne, so gerne, dass Du vielleicht die Zeit dabei ganz vergisst und in eine Art Flow kommst? Was motiviert Dich besonders: Sicherheit, Anerkennung, Leistung, Geld, Kontrolle, Abenteuer, Wissen, von anderen gebraucht zu werden? Wie lassen sich Deine wichtigsten Persönlichkeitsmerkmale beschreiben? Bist Du, wenn wir es in einem der bekanntesten Persönlichkeitsmodelle, den sogenannten Big Five formulieren, eher extro- oder introvertiert, eher gewissenhaft oder spontan, eher verträglich oder eigensinnig, eher emotional stabil oder sensibel, eher offen für neue Erfahrungen oder an Beständigkeit orientiert?

Je besser Du Dich kennst, je klarer, differenzierter und realistischer Dein Bild von dem ist, was Dich ausmacht, umso besser ist Deine Grundlage, passende Weichenstellungen für Deine Zukunft vorzunehmen. Zur Selbstkenntnis gehört dabei immer auch zu wissen, was man nicht gut kann, womit man sich notorisch schwertut, was einen nicht interessiert, wie man selbst gerade nicht tickt.

Alles, was Dir hilft, Dich noch besser selbst kennenzulernen, ist prinzipiell nützlich: die Lektüre entsprechender Bücher (z.B. zu den Big Five Persönlichkeits-Merkmalen), Feedback von Lehrer*innen, Freund*innen und Familienmitgliedern, wie sie Dich wahrnehmen, Reflexionen oder Gespräche, die Du führst etc.

2. Lebensleitlinien bestimmen

Deine Lebensleitlinien zu bestimmen, bedeutet, Dir darüber mehr Klarheit zu verschaffen, welche Grundwerte und Orientierungen Dir in den zentralen Bereichen Deines Lebens wesentlich sind. Dabei solltest Du so auf unterschiedliche Felder schauen wie Arbeit und Ausbildung, soziale Beziehungen, Deinen Körper (wozu insbesondere Bewegung, Ruhe und Entspannung, Ernährung und Sexualität gehören) und Tätigkeiten, die Dir darüber hinaus besonders wichtig sind, zum Beispiel Musikmachen oder soziales, politisches, ökologisches oder kirchliches Engagement etc. [\[Link zu meinem Blogbeitrag „Lebensleitlinien“: https://metrionconsulting.de/inhalte/blog/lebensleitlinien-als-wegweiser-unserer-lebensfuehrung/\]](https://metrionconsulting.de/inhalte/blog/lebensleitlinien-als-wegweiser-unserer-lebensfuehrung/)

Bei der Bestimmung Deiner Lebensleitlinien schaust Du auf Deine langfristigen Orientierungen, die Du umso besser vornehmen kannst, je besser Du Dich selbst kennst. Die Weiterentwicklung Deiner Selbstkenntnis ist also im Grunde eine Voraussetzung dafür, dass Du Deine Lebensleitlinien klarer zu bestimmen vermagst. Umgekehrt hilft Dir diese Bestimmung aber natürlich auch, Dich selbst noch besser kennenzulernen. Es gibt zahlreiche Bücher, die Du nutzen kannst, um Deine langfristigen Wertorientierungen vor allem auch in ihrem Zusammenspiel besser zu klären, zum Beispiel der schon erwähnte Ratgeber Weil ich weiß, was ich will. Mit Lebensleitlinien klar auf Kurs. Aber natürlich kannst Du Dir dazu auch selbst Gedanken machen, mit für solche Gespräche geeigneten und Dir vertrauten Menschen aus Deinem Umfeld reden und all solche Dinge auch miteinander kombinieren.

3. Möglichkeiten recherchieren

Um möglichst sinnvolle Entscheidungen in Hinblick auf Deine Zukunft zu treffen, solltest Du Dich möglichst gut selbst kennen. Gleichzeitig musst Du aber natürlich auch wissen, was überhaupt geht, was es für Möglichkeiten gibt, um dann bestimmen zu können, welche dieser Möglichkeiten wohl besonders gut zu Dir und Deinen Begabungen, Fähigkeiten Interessen, Motivationslagen etc. passen. Dabei kann es nicht ernsthaft darum gehen, alle Möglichkeiten, zum Beispiel alle knapp 20.000 Studiengänge, die es gegenwärtig allein in Deutschland gibt und dann vielleicht noch alle

Möglichkeiten im Ausland, im Einzelnen zu kennen. Diese Kenntnis hat niemand und man braucht sie auch glücklicherweise nicht, um gute Entscheidungen für die eigene Zukunftsgestaltung treffen zu können.

Was Du allerdings schon haben solltest, ist ein möglichst realistischer Überblick über grundsätzlich mögliche Richtungen und Wege für Dich. Du solltest gleichsam eine Landkarte mit den großen Straßen haben und für die Gegenden, die Dich besonders interessieren, solltest Du Dir auch einige kleinere anschauen, ohne gleich jeden Fußweg ablaufen zu müssen.

Möglichkeiten, Dir in dieser Weise eine vernünftige Grobübersicht zu verschaffen, gibt es zu Hauf. Viele davon im Internet, zum Beispiel die Seiten www.berufenet.arbeitsagentur.de, wenn Du Dich erst einmal über alle möglichen Berufs- und Ausbildungsoptionen informieren möchtest, die Seiten <https://www.studycheck.de/> und <https://www.hochschulkompass.de/home.html>, wenn Du Dich über verschiedene Studienrichtungen und Studiengänge kundig machen möchtest oder die Seiten www.ihk.de und www.handwerkskammer.de, wenn Du Dich zu Ausbildungs- oder speziell auch handwerklichen Berufen orientieren möchtest. Nimm Dir etwas Zeit dafür, Dir solche Sachen nach und nach ‚zu Gemüte zu führen‘ und Du wirst merken, dass Dein Bild darüber, was für Dich richtig ist, klarer und fundierter wird.

4. Experten-Interviews führen

Wenn Du, sagen wir mal, ein, zwei oder drei mögliche Berufsfelder als für Dich ernsthaft infrage kommend näher anvisiert hast, dann gibt es eine ganz hervorragende Strategie, wichtige Einblicke in diese Felder zu bekommen, die Dir so weder das Internet noch irgendein Buch oder Artikel vermitteln kann: Gespräche mit Leuten, die genau diese Dinge berufsmäßig tun, also Gespräche mit Experten und Expertinnen. Wie Du an die herankommst? – Ganz einfach: Du darfst hier alle mehr oder weniger direkten Verbindungen nutzen, die Du, Deine Familie oder Deine Freund*innen haben, um Dir Gespräche mit für Deine anvisierten Berufsfelder relevanten Profis zu ermöglichen. Die meisten Leute sind sogar gerne dazu bereit, solche Auskünfte über ihr Arbeitsfeld zu geben, wenn sie den Eindruck haben, dass ihr Gegenüber ein substantielles Interesse daran hat, von ihnen mehr darüber zu erfahren und irgendeine persönliche Beziehungsbrücke hier den Kontakt geebnet hat. Schau unbedingt nach solchen Gelegenheiten, es sei denn, Du bist Dir Deiner Sache jetzt schon absolut sicher; dann brauchst Du sie nicht. Sonst sind sie Gold wert.

5. In die Praxis reinschnuppern

Mit Profis, die das, was Du Dir vorstellen könntest, später mal zu tun, schon eine ganze Weile lang machen, zu reden, ist eine Sache. In deren Alltag ein wenig einzutauchen, ist eine andere. Und beides ist überaus sinnvoll. Es muss nicht immer gleich ein monatelanges Praktikum sein, obwohl das natürlich äußerst nützlich sein kann. Auch schon kleine Ausflüge in die Praxis eines Berufsfelds helfen Dir jedoch, eine konkretere Vorstellung davon zu bekommen, was Menschen in diesem Feld so tun, was sie beschäftigt, wie ihr Alltag aussieht, welche Herausforderungen oder Probleme ihnen begegnen können und mit welchen anderen Personen oder Organisationen sie zu tun haben. Natürlich erlebst Du, wenn Du zum Beispiel nur ein oder zwei Wochen in einem Betrieb ein Praktikum machst, nur einen ganz kleinen, nicht repräsentativen Ausschnitt aus einem vermutlich in nahezu jedem Fall komplexen und vielgestaltigen Berufsfeld. Auch ein kleiner Life-Eindruck ist aber besser als keiner. Denn falls Du nicht gerade einen Beruf ergreifen möchtest, der in Deiner bisherigen Erfahrungswelt schon sehr präsent für Dich war, wie zum Beispiel die Schule und Du möchtest Lehrer/in werden oder das Studium eines Musikinstruments, das Du schon viele, viele Jahre intensiv spielst, dann darfst Du getrost davon ausgehen, dass sehr viele Deiner Vorstellungen zu diesem Feld einerseits sehr abstrakt und andererseits mehr von Phantasie (oder etwa Filmgeschichten) als von Berufsrealität getragen sind. Das ist dann aber bei Lichte betrachtet eine ziemlich fragwürdige Entscheidungsgrundlage, wenn es um Deine berufliche Zukunft geht.

6. Potenziale und Passungen systematisch klären

Alle bisher skizzierten Strategien dienen dazu, Dir zu helfen, besser zu erkennen, wie das, was Du persönlich mitbringst und willst, zu bestimmten Ausbildungs-, Studiums- und Berufspfaden passt. Wenn Du nun noch etwas systematischer auf die Frage schauen willst, welche Potenziale Du besitzt und was angesichts dieser Potenziale für Dich die besten Möglichkeiten sind, dann gibt es auch dafür unterschiedliche Wege. Einer ist etwa, dass Du für Dich intensiv ein entsprechendes Buch durcharbeitest, wie etwa: Was ist mein Ding. Der Weg zum Traumjob von Anja Worm. Ein anderer könnte darin bestehen, dass Du für Dich – gerne mit Hilfe Deiner Eltern, Verwandten, Freund*innen ... – einen gut ausbalancierten Mix aus den Strategien 1-5 planvoll herstellst.

Eine weitere Möglichkeit, möglichst genau auf Dich, Deine besonderen Potenziale und sich daraus ergebende Berufspfade zu schauen, liegt schließlich darin, dass Du eine systematische Potenzialberatung mit einem psychologisch entsprechend qualifizierten Sparringspartner vornimmst. Und auch dafür gibt es wiederum verschiedene Optionen, angefangen von den eher allgemeinen Angeboten, die die Arbeitsagenturen in ihrem Programm

haben bis hin zur umfassenden individuellen Potenzialberatung, die Du für Dich ganz persönlich in einem der Institute, die solche Beratungen anbieten, so wie etwa Metrion Management Consulting mit der Angebotspalette MP4Y (<https://metrionconsulting.de/mp4y/>), wahrnimmst.

Mehr als sinnvoll ist es in jedem Fall, dass Du mehrere der genannten Reflexions-, Recherche-, Erkundungs-, Feedback- und Klärungsstrategien parallel nutzt. Die Entscheidung über Deine Zukunft ist zu wichtig, als dass sie auf tönernen Füßen stehen sollte. Und auch wenn es grundsätzlich nicht ausgeschlossen werden kann, schon allein deswegen, weil auch Du Dich immer weiter veränderst, dass egal, wie gut Dir Deine Entscheidung schließlich erscheint, Du nach einer Weile merken könntest, dass der eingeschlagene Weg doch nicht der beste für Dich war: Sicher ist, dass eine möglichst viele relevanten Gesichtspunkte berücksichtigende Weichenstellung in Hinblick auf Deine Zukunftsgestaltung eine deutlich größere Wahrscheinlichkeit mit sich bringt, Dich auch langfristig in dem, was Du tust, zufrieden und erfolgreich zu machen, als jede Form von Schmalspur-, Schnellschuss- oder Tunnelblickentscheidung.

Wahrscheinlich lebst auch Du nur einmal. Daher ist es gut, wenn Du dieses eine Leben möglichst kraftvoll und passgenau in Bezug darauf, was Dich ausmacht und was Dir wichtig ist, selbst gestaltest. Ganz besonders, wenn es dabei um so langfristig folgenreiche Fragen wie die von Ausbildung und Beruf geht. In diesem Sinne wünsche ich Dir, dass Du Schritt für Schritt einen für Dich möglichst gut passenden Berufsweg findest, ihn mit Drive weiterverfolgst und Dich dabei mit Deinem einzigartigen Potenzial mehr und mehr entwickelst.