

## Arbeitsblatt: Studienwahlorientierung

Das Arbeitsblatt soll unterstützen, eigene Vorstellungen zu verdeutlichen, Folgen ihrer Umsetzung abzuwägen sowie fehlende Informationen und nächste Schritte für die Entscheidungsfindung zu erkennen. Sie können die Fragen einzeln oder als Abfolge beantworten und zusätzlich die ausgewählten Informationen und Reflexionsfragen verwenden. Das Arbeitsblatt kann als Vorbereitung oder Ergänzung einer persönlichen Studienberatung verwendet werden.

Fragen	Informationen, Reflexionsfragen und Notizen
<p><b>1a) Welche Themen interessieren mich?</b></p>	<p><b>Informationen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Um zu einer Entscheidung für bestimmte Studiengänge zu finden, kann es hilfreich sein, erst einmal zu sammeln, was uns alles interessiert. Daraus können sich Gewichtungen, übergeordnete Themen und neue Bereiche ergeben, die unsere Studienwahl präzisieren.</li> </ul> <p><b>Reflexionsfragen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Über welche Themen spreche ich gerne mit meinen Freunden?</li> <li><input type="checkbox"/> Auf welchen Seiten surfe ich im Internet, wonach suche ich? Interessieren mich bestimmte Social-Network-Gruppen, Blogs, Podcasts oder Online-Magazine?</li> <li><input type="checkbox"/> Welche Schulfächer mochte ich gerne, welche hätte ich gerne gehabt?</li> <li><input type="checkbox"/> Was mache ich in meiner Freizeit? Über was aus dem Bereich möchte ich mehr wissen?</li> <li><input type="checkbox"/> Welche Bücher habe ich in meinem Regal stehen, welche interessieren mich bei Anderen? Über welche Themen lese ich gerne in einer Zeitung, Bibliothek, Buchhandlung oder im Wartezimmer?</li> <li><input type="checkbox"/> Was in meinen Räumen hat eine wichtige Bedeutung für mich?</li> <li><input type="checkbox"/> Über welches Thema würde ich mich gerne eine Stunde lang unterhalten?</li> <li><input type="checkbox"/> Welche Themen haben mich früher (schon einmal) interessiert?</li> <li><input type="checkbox"/> Welche Fragen habe ich? Welche Probleme will ich lösen? Welche Ideen verwirklichen?</li> <li><input type="checkbox"/> Welche Themen möchte ich gerne durch mein Studium vertiefen, mit welchen neuen möchte ich mich beschäftigen? Worüber will ich mehr wissen und lernen?</li> <li><input type="checkbox"/> Welchen Themen möchte ich im Beruf begegnen? Welches Berufsfeld zieht mich an?</li> <li><input type="checkbox"/> Wenn schon bestimmte Studienfächer in der engeren Auswahl sind: Was an ihnen interessiert mich besonders?</li> <li><input type="checkbox"/> Beziehen sich die gefundenen Themen eher auf Ideen/Informationen, Menschen oder Gegenstände? Berühren sie Bereiche, die auch interessant sein könnten? Zeigen sie auf übergeordnete Interessen?</li> </ul>
<p><b>Meine Notizen:</b></p>	

<p><b>1b) Was möchte ich gerne tun? Welche Fähigkeiten möchte ich entwickeln und einsetzen?</b></p>	<p><b>Informationen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Was wir gut können, wissen wir oft selbst nicht – einfach weil wir uns nicht anstrengen müssen, es zu tun. Es ist „normal“ für uns! Deswegen kann es hilfreich sein, Andere zu fragen, was wir gut können.</li> <li>• Fähigkeiten können eingeteilt werden in: zwischenmenschliche, geistige und körperliche. Es kann sein, dass wir in Bereichen Schwerpunkte haben oder alle drei als ausgeglichen wahrnehmen.</li> <li>• Unsere Eigenschaften („wie wir sind“) beeinflussen, wie wir unsere Fähigkeiten und Fertigkeiten („was wir können“) in die Tat umsetzen.</li> <li>• Es ist sinnvoll, auf unsere „übertragbaren“ Fähigkeiten zu achten: auf solche, die wir in unterschiedlichen Zusammenhängen anwenden können. Wer beim Sport ein guter Teamplayer ist, ist dies möglicherweise auch bei der Arbeit.</li> <li>• Ein Studiengang kann unterstützen, unsere Fähigkeiten und Fertigkeiten auszubilden. Studium und Beruf sollten die Fähigkeiten und Tätigkeiten beinhalten, die wir gerne anwenden wollen und können.</li> <li>• Bestimmte im Studium gefragte Fähigkeiten können wir über den Studifinder (s.u.) testen und vergleichen, inwiefern wir die Wünsche der Hochschulen für die erste Studienphase einzelner Studiengänge in NRW erfüllen.</li> </ul>
	<p><b>Reflexionsfragen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Was tue ich gern? Was fällt mir leicht? Worin bin ich gut? Was liegt mir gar nicht?</li> <li><input type="checkbox"/> Welche Fähigkeiten und Eigenschaften habe ich bereits bei mir erlebt (in der Familie, Schule, Freizeit, bei Arbeitsprojekten)?</li> <li><input type="checkbox"/> Was denken Andere/was habe ich schon mal gehört, das ich gut kann? Was zeichnet mich aus?</li> <li><input type="checkbox"/> Welche Fähigkeiten, Fertigkeiten und Tätigkeiten möchte ich gerne in meinem Studium und meinem späteren Beruf lernen und ausüben? Welche Fähigkeiten und Eigenschaften brauche ich als Voraussetzung dafür?</li> </ul>
<p><b>Meine Notizen:</b></p>	

<p><b>1c) Welche Berufe und Berufsfelder interessieren mich?</b></p>	<p><b>Informationen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Auch im Beruf und in den Berufsfeldern beschäftigen wir uns mit bestimmten Themen – manche kommen bereits im Studium vor, andere sind vollkommen neu.</li> <li>• Es gibt eine sehr große Vielfalt an beruflichen Tätigkeiten, deswegen kann es hilfreich sein, über interessante Themenbereiche oder Stichwörter nach Berufen zu suchen und welche Zugangsvoraussetzungen, Tätigkeiten und Perspektiven diese haben bzw. beinhalten können (s. z.B. <a href="http://berufenet.arbeitsagentur.de">berufenet.arbeitsagentur.de</a>).</li> <li>• Falls wir noch keinen Berufswunsch identifizieren können: durch das Studium selbst und die Auseinandersetzung mit Ideen, Menschen und eigenen praktischen Tätigkeiten werden einem berufliche Möglichkeiten deutlicher.</li> <li>• Berufsvorstellungen, -kenntnisse und -wünsche unseres Umfelds (Eltern, Verwandte, Freunde) können unsere Studien- und Berufswahl positiv beeinflussen, die „soziale Erwünschtheit“ unserer möglichen Wahl kann aber auch einschränkend wirken („Bei welcher Wahl würde mein Umfeld unerwünscht reagieren?“).</li> </ul>
	<p><b>Reflexionsfragen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Gibt es berufliche Tätigkeiten, die mich besonders ansprechen? Was fasziniert mich genau an diesem Tätigkeitsbereich? Was kann ich bereits ausschließen?</li> <li><input type="checkbox"/> In welchem Berufsfeld möchte ich gerne arbeiten? Habe ich ein bestimmtes Berufsziel?</li> <li><input type="checkbox"/> Habe ich schon Praktika gemacht? Was hat mir daran gut gefallen?</li> <li><input type="checkbox"/> Wessen Job hätte ich gerne? Was daran fasziniert mich? Was noch? Habe ich ein berufliches Vorbild („Ich will so werden wie...“)?</li> <li><input type="checkbox"/> Welche interessanten Berufe finde ich in den anvisierten Berufs- und Tätigkeitsfeldern oder anhand von Stichwörtern noch (s. z.B. <a href="http://berufenet.arbeitsagentur.de">berufenet.arbeitsagentur.de</a>)?</li> <li><input type="checkbox"/> Was würde für mich Erfolg im Beruf bedeuten – was ist mir wichtig für mein Berufsleben?</li> <li><input type="checkbox"/> Wie will ich später arbeiten? Wo? Für wen möchte ich arbeiten? Ein größeres Unternehmen, selbstständig, im öffentlichen Dienst...? In welcher Position? Wie groß ist mein Team? Mit wem möchte ich arbeiten? An welchem Thema? Was ist das „Produkt“? Wer ist der Käufer/Empfänger? usw.</li> <li><input type="checkbox"/> Wie viel Verantwortung will ich übernehmen und wofür? Interessiert mich eher eine Fachexperten- oder eine Führungslaufbahn (oder beides)?</li> <li><input type="checkbox"/> Was würde ich arbeiten, wenn ich fünf Millionen Euro hätte?</li> </ul>
<p><b>Meine Notizen:</b></p>	

<p><b>1d) Welche Ziele soll mein Studium erfüllen?</b></p>	<p><b>Informationen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Neben interessanten Themen, Fähigkeiten und Tätigkeiten können weitere Kriterien und Werte wichtig sein, die unsere Studien- und Berufswünsche beeinflussen, wie: Verdienstmöglichkeiten, Bedarf des Arbeitsmarkts, Anerkennung, unser Sicherheitsbedürfnis, Entwicklungsmöglichkeiten, Herausforderung, Verwirklichung eigener Interessen, Zuwachs an Freiheiten und Einfluss, Lebensträume, Vorstellungen vom Familien- und Zusammenleben, Vereinbarkeit von Beruf und Privatleben, Lebensstil, familiäre Traditionen, Erwartungen des Umfeldes, Schönheit, Sinn, Helfen Können, Pflichterfüllung, Gerechtigkeit, Transparenz, Gesundheit, Nachhaltigkeit, Bedingungen des Studiums (s. Tipps).</li> <li>• Manche unserer Ziele kennen wir sehr genau, bei anderen haben wir nur eine vage Ahnung. Es kann etwas Zeit brauchen, sie näher kennenzulernen und präziser zu fassen.</li> <li>• Ziele sind uns unterschiedlich wichtig und können sich widersprechen. Untergeordnete (hohes Einkommen) können übergeordnete (Anerkennung von außen) erreichen helfen.</li> <li>• Wo wir fünf Jahre nach dem Studium tatsächlich stehen, kann wohl keiner sagen: die Reflexionsfragen sollen anregen, Wichtiges zu erkennen. Wir können uns vorbereiten, zu wissen, was wir später gerne tun wollen, indem wir uns orientieren. Unsere Ziele (und beruflichen Tätigkeiten) können sich mit der Zeit noch weiter verändern und entwickeln.</li> <li>• Allgemeiner formulierte Ziele können Bedürfnisse, Werte, Bedingungen, Ergebnisse zeigen, die uns motivieren und mit denen wir bei unserer Entscheidungsfindung oft beginnen. Je konkreter und „smarter“ (s. Beispiele letzte Seite) wir unsere Ziele formulieren, desto gezielter können wir sie in die Tat umsetzen.</li> </ul>
	<p><b>Reflexionsfragen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Welche der Antworten auf die Fragen 1a-c) sind wichtige Ziele für mich: Welche Themen sind mir wichtig, mit denen ich mich beschäftigen oder ich im Beruf begegnen möchte? Welche Fähigkeiten möchte ich entwickeln und einsetzen, welche späteren Tätigkeiten oder Berufe möchte ich ausüben? Was ist mir noch rund um ein Studium wichtig?</li> <li><input type="checkbox"/> Was möchte ich mit meinem Studium erreichen? Was soll mein Studium erfüllen?</li> <li><input type="checkbox"/> Was wünsche ich mir für meine Zukunft? Was möchte ich erleben oder bewirken (in Bezug auf Ideen/Informationen, Menschen, Dinge)? Wo sehe ich mich fünf Jahre nach dem Studium? Wie attraktiv erscheint mir das und was gefällt mir daran?</li> <li><input type="checkbox"/> Welchen Kriterien und Werten sollen meine Ziele nicht widersprechen?</li> <li><input type="checkbox"/> Was sagen Andere (wie Freunde, Eltern, Partner), das mir wichtig ist? Was wünschen sie sich für meine berufliche Zukunft? Stimme ich damit überein?</li> <li><input type="checkbox"/> Welche der Ziele sind mir besonders wichtig (diese z.B. unterstreichen)? Was genau ist mir daran wichtig („XY ist mir wichtig, weil...“)? Habe ich, was ich mir wünsche, schon in ähnlicher Weise erlebt? Wobei, und was war entscheidend daran?</li> <li><input type="checkbox"/> Welche Stichwörter im Gefundenen sind wichtig, welche Oberbegriffe kann ich bilden (mit denen ich dann weiter suchen kann)?</li> </ul>
<p><b>Meine Notizen:</b></p>	

<p><b>2) Welche Studiengänge passen zu meinen Zielen?</b></p>	<p><b>Informationen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nicht jeder Studiengang führt zu einem konkreten Beruf. Ein Studium ist im Vergleich zu einer Ausbildung oftmals offener gestaltet, so dass viele verschiedene Tätigkeitsfelder in Frage kommen. Zu jedem von uns passt eine Vielzahl an Studiengängen und Berufen.</li> <li>• Zu einigen Berufen gibt es unterschiedliche Wege (z.B. Journalistin, Studienberater), zu anderen ist der Studienweg relativ klar vorgegeben (z.B. Lehrerin, Arzt, Rechtsanwältin).</li> <li>• Bestimmte Ziele (wie „ein vernünftiges Einkommen“) sind durch viele Studiengänge zu erreichen und/oder hängen nicht allein vom Studiengang ab (sondern von Arbeitserfahrungen, Zusatzqualifikationen, Empfehlungen, ob „die Chemie passt“ o.a.).</li> <li>• Es ist möglich, unsere Interessen zu verschiedenen Zeitpunkten zu vertiefen, zu erweitern oder zu verbinden: Wir können z.B. einen Bachelorstudiengang wählen, der mehrere Studienfächer beinhaltet, der sich auf einen Teilbereich spezialisiert oder einen Fachbereich umfasst und dann im Studium oder mit der Wahl des Masters Schwerpunkte setzen. In der Berufspraxis kann sich z.B. ein Jurist später mit völkerrechtlichen Fragen für die UN oder auch mit Urheberrechtsfragen in der Musikbranche beschäftigen.</li> <li>• Durch einen Studiengang erarbeiten wir uns Theorien und Methoden, welche sich von denen anderer Wissenschaftsdisziplinen unterscheiden können. Die Gegenstandsbereiche, die wir untersuchen, können unabhängig vom Studiengang die gleichen sein.</li> <li>• Prognosen zum Arbeitsmarktbedarf oder Verdienst (der dazu recht branchenabhängig ist) für Absolvent/innen bestimmter Studiengänge sind keine Vorhersagen für den Einzelfall.</li> <li>• Falls es sehr viele Studiengänge gibt, die zu unseren Zielen passen, kann es sein, dass die gewünschten Themen, Tätigkeiten, Fähigkeiten und Ziele für eine Entscheidung noch nicht klar oder gewichtet genug sind oder wir die Studiengänge und die dadurch zugänglicheren Berufe noch nicht genügend kennen.</li> </ul>
	<p><b>Reflexionsfragen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Welche Studiengänge sind mir schon einmal in den Sinn gekommen zu studieren oder mich näher über sie zu informieren? Was hat mein Interesse geweckt?</li> <li><input type="checkbox"/> Welche Themen soll mein Studiengang beinhalten? In welchen Studiengängen kommen sie noch vor, welche gibt es im selben Studienbereich (s. z.B. hochschulkompass.de)?</li> <li><input type="checkbox"/> Welche Studiengänge kenne ich, die auf spätere Tätigkeiten vorbereiten, welche ich gerne ausführen und die Fähigkeiten entwickeln, welche ich gerne einsetzen würde?</li> <li><input type="checkbox"/> Bin ich besonders angesprochen von einem bestimmten Berufsfeld, in das ich durch ein Studium (leichter) hineinkommen kann? Über welche Studiengänge ist das noch möglich (s. z.B. berufenet.arbeitsagentur.de)? Zu welchen interessanten Berufen erleichtern mir die Studiengänge noch den Zugang, welche Möglichkeiten sollen sie nicht ausschließen?</li> <li><input type="checkbox"/> Kenne ich die Studiengänge, -orte, Hochschulen ausreichend? Was beinhalten die jeweiligen Studiengänge noch? Ist das okay/machbar/interessant? Liegen mir ihre Anforderungen (s. Tipps und Links)?</li> <li><input type="checkbox"/> Durch welche Studiengänge komme ich den wichtigsten meiner Ziele näher?</li> <li><input type="checkbox"/> Welcher Studiengang wäre eine gute Alternative? Brauche ich ein Studium?</li> </ul>
<p><b>Meine Notizen:</b></p>	

<p><b>3) Welche Folgen hat meine Entscheidung?</b></p>	<p><b>Informationen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Die Verwirklichung unserer Ziele und die Schritte dahin wirken sich auf uns und unser Umfeld aus. Sich die erwarteten Folgen unserer Entscheidung für einen Studiengang (an einem bestimmten Ort) bewusst zu machen und diese abzuwägen, kann dabei unterstützen, eine vorausschauende Entscheidung zu treffen. Es kann auch deutlicher werden lassen, warum wir uns nicht entscheiden können: ob z.B. die erwünschten Folgen noch nicht attraktiv und zufriedenstellend genug oder die unerwünschten noch zu unangenehm erscheinen.</li> <li>• Die jeweiligen Folgen sind uns meist unterschiedlich wichtig („Welche sind am wichtigsten, und wofür?“). Durch gegenseitiges Gewichten der einzelnen Antworten können wir dies hervorheben. Es kann auch ergeben, dass nur eine einzelne Folge ausschlaggebend ist: manchmal reicht ein gutes Argument. Gleiche Folgen auf beiden Seiten: streichen. Bei sehr vielen Folgen: Oberbegriffe bilden.</li> <li>• Nicht alle Folgen treten gleich wahrscheinlich ein; entsprechend kann es sinnvoll sein, zu wissen, wie viel Sicherheit wir brauchen, dass die Folgen eintreten.</li> <li>• Erwartete Folgen können auch dazu führen, dass wir uns vorerst an der Verwirklichung unserer Ziele gehindert fühlen (z.B. durch die Entfernung der Hochschule zum Heimatort, Finanzierungsunsicherheit, der Partner zieht nicht mit, unser familiäres Umfeld oder Freunde könnten unerwünscht auf unsere Wahl reagieren). Daraus können wichtige offene Fragen (s. Punkt 3) entstehen. Das Abwägen kann auch dazu führen, dass wir uns alternative Wege zu einem übergeordneten Ziel (wie z.B.: „später beratend tätig zu sein“) näher anschauen, oder ein zweites Ziel (Plan B) tritt in den Vordergrund.</li> <li>• Nicht alle wichtigen Informationen sind durch Nachdenken zugänglich, deswegen kann es sinnvoll sein, z.B. unser „Bauchgefühl“ (Erfahrungsgedächtnis) abzufragen, das schnelle Ja- und Nein-Antworten geben kann. Diese Informationen können wir nutzen, um offene Fragen zu klären („Wie kommt es, dass ich neben der Begeisterung auch ein ungutes Gefühl habe?“, „Wie kann ich es auflösen oder zeigt es auf eine wichtige Information, der ich bisher wenig Beachtung gegeben habe?“).</li> </ul>	
<p><b>Frage zu erwünschten Folgen:</b></p> <p><input type="checkbox"/> Welche (kurz- und langfristigen) erwünschten Folgen hat meine Entscheidung wahrscheinlich für mich und mein Umfeld? Welche sind wesentlich?</p>	<p><b>Frage zu unerwünschten Folgen:</b></p> <p><input type="checkbox"/> Welche (kurz- und langfristigen) unerwünschten Folgen hat meine Entscheidung wahrscheinlich für mich und mein Umfeld? Welche sind akzeptabel?</p>	
<p><b>Meine Notizen:</b></p>	<p><b>Meine Notizen:</b></p>	
<p><input type="checkbox"/> Was sagt mein spontanes Bauchgefühl (als ergänzende Informationsquelle)? Mache jeweils ein Kreuz bei einem Wert auf einer positiven Skala 0-100 und einer negativen Skala 0-100. Was kann ich tun, um den positiven Wert auf über 70 und den negativen im besten Fall auf 0 zu bekommen?</p>		

<b>4) Für was entscheide ich mich?</b>	<p><b>Informationen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wenn eine Entscheidung noch nicht getroffen werden kann, fehlen meist Informationen. Dies können z.B. neue Informationen von außen sein, Informationen über unsere Ziele und Wünsche oder solche, die durch das Reflektieren der bereits vorhandenen Informationen oder Ausprobieren gewonnen werden können.</li> <li>• Eine Entscheidung führt zur Umsetzung in Handeln, wenn die betreffende Situation eintritt („Wenn der Bewerbungszeitraum beginnt, dann bewerbe ich mich für Studiengang X.“), sonst ist es „nur“ eine Gedankensimulation.</li> <li>• „Ent-scheiden“ heißt, Möglichkeiten zu lassen. Man muss sich jedoch nur entscheiden, wenn die Alternativen nicht gleichzeitig erfüllbar sind.</li> <li>• Eine Entscheidung hat immer ein gewisses Risiko, dass die gewünschte Zukunft nicht genau so eintritt. Es ist sinnvoll, Unsicherheit erlauben und aushalten zu können (ein Abenteuer ist oft nicht durchgeplant). Ambivalenzen sind auch Kompetenzen, da sie auf Bedürfnisse hinweisen.</li> <li>• Eine gute Entscheidung kann die Ergebnisse unseres Nachdenkens mit den von unserem Verstand verarbeiteten Informationen unseres Bauchgefühls (s.o.) verbinden.</li> <li>• Zwickmühlen sind auflösbar, wenn wir Prioritäten setzen (können).</li> <li>• Es gibt zahlreiche weitere „Entscheidungsmethoden“, die hilfreich sein können.</li> <li>• Falls die Entscheidung für Ziele und Studiengang bereits gefallen ist, kann es in den nächsten Abschnitten zu offenen Fragen und nächsten Schritten auch um die genaue Umsetzung in Bezug auf Einschreibung, Wohnen, Finanzierung o.Ä. gehen.</li> </ul>
	<p><b>Reflexionsfragen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Welcher Studiengang erfüllt die wichtigen, meisten und entscheidenden Kriterien?</li> <li><input type="checkbox"/> Wenn welche Kriterien erfüllt sind, würde ich mich entscheiden? Was brauche ich noch, um eine für mich genügend sichere Entscheidung (mit genügend wahrscheinlichem Ergebnis) zu treffen?</li> <li><input type="checkbox"/> Bis wann muss, bis wann will ich mich entschieden haben? Muss ich mich bereits entscheiden?</li> <li><input type="checkbox"/> Wie viel Aufwand will ich (noch) betreiben?</li> <li><input type="checkbox"/> Wer oder was könnte mir helfen, Unsicherheit auszuhalten?</li> <li><input type="checkbox"/> Wovon/von wem hängt meine Entscheidung noch ab? Habe ich die Freiheit, mich zu entscheiden?</li> <li><input type="checkbox"/> Wie habe ich früher wichtige Entscheidungen getroffen? Ist das wiederholbar/sinnvoll zu wiederholen? Was müsste ich dafür tun?</li> </ul>
<p><b>Meine Notizen:</b></p>	

<b>5) Welche Fragen sind noch offen?</b>	<b>Informationen:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Falls uns keine offenen Fragen einfallen, obwohl wir uns nicht entscheiden können, könnte es sinnvoll sein, sich noch einmal mit den obigen Fragen auseinanderzusetzen (auch ein Gespräch darüber kann hilfreich sein). Oder eine Probeentscheidung: „Für die nächsten zwanzig Minuten entscheide ich mich für Studiengang Y in Z.“ Wenn sich Zweifel melden, diese als Fragen notieren.</li></ul>
	<b>Reflexionsfragen:</b> <ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Was ist aus der Beantwortung der bisherigen Fragen deutlich geworden, das ich noch wissen will?</li><li><input type="checkbox"/> Was weiß ich noch nicht vom anvisierten Studium oder Beruf, das mir wichtig ist?</li><li><input type="checkbox"/> Habe ich ausreichend realistische Vorstellungen und Erwartungen zum Studiengang und anvisierten Berufsfeld?</li><li><input type="checkbox"/> Welche (sinnvollen) Alternativen gibt es? Habe ich sie mir ausreichend angeschaut?</li><li><input type="checkbox"/> Widersprechen sich wichtige meiner Ziele? Welche Widersprüche kann ich auflösen und wie? Hindern negative (oder nicht ausreichend ansprechende) Folgen mich an einer Entscheidung? Wie kann ich das in passendem Zeitrahmen ändern?</li><li><input type="checkbox"/> Welche und/oder wessen Unterstützung brauche ich noch, um meine Ziele zu erreichen? Was kann ich tun, um sie zu bekommen?</li><li><input type="checkbox"/> Bin ich auf dem richtigen Weg?</li></ul>
<b>Meine Notizen:</b>	

<p><b>6) Was ist der nächste Schritt, um meine offenen Fragen zu beantworten?</b></p>	<p><b>Informationen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Der Weg zu einem Ziel beginnt immer mit dem nächsten Schritt.</li> <li>• Auch zum Erreichen großer Ziele braucht es viele klein(teilig)e Schritte.</li> <li>• Der nächste Schritt muss nicht groß sein</li> <li>• Erscheint der nächste Schritt nicht machbar, ist es (noch) nicht der nächste Schritt.</li> <li>• Entscheidungsfindung kann sein wie ein Puzzlespiel: Man findet immer neue Puzzlesteine, manchmal einzelne, manchmal viele auf einmal. Man weiß zwar nicht unbedingt, wann man das „Bild“ erkennt, aber man muss puzzeln, um weiterzukommen!</li> <li>• Auch für die Umsetzung der nächsten Schritte kann es hilfreich sein, wenn diese „smart“ sind (s. Tabelle und Beispiele letzte Seite).</li> <li>• Die Zentrale Studienberatung der Universität Paderborn hat auf ihren Internetseiten (<a href="http://www.upb.de/zsb">www.upb.de/zsb</a>) Informationen für die Studienwahlorientierung zusammengefasst.</li> <li>• Wenn die nächsten Schritte beantwortet sind, und noch keine Entscheidung gefällt ist, können wir das Arbeitsblatt auch verwenden, um mit den neuen Informationen weiterzuarbeiten.</li> </ul>
	<p><b>Reflexionsfragen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Was könnte ich alles tun, um meine offenen Fragen zu beantworten?</li> <li><input type="checkbox"/> Wer könnte meine Fragen beantworten? Wer könnte wissen, wer es weiß? Wo könnte ich noch suchen?</li> <li><input type="checkbox"/> Habe ich schon einmal ähnliche Fragen gehabt und beantwortet? Wenn „Ja“: Was habe ich dafür getan? Ist diese Vorgehensweise wiederholbar?</li> <li><input type="checkbox"/> Haben andere Personen Ideen, was meine nächsten Schritte sein können? Welche Ideen sind das? Sind sie für mich passend? Was würde ich einem Freund/einer Freundin in dieser Situation empfehlen?</li> <li><input type="checkbox"/> Was ist wichtig und dringend zu beantworten, was kann ich hintenanstellen?</li> <li><input type="checkbox"/> Wie genau setze ich den nächsten Schritt um?</li> <li><input type="checkbox"/> Wie wahrscheinlich ist es, dass ich den nächsten Schritt tue?</li> <li><input type="checkbox"/> Bis wann habe ich Zeit für die nächsten Schritte? Bis wann will ich was umsetzen?</li> </ul>
<p><b>Meine Notizen:</b></p>	

## Ziele können „smart“ sein!

<b>s</b>	<b>spezifisch</b>	Ziele sollten konkret, eindeutig und präzise (nicht vage) formuliert sein.
<b>m</b>	<b>messbar</b>	Aus der Formulierung sollte hervorgehen, woran man erkennt, dass man das Ziel erreicht hat.
<b>a</b>	<b>aktionsorientiert akzeptiert</b>	Ziele sollten handlungsorientiert sein: durch eigenes Handeln umsetzbar, und ihr Erreichen durch eigenes Handeln messbar. Das Erreichen der Ziele sollte von mir selbst gewünscht werden und die Ziele sollten attraktiv und positiv formuliert sein (und nicht allein als Abwesenheit von Unangenehem).
<b>r</b>	<b>realistisch</b>	Ziele dürfen hoch gesteckt, sollten jedoch erreichbar sein.
<b>t</b>	<b>terminiert</b>	Der Zeitpunkt, an dem das Ziel erreicht sein soll, sollte festgelegt sein.

**Beispiele für „smarte Ziele“:** „Bis zum Sommersemester 20XX möchte ich meine Bachelorurkunde für den Studiengang X an der Universität Y in Händen halten.“; „Ich setze mich morgen von 10 Uhr an in die Offene Sprechstunde der Fachstudienberatung des Bachelorstudiengangs Maschinenbau im P-Gebäude und schreibe mir heute zwischen 16 und 16:30 Uhr dafür auf, welche Fragen ich beantwortet bekommen möchte.“; „Wenn meine Bewerbung für den Studiengang X an den Hochschulen Y und Z erfolgreich ist, dann werde ich mich einschreiben und dort studieren (mit der Priorität auf Hochschule Z).“

**Beispiele für „allgemein formulierte Ziele“:** „Ich möchte ein Studium im Bereich X abschließen.“; „Das Studium soll spannend sein!“; „Ich will Freude am Job haben!“; „Ein guter Arzt zu werden, ist alles, was ich mir nur vorstellen kann!“; „Ich möchte etwas studieren, wodurch ich später einen sicheren Arbeitsplatz habe und gutes Geld verdiene.“; „Ich möchte gerne später mit Menschen arbeiten.“; „Etwas, wo es um Wirtschaft geht, wäre toll, da kann ich mich stundenlang drüber unterhalten!“

## Tipps und Links

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Um Informationen zu Studiengängen zu bekommen, schauen Sie sich z.B. an: Hochschultyp, Studienverlaufsplan, Wahlmöglichkeiten, Modulhandbuch, Vorlesungsverzeichnis, Forschungsschwerpunkte, Zugangsbedingungen, Studienganggröße, Betreuungsverhältnis, Attraktivität und Nähe des Studienortes; besuchen Sie den Campus, Info- und Lehrveranstaltungen; nehmen Sie an Angeboten der Fakultäten für Schüler/innen, an Messen, Orientierungs- und Entscheidungsworkshops teil; führen Sie Interessens-, Eignungstests oder Self-Assessments durch.</li> <li>• Sprechen Sie mit Personen, die Sie kennen und unterstützen und/oder die sich mit der Materie auskennen, über Ihre Ideen, Fragen, Bedenken und Ihre (mögliche) Entscheidung. Kontaktieren Sie z.B. Studienberater/innen, Berufsberater/innen, Hochschullehrende, Studierende, Personen, die für Sie ein „berufliches Vorbild“ darstellen. Interviewen Sie jemanden, der bereits tut, was Sie wünschen: „Wie sind Sie dazu gekommen?“, „Was gefällt Ihnen besonders gut daran?“, „Was nicht so gut?“, „Wen sollte ich noch ansprechen?“</li> <li>• Machen Sie ein Praktikum, um zu überprüfen, ob das Studien- oder Berufsfeld etwas für Sie sein könnte.</li> </ul>		
<b>Studiengänge Deutschland</b> <a href="http://www.hochschulkompass.de">www.hochschulkompass.de</a> <a href="http://www.studienwahl.de">www.studienwahl.de</a>	<b>Studiengänge NRW/Tests</b> <a href="http://www.studifinder.de">www.studifinder.de</a> <a href="http://zsb.uni-paderborn.de/entscheidungshilfen">zsb.uni-paderborn.de/entscheidungshilfen</a>	<b>Studiengänge Uni Paderborn</b> <a href="http://www.uni-paderborn.de/studium/studienangebot">www.uni-paderborn.de/studium/studienangebot</a>
<b>Lehrerausbildung und -beruf</b> <a href="http://www.lehrer-werden.de">www.lehrer-werden.de</a>	<b>Medizinische Studiengänge</b> <a href="http://www.hochschulstart.de">www.hochschulstart.de</a>	<b>Berufliche Tätigkeiten</b> <a href="http://berufenet.arbeitsagentur.de">berufenet.arbeitsagentur.de</a> <a href="http://statistik.arbeitsagentur.de">statistik.arbeitsagentur.de</a> <a href="http://entgeltatlas.arbeitsagentur.de">entgeltatlas.arbeitsagentur.de</a>