



# **Laufbahn planen – Fit bleiben für den Arbeitsmarkt**

[www.berufsberatung.sg.ch](http://www.berufsberatung.sg.ch)



---

Die Berufs-, Studien- und Laufbahnberatung bietet Information, Beratung und Unterstützung bei der ersten Berufs- und Schulwahl, der Studienwahl sowie bei der Laufbahnplanung. Sie ist politisch, wirtschaftlich und konfessionell unabhängig und vertraulich. [www.berufsberatung.sg.ch](http://www.berufsberatung.sg.ch)

# Inhalt

Fit bleiben für den Arbeitsmarkt	4
Ablaufmodell beruflicher Veränderung	5
Bildungssystem Schweiz	6
Hoch hinaus: Mit einer Berufsprüfung, einer höheren Fachprüfung oder einer Höheren Fachschule	8
Es ist nie zu spät: Lehrabschluss für Erwachsene	10
Die Berufsmatura eröffnet neue Perspektiven	12
Fachhochschule oder Universität/ETH?	14
Aufnahmeprüfungen: Die richtige Vorbereitung zählt	16
Weit kommen: Nachdiplomstudien Wie finanziere ich meine Ausbildung?	18
Wichtige Infos zu Stipendien und Darlehen	20
Wenn es einmal nicht rund läuft: Laufbahnplanung unter erschwerten Bedingungen	22
Wer sucht, der findet: Tipps und Tricks bei der Stellensuche	24
Weitere Dienstleistungen der Berufs-, Studien- und Laufbahnberatung	26
Anmeldung und Adressen	27

# Fit bleiben für den Arbeitsmarkt – machen Sie den ersten Schritt!

Unsere Welt verändert sich stetig. Das gilt auch für die Arbeitswelt und den Arbeitsmarkt. Wer fit bleiben will, darf nicht stehen bleiben. Mit gezielter Weiterbildung sind Ihre Chancen besser, bei all diesen Veränderungen eine Stelle behalten oder eine neue finden zu können. Machen Sie sich auf den Weg und gestalten Sie bewusst Ihre berufliche Laufbahn! Die Beispiele in dieser Broschüre sollen Ihnen zeigen, dass es sich lohnt, selber aktiv zu werden.

Die folgenden Fragen können Ihnen helfen, auf Ihrem beruflichen Weg einen Schritt weiter zu kommen. Nehmen Sie sich für die Beantwortung ruhig etwas Zeit und halten Sie Ihre Überlegungen nach Möglichkeit schriftlich fest. Dieser Prozess dient übrigens auch als optimale Vorbereitung für ein Beratungsgespräch bei der Berufs-, Studien- und Laufbahnberatung.

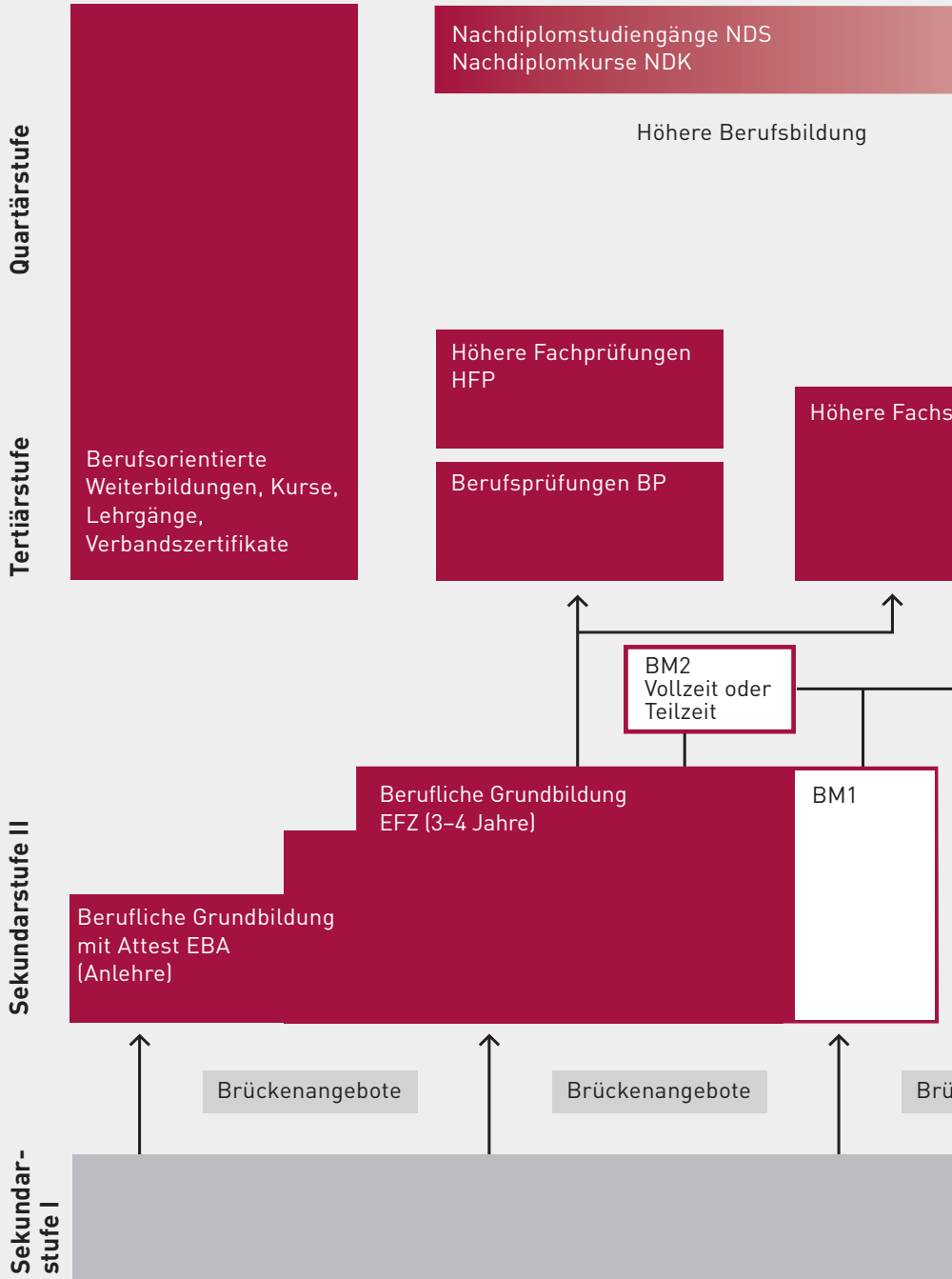
- Was haben Sie in Ihrer bisherigen Berufslaufbahn alles gemacht? Was machte Sie zufrieden, was weniger?
- Wo liegen Ihre Stärken, was bereitet Ihnen Mühe?
- Wenn Sie sich eine Veränderung Ihrer beruflichen Situation vorstellen: Was möchten Sie aus dem bisherigen Arbeitsalltag mitnehmen, was möchten Sie zurücklassen? Was soll neu dazu kommen?
- Was möchten Sie mit einer beruflichen Veränderung erreichen? Versuchen Sie, Ihr Ziel mit ein paar Stichworten zu beschreiben.
- Gute Vorsätze sind das eine, diese umzusetzen aber etwas ganz anderes. Was stimmt Sie zuversichtlich, dass Sie die Umsetzung schaffen werden? Was könnte eine Umsetzung schwierig machen?

Wir, die Berufs-, Studien- und Laufbahnberaterinnen und -berater des Kantons St.Gallen, begleiten Sie kompetent bei diesen und weiteren Fragen mit unserem Beratungs- und Informationsangebot. Sie finden unsere Adressangaben auf der letzten Seite.

# Ablaufmodell beruflicher Veränderung



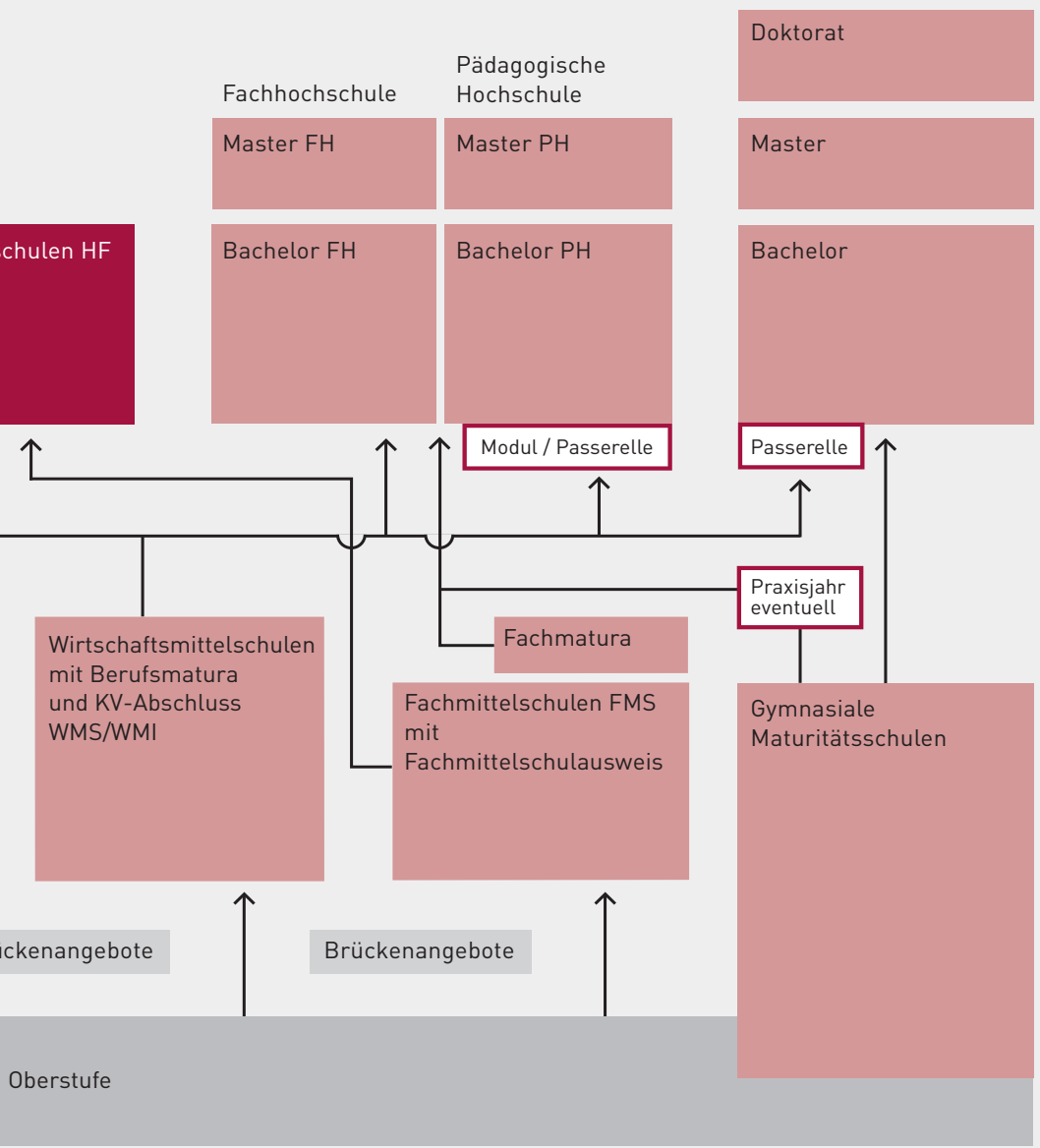
# Bildungssystem Schweiz



Master of Advanced Studies MAS  
Diploma of Advanced Studies DAS  
Certificate of Advanced Studies CAS

Fachhochschulen

Universität/ETH



# **Hoch hinaus: Mit einer Berufsprüfung, einer Höheren Fachprüfung oder einer Höheren Fachschule**

Die Lehre ist abgeschlossen und einige oder sogar viele Jahre Berufserfahrung sind gesammelt. Das ist für viele der Moment, sich beruflich weiterzuentwickeln. Besonders beliebt sind Weiterbildungen, die sehr praxisorientiert aufgebaut sind und die man berufsbegleitend absolvieren kann. Möchten auch Sie auf diesem Weg Ihr Fachwissen vertiefen und mehr Verantwortung übernehmen?

Für fast alle Berufe gibt es sie, die so genannten Berufsprüfungen, Höheren Fachprüfungen und Höheren Fachschulen. Oft sind diese Abschlüsse und Schulen auch unter den Begriffen Fachausweis BP, Meisterprüfung HFP oder Technikerschulen HF bekannt. Ihnen allen ist Folgendes gemeinsam:

- Sie verlangen einen Abschluss auf der Sekundarstufe II (z. B. Lehrabschluss) und mehrjährige Berufserfahrung im entsprechenden Berufsfeld oder viele Jahre Berufserfahrung.
- Der Unterricht ist praxisnah und anwendungsorientiert.
- Sie werden berufsbegleitend absolviert (mit wenigen Ausnahmen).
- Die Abschlüsse werden von Arbeitgebern geschätzt und unterstützt.

Im Folgenden stellen wir Ihnen diese Weiterbildungsmöglichkeiten genauer vor:

## **Eidgenössische Berufsprüfungen (BP oder Fachausweis)**

Berufsprüfungen sind Abschlüsse, die in der beruflichen Fachkompetenz eine erste fachliche Vertiefung und Spezialisierung ermöglichen. Die Vorbereitung auf einen Fachausweis erfolgt in der Regel berufsbegleitend. Entsprechende Kurse werden von Berufs-, Fach- und Führungsschulen sowie von Berufsverbänden angeboten. Sie verlangen zum Zeitpunkt der Berufsprüfung meistens zwei bis drei Jahre Berufserfahrung im jeweiligen Berufsbereich.

## **Höhere Fachprüfungen (HFP)**

Die Höhere Fachprüfung verbindet praktische Fähigkeiten mit fundierten theoretischen Fachkenntnissen. Sie dient auch zur Vorbereitung auf Führungsfunktionen.

In fast allen Berufssparten gibt es die HFP, in den gewerblichen Berufen spricht man von der Meisterprüfung. Der Fachausweis ist in der Regel eine Zulassungsbedingung für die Höhere Fachprüfung.





## Höhere Fachschulen (HF)

Bei den Höheren Fachschulen stehen konkrete Problemstellungen aus der Praxis im Vordergrund. Die Höheren Fachschulen fördern gemäss Bundesgesetz über die Berufsbildung (BBG) den Kadernachwuchs für Wirtschaft, Industrie und Verwaltung. Sie vermitteln ihren Absolventinnen und Absolventen eine umfassende, praxisbezogene Schulung mit breitem technischen, betriebswirtschaftlichen und fachlichen Hintergrund. Es werden vorwiegend berufsbegleitende Studiengänge – mit Ausnahmen auch Vollzeit – angeboten. Die Studiedauer beträgt zwei bis vier Jahre, in den weitaus meisten Fällen drei Jahre (sechs Semester).

## Weitere Infos

Mehr Infos über die ungefähr 300 Berufsprüfungen und die vielen Höheren Fachprüfungen sowie Höheren Fachschulen in allen Sparten der Schweizer Wirtschaft und Verwaltung erhalten Sie hier:

[www.berufsberatung.ch/Weiterbildung](http://www.berufsberatung.ch/Weiterbildung)

## Cyrril Brunner\*

### Kunststofftechnologe, 25 Jahre

Cyrril Brunner absolvierte die Lehre zum Kunststofftechnologen und schloss mit einer ausgezeichneten Note ab. Er liebt seinen Beruf über alles und wurde bereits unmittelbar nach der Lehre in seinem Lehrbetrieb mit verantwortungsvollen Aufgaben betraut. Sein Arbeitgeber erkannte sein Talent und schickte ihn in die Berufs- und Laufbahnberatung, um Weiterbildungsmöglichkeiten zu klären. Obwohl Cyrril Brunner das Potential für ein Ingenieurstudium besitzt, kam für ihn eine Fachhochschule nicht in Frage. Seine Abneigung gegenüber den beiden Sprachen Französisch und Italienisch war zu gross – einzig dem Englischen war er zugeeignet. Auch wollte er unbedingt weiter arbeiten und nicht einfach nur in die Schule gehen. Die Höhere Fachschule für Kunststofftechnik TS entsprach genau seinen Vorstellungen. Sein Arbeitgeber beteiligte sich sogar an den Weiterbildungskosten und nahm Rücksicht, wenn Cyrril Brunner einen Teil der Arbeitszeit dafür beanspruchen musste.

\* Symbolbild, Name geändert

# Es ist nie zu spät: Lehrabschluss für Erwachsene

Nicht alle Erwachsenen in der Schweiz haben einen Lehrabschluss. Oder sie haben zwar eine Ausbildung abgeschlossen, arbeiten jetzt aber in einem ganz anderen Beruf. Geht es Ihnen auch so? Sie können auch als erwachsene Person den entsprechenden Abschluss nachholen. Seit mehr als 80 Jahren gibt es im schweizerischen Berufsbildungsgesetz einen Artikel, der die Lehrabschlussprüfung für Erwachsene regelt. Jährlich machen in der Schweiz viele hundert Erwachsene Gebrauch davon. Nach Artikel 32 kann jeder Erwachsene in jedem Beruf den Lehrabschluss nachholen. Es gibt aber auch einige Bedingungen, welche Sie als Kandidatin oder Kandidat zum Zeitpunkt des Lehrabschlusses erfüllen müssen:

- Es sind fünf Jahre Berufspraxis vorzuweisen, davon etwa 75 Prozent in dem Beruf, in dem Sie die Lehrabschlussprüfung nachholen möchten.
- Sie müssen die praktischen und theoretischen Leistungsziele des Berufes kennen und erfüllen. Informationen dazu erhalten Sie auf jeder St.Galler Berufsberatungsstelle.

- Für die Lehrabschlussprüfung müssen Sie eine Prüfungsgebühr entrichten.

Für die praktischen und schulischen Kenntnisse, die Sie vor der Lehrabschlussprüfung erwerben, sollten Sie Folgendes beachten:

- Die praktischen Kenntnisse können Sie im Betrieb «on-the-job» erwerben (es muss kein Lehrbetrieb sein).
- Die schulischen Kenntnisse können Sie durch den Besuch der Berufsfachschule als Hospitant/Hospitantin oder im Selbststudium erwerben.
- Der Besuch als Hospitant/Hospitantin an der Berufsfachschule ist im Kanton St.Gallen unentgeltlich. Wenn der Besuch an der Berufsfachschule regelmässig erfolgt, können Sie die Erfahrungsnoten an die Lehrabschlussprüfung mitnehmen.



### **Weitere Informationen**

Haben Sie weitere Fragen zum Thema, beispielsweise an welcher Berufsfachschule welche Berufe unterrichtet werden oder wie Sie grundsätzlich vorgehen sollen? Dann wenden Sie sich an die Berufs- und Laufbahnberatungsstelle Ihrer Region (siehe Seite 27). Auch das Amt für Berufsbildung, Davidstrasse 31, 9001 St.Gallen gibt Ihnen gerne Auskunft.

### **Ruth Zwahlen\* Familienfrau, 44 Jahre**

Nach Abschluss der obligatorischen Schulzeit hat Ruth Zwahlen eine Lehre als Lebensmittel-Verkäuferin begonnen. Doch nach einem Jahr brach sie die Ausbildung wieder ab. Sie konnte sich nicht für eine weitere Lehre motivieren und nahm Jobs im Verkauf und im Service an. Mit knapp 20 Jahren wurde sie schwanger und heiratete. Als Familienfrau zog sie zwei Kinder gross und nahm verschiedene Aushilfe-Jobs an. Durch einen glücklichen Zufall wurde sie von einer Bekannten als Aushilfsverkäuferin für deren Bijouterie-Geschäft angefragt. Dort arbeitete Ruth Zwahlen dann im Stundenlohn ungefähr 50 Prozent. Der Beruf und die Branche gefielen ihr sehr gut, doch fühlte sie sich zu wenig kompetent. So erkundigte sie sich, was sie dagegen unternehmen könnte. Schliesslich hat sie während drei Jahren einmal pro Woche als Hospitantin die Berufsfachschule für den Detailhandel besucht. Den Lehrabschluss als Detailhandelsfachfrau hat sie mit der ausgezeichneten Note 5,6 bestanden.

# Die Berufsmatura eröffnet neue Perspektiven

Mit der Berufsmittelschule (BMS) können Sie zusätzlich zur beruflichen Grundausbildung Ihre Allgemeinbildung erweitern. Der Abschluss der BMS, die Berufsmatura, gewährt Zutritt zu den Fachhochschulen oder zur so genannten «Passerelle», mit der Sie Zugang zu den universitären Hochschulen (Uni, ETH) erhalten.

## **Verschiedene Richtungen**

Aktuell gibt es sechs verschiedene Richtungen der Berufsmatura: die kaufmännische, die technische, die gewerbliche, die gesundheitlich-soziale, die gestalterische und die naturwissenschaftliche Berufsmatura. Die Berufsmittelschulen können Sie entweder lehrbegleitend (BMS 1) oder nach dem Lehrabschluss (BMS 2) besuchen. Im Kanton St.Gallen wird die BMS 2 als Vollzeit- oder Teilzeitausbildung angeboten. Um die BMS antreten zu können, muss man in der Regel eine Aufnahmeprüfung bestehen. Zudem ist die Berufsmatura in jedem Fall mit einer beruflichen Grundausbildung verknüpft. Sie kann also nicht ohne Eidgenössisches Fähigkeitszeugnis erreicht werden. Für Leute mit Wohnsitz im Kanton St.Gallen ist die kantonale BMS 2 kostenlos.



## Möglichkeiten und Grenzen der Berufsmatura:

- Die Berufsmatura ermöglicht ein Studium an der Fachhochschule. Der gewählte Fachbereich wird in der Regel inhaltlich mit der Grundausbildung zusammenhängen. An einzelnen Fachhochschulen kann die Aufnahme an weitere Bedingungen geknüpft sein.
- Die Berufsmatura ist nicht dasselbe wie die gymnasiale Matura (kurz «Matura»). Die gymnasiale Matura braucht es für ein Studium an der Universität/ETH. Wer nach der Berufsmatura doch ein Studium an einer universitären Hochschule absolvieren möchte, hat zwei Möglichkeiten: die verkürzte Zweitweg-Matura (Interstaatliche Maturitätsschule für Erwachsene) oder die Passerelle (1 Jahr).
- Berufliche Weiterbildung ist auch ohne Berufsmatura möglich (siehe Seite 8). Diese kann aber von Vorteil sein. Denn nicht selten wird die Berufsmatura nachgeholt, um die Grundlagen der Allgemeinbildung zu stärken, oder um sich mit dem Entscheid für eine berufliche Spezialisierung mehr Zeit zu lassen.

### Jeanette Näf\* Elektroinstallateurin, 21 Jahre

Jeanette Näf wollte nach der Lehre «nichts wie weg vom Bau». So suchte sie nach einem Beruf, der zu ihr passte. Aus diesem Grund arbeitete sie bei einem Finanzdienstleister, in einer Elektronikfirma und schnupperte in einem sozialen Beruf. Doch keine dieser Tätigkeiten vermochte sie vollends zu überzeugen. Auch eine Ausbildung zur Sportlehrerin hätte sie gereizt. Doch das langwierige Aufnahmeprozedere und das Risiko, nicht aufgenommen zu werden, hielten sie von dieser Herausforderung ab. So wandte sich Jeanette Näf an die regionale Berufs- und Laufbahnberatungsstelle, wo sie eine Standortbestimmung vornahm. Dabei wurde ihr bewusst, dass ihr Entscheid für eine berufliche Neuorientierung erst noch heranreifen musste. Trotzdem wollte sie in Sachen Weiterbildung etwas unternehmen und entschied sich für die BMS 2. Die Berufsmatura lässt ihr nun Zeit, ihren beruflichen Interessen auf die Spur zu kommen. Zudem verschafft ihr dieser Abschluss eine wertvolle Basis in der Allgemeinbildung.

# Fachhochschule oder Universität/ETH?

Wer nach der Matura ein Studium anstrebt, besucht die Universität/ETH oder die Fachhochschule. Dabei ist zu beachten, dass sich die beiden Bildungsstätten in ihrer Philosophie und Ausrichtung unterscheiden.

## Universitäten

Universitäten sind auf die Grundlagenforschung ausgerichtet. So eignet sich das universitäre Studium für alle, die bisheriges Wissen grundsätzlich hinterfragen, eigene Fragestellungen und Hypothesen entwerfen und diese überprüfen wollen.

Das heisst auch, sich selbst und das eigene Denken der kritischen Diskussion auszusetzen. Verlangt wird eine hohe Selbstständigkeit, da Prüfungen meist in grösseren Zeitabständen erfolgen. Erarbeitete Methoden und Kenntnisse werden erst in höheren Semestern in der Praxis angewendet. Praktika müssen die Studierenden teilweise selbst organisieren. Der übliche Studienabschluss ist der Master.

## Fachhochschulen

Fachhochschulen bieten ihre Studiengänge unter dem Motto «angewandte Wissenschaften» an.

Die Fachhochschule sucht stärker als die Uni nach Lösungen für praktische Problemstellungen, die sich aus Bedürfnissen von Technik, Wirtschaft oder anderen Bereichen ergeben. Deshalb müssen Studierende der Fachhochschule bereits berufliche Erfahrungen mitbringen. Praktisches Anwenden und Üben sind stärker ins Studium integriert als an der Universität. Regelabschluss ist hier der Bachelor.

## Hochschule und Arbeitswelt

Universität und Fachhochschule arbeiten unterschiedlich mit der Praxis zusammen: die Fachhochschulen, indem sie Fragestellungen aus der Praxis aufnehmen und nach Lösungen suchen; die universitären Hochschulen, indem sie neue Forschungserkenntnisse in der Praxis überprüfen oder erproben. Der engere Praxisbezug der Fachhochschule ermöglicht einen raschen Berufseinstieg im Fach- oder fachnahen Bereich. Die stärkere Ausrichtung der Universität auf Theorie und Methoden bedingt eine Einar-



beitung in die Praxis, erlaubt dafür in höherem Masse den Einstieg in fachfremdere Berufsfelder oder in die Forschung und Entwicklung.

### **Zulassungsbedingungen**

Für die Universität (alle Fachbereiche; Medizin mit Numerus Clausus):

- Gymnasiale Matura
- Berufsmatura mit Passerelle

Für die Fachhochschule:

- Berufslehre mit Berufsmatura (bei fachfremder Berufsausbildung: zusätzliches Praktikum)
- Gymnasiale Matura sowie Praktikum im gewünschten Studienfach

### **Bemerkung**

Bei beiden Institutionen gibt es noch spezielle Zugangsmöglichkeiten oder teilweise zusätzliche Aufnahmebedingungen.

### **Dominik Herter\* Student, 22 Jahre**

Schon während der Kantonsschulzeit hatte Dominik Herter sein Interesse an Berufen und Fragestellungen im sozialen Bereich erkannt. Für ein Studium an einer Fachhochschule bot sich der Studiengang Sozialarbeit an. Und für ein Studium an der Universität wäre das Hauptfach Psychologie mit einem passenden Nebenfach in Frage gekommen. Um sich zwischen diesen Optionen entscheiden zu können, informierte sich Dominik Herter ausführlich über die beiden Studiengänge. Zudem nutzte er das geplante Zwischenjahr nach der Matura für Praktika im sozialen Bereich. Nach einer Beratung bei der Studien- und Laufbahnberatung entschied er sich für ein Psychologiestudium an der Universität. Er merkte vor allem durch die Praktika, dass ihm der intensive Einzelkontakt zu Personen gefällt. Für die Uni entschied er sich, weil er Fragen gerne ganz auf den Grund geht, seine Schwerpunkte setzen und ausgeprägt methodisch-wissenschaftlich arbeiten kann.



# Aufnahmeprüfungen: Die richtige Vorbereitung zählt

Polizist oder Polizistin zu werden ist für viele junge Frauen und Männer ein lang gehegter Berufstraum. Genauso Pilotin/Pilot oder der Beruf als Sozialpädagogin/Sozialpädagoge. Diese und andere Tätigkeiten haben etwas gemeinsam: Damit man diese Ausbildung beginnen kann, muss man zuerst einmal eine Aufnahmeprüfung bestehen. Und diese kann sehr anspruchsvoll sein. Wer sich gezielt darauf vorbereitet, hat bessere Chancen den Eintrittstest zu bestehen. Der folgende Leitfaden zeigt Ihnen, wie Sie sich systematisch auf eine solche Aufnahmeprüfung vorbereiten können:

## 1. Erste Informationen einholen.

Besuchen Sie Infoveranstaltungen. Erkundigen Sie sich, was die Aufnahmeprüfung genau beinhaltet. Ebenfalls sinnvoll: Fragen Sie erfahrene Berufsleute, wie sie die Aufnahmeprüfung erlebt haben.

## 2. Bereiten Sie sich schulisch auf die Aufnahmeprüfung vor.

Oft gibt es Teilbereiche an einer Aufnahmeprüfung, auf die Sie sich aktiv vorbereiten können. Etwa Rechnungs- und Sprachaufgaben oder Fragen zu Politik und Zeitge-

schehen. Kontaktieren Sie eine ehemalige Oberstufen-, Berufsfachschul- oder Mittelschullehrperson und fragen Sie, ob sie entsprechende Aufgaben mit Ihnen besprechen kann.

## 3. Denken Sie über sich und Ihre Motivation nach.

Häufig werden Sie an solchen Aufnahmeprüfungen zu Ihrer Person und Ihrer Einstellung befragt. Machen Sie sich also Gedanken über sich: Wer bin ich? Welche Stärken und Schwächen habe ich? Was ist mir wichtig? Wo habe ich «blinde Flecken»? Oft hilft es, Selbstbild und Fremdbild zu klären: Wie wirke ich auf andere? Wie werde ich wahrgenommen und wie möchte ich wahrgenommen werden?

## 4. Überprüfen Sie Ihre eigenen Arbeitstechniken.

Machen Sie sich Ihre eigenen Arbeitstechniken bewusst: Welche Methoden haben sich für Sie in ähnlichen Situationen bewährt? Überprüfen Sie, wie Sie mit Zeitdruck umgehen, denn jede Aufnahmeprüfung hat eine klare Zeitlimite.





### Weitere Infos

Wenn Sie unsicher sind oder noch weitere Fragen haben, wenden Sie sich an Ihre regionale Berufs- und Laufbahnberatungsstelle.

### **Rolf Huser\*** **Schreiner, 26 Jahre**

Der gelernte Bauschreiner Rolf Huser hegte schon lange den Traum, Polizist zu werden. Die grösste Hürde auf dem Weg in die Polizeischule stellte die Aufnahmeprüfung dar. So bereitete sich Rolf Huser gewissenhaft darauf vor: Zuerst besuchte er den Info-Abend der Kantonspolizei, wo auch über die Aufnahmeverfahren orientiert wurde. Im Gespräch mit einem Polizisten über dessen Aufnahmeprüfung konnte er weitere Inputs sammeln. Um sich auf die Mathematik vorzubereiten, kontaktierte er seinen ehemaligen Klassenlehrer der Sekundarschule. Dieser gab ihm Übungen und besprach mit ihm nachher die Fehler. Rolf Huser schrieb auch Aufsätze, Diktate und löste Satzergänzungsaufgaben. Weiter las Rolf Huser regelmässig die Zeitung, um über das aktuelle Geschehen in Wirtschaft und Politik im Bilde zu sein. Schliesslich trainierte er auch für den sportlichen Teil der Prüfung. Dank dieser mehrmonatigen und gewissenhaften Prüfungsvorbereitung wurde Rolf Huser problemlos in die Polizeischule aufgenommen.

\* Symbolbild, Name geändert

# Weit kommen: Nachdiplomstudien

Auch wer sein Studium mit dem Bachelortitel vorläufig beendet hat, kann einen Master auf der Weiterbildungsstufe erreichen. Dies gilt teilweise auch für HFP- und HF-Abschlüsse (siehe Seite 8). Fachhochschulen und Universitäten bieten entsprechende Studiengänge an. Interessierte sollten ihre Situation und ihre Bedürfnisse vorher genau analysieren.

## Prüfen Sie Ihre Situation

Es gibt Masterstudien, die direkt nach dem Bachelor absolviert werden, sowie Masterprogramme auf Weiterbildungsstufe (Master of Advanced Studies MAS). Neben den MAS gibt es noch weitere Nachdiplomkurse mit andern Abschlüssen (CAS, DAS). Nicht selten kann man über den Besuch von verschiedenen CAS zu einem MAS gelangen. Die MAS-Studien sind meist teuer. Zudem entstehen immer wieder neue Angebote, derweil andere wieder vom Ausbildungsmarkt verschwinden. Deshalb ist es wichtig, dass Sie Ihre Situation und Ihre Ziele genau überprüfen.

Folgende Faktoren gilt es dabei zu berücksichtigen:

### 1. Ziele und Bedürfnisse

Welche beruflichen Ziele und Bedürfnisse verfolge ich? Ist die angestrebte Weiterbildung zusammen mit meiner Praxis nachher auf dem Arbeitsmarkt gefragt?

### 2. Fragen zum Studium

Welche Studienanbieter kommen in Frage? Welche sind vertrauenswürdig und können gute Referenzen vorweisen? Wo gibt es Teilnehmende, die aus derselben Branche kommen wie ich? Wie lange dauert das Studium? Wie hoch sind die Anteile von Präsenzunterricht und Selbststudium? Welchen Ausweis erwerbe ich?

### 3. Aufwand

Wie hoch sind die Kosten (Geld- und Zeitaufwand)? Wie beteiligt sich der Arbeitgeber finanziell und zeitlich an meinem Studium? Und zu welchen Bedingungen beteiligt er sich?



Überprüfen Sie diese drei Faktoren sorgfältig und lassen Sie sich beraten. So erarbeiten Sie sich eine solide Entscheidungsbasis.

**Barbara Bühler\***  
**Pflegefachfrau und Theologin,**  
**40 Jahre**

Barbara Bühler hat nach der Matura und einer Ausbildung zur Pflegefachfrau mehrere Jahre in diesem Beruf gearbeitet. Nach ihrem Theologiestudium arbeitete sie Teilzeit für eine Kirchgemeinde in der Krankenseelsorge. Barbara Bühler kam in die Berufs-, Studien- und Laufbahnberatung, weil sie in ihrer Arbeit zuwenig Befriedigung fand. In verschiedenen Beratungsgesprächen stellte sich heraus, dass Barbara Bühler an ethischen Fragen im Zusammenhang mit Krankheit, Pflege, Klinikaufenthalt, Tod usw. sehr interessiert ist. Sie konnte es sich gut vorstellen, als Ausbilderin für diese Fragen in der Pflege-Ausbildung tätig zu sein. Ihr Bildungsweg und ihre Erfahrungen in diesem Bereich stützten diesen Berufswunsch. Allerdings fehlte ihr noch die Ausbildung, die diese Themen ganzheitlich und übergeordnet angeht. Aus diesem Grund hat sie nun mit dem Masterstudium «Ethik und Gesundheit» begonnen und fühlt sich darin rundum bestätigt.

\* Symbolbild, Name geändert

# Wie finanziere ich meine Ausbildung?

## Wichtige Infos zu Stipendien und Darlehen

Sie haben sich für eine Aus- oder Weiterbildung entschieden? Dann haben Sie bereits einen grossen Schritt gemacht. Als nächstes ist es wichtig, dass Sie sich auch über die Finanzierungsmöglichkeiten Ihrer Aus- oder Weiterbildung im Klaren sind. Im Folgenden finden Sie einen Überblick der verschiedenen Angebote.

### Was sind Stipendien?

Stipendien sind staatliche finanzielle Leistungen an eine anerkannte Erstausbildung. Sie sind allerdings nur erhältlich, sofern die Kosten für die in Ausbildung stehende Person (und deren Eltern) nicht zumutbar sind. Stipendien müssen nicht zurückbezahlt werden.

### Was sind Darlehen?

Staatliche Darlehen sind finanzielle Leistungen an eine anerkannte Aus- oder Weiterbildung. Sie müssen verzinst zurückbezahlt werden. Staatliche Darlehen können zusätzlich zu Stipendien gewährt werden, wenn diese nicht ausreichen.

### Wer erhält Stipendien und unter welchen Bedingungen?

Diese Frage lässt sich nicht pauschal beantworten, da die Gesuche als Einzelfall bearbeitet werden. Die Stipendienberechtigung hängt von unterschiedlichen Kriterien ab (Wohnsitz der sich bewerbenden Person, Wohnsitz der Eltern, Heimatberechtigung). Ausserdem werden folgende Faktoren berücksichtigt: eigenes Einkommen und Vermögen, Einkommen und Vermögen der Eltern, Lebenshaltungskosten, Anzahl Geschwister, Alter der sich bewerbenden Person, usw.

### Wie lange erhält man Stipendien?

Im Allgemeinen wird eine Beitragsleistung während der Mindestdauer der Ausbildung zuzüglich zwei Semestern gewährt. Die beitragsberechtigte Ausbildungszeit dauert maximal zwölf Jahre.

### Wie beantrage ich Stipendien/Darlehen?

1. Die Formulare sind bei der zuständigen Stelle (Abteilung Stipendien, Tel. 058 229 32 37, [www.stipendien.sg.ch](http://www.stipendien.sg.ch)) zu beziehen.



2. Einreichen des Stipendien-/Darlehensgesuches nach den Vorgaben.
3. Anträge müssen fristgerecht eingereicht werden.
4. Die Gesuche werden jedes Semester überprüft und müssen jährlich erneuert werden.

### Weitere Finanzierungsmöglichkeiten

- Stiftungen und Fonds (erkundigen Sie sich nach Adressen bei Ihrer zuständigen Berufs-, Studien- und Laufbahnberatungsstelle)
- Private Darlehen
- Ausbildungskredite von Banken
- Forschungsstipendien
- Mobilitäts- und Auslandstipendien

### Tipp

Alle sollen die Chance auf eine bestmögliche Ausbildung haben. Aus diesem Grund sollte der administrative Aufwand auf keinen Fall gescheut werden, um vom Recht auf finanzielle Unterstützung Gebrauch zu machen. Es kann sich lohnen!

### Jasmin Gasser\* Chemielaborantin, 24 Jahre

Nach der Lehre als Chemielaborantin mit BMS wollte sich Jasmin Gasser weiterbilden. Sie sprach mit der Berufsberaterin und besuchte einen Infotag der Fachhochschule Wädenswil. Danach entschied sie sich, Lebensmittel-Ingenieurin zu werden. Doch wie sollte sie das dreijährige Vollzeit-Studium finanzieren? Mit den Informationen aus der Beratung konnte sie folgende Finanzierungslösungen finden: Bei der kantonalen Abteilung Stipendien und Studendarlehen reichte sie das Stipendiengesuch zur Vorabklärung ein. Und bei Studienbeginn beantragte sie offiziell Stipendien. In ihrer Wohnregion gibt es zusätzlich eine Stiftung, die Studien an verschiedenen Bildungsstätten unterstützt. Bei dieser Stiftung reichte sie ebenfalls erfolgreich ein Gesuch ein. Zudem übernahmen ihre Eltern während des Studiums die Krankenkassen-Prämien. Diese Massnahmen haben es Jasmin Gasser zusammen mit Ferienjobs ermöglicht, ihr Studium und ihren Lebensunterhalt zu finanzieren.

\* Symbolbild, Name geändert

# Wenn es einmal nicht rund läuft: Laufbahnplanung unter erschwerten Bedingungen

Die meisten von uns wurden im Laufe der beruflichen Karriere schon mit erschwerten Bedingungen konfrontiert. Dazu gehören zum Beispiel Arbeitslosigkeit, eine eingeschränkte Arbeitsfähigkeit oder sprachliche Schwierigkeiten. Damit müssen Sie aber nicht alleine klar kommen. Welche Organisation für welches Anliegen die richtige Anlaufstelle ist, und was es dabei zu beachten gibt, erfahren Sie in den folgenden Ausführungen.

## Bei Arbeitslosigkeit

Den Arbeitsplatz zu verlieren ist sehr unangenehm. Aber Kopf hoch, Sie können geeignete Schritte unternehmen. Sobald Sie vom Verlust des Arbeitsplatzes erfahren haben, sollten Sie sich beim Regionalen Arbeitsvermittlungszentrum (RAV) melden. Nehmen Sie dafür Ihren Versicherungsausweis AHV-IV und die Wohnsitzbescheinigung der Gemeinde oder Ihren Ausländerausweis mit. Bei Ihrem ersten Besuch auf dem RAV erhalten Sie Unterlagen. Gleichzeitig bekommen Sie einen Termin für eine Informationsveranstaltung und das Erstgespräch. Das RAV berät Sie bei der Stellensuche.

Damit Sie bald wieder einen Arbeitsplatz finden, ist es wichtig, dass Sie sich schon während der Kündigungsfrist um eine neue Stelle bemühen. Das kommt Ihnen auch bei der Zusammenarbeit mit dem RAV entgegen. Sie müssen gegenüber der Arbeitslosenversicherung belegen können, dass Sie sich intensiv um eine Stelle bemühen (Mitwirkungspflicht).

**Wichtig:** Das RAV hat von Gesetzes wegen den Auftrag, Ratsuchende unmittelbar und schnell in den Arbeitsmarkt einzugliedern. Wer sich während einer Arbeitslosigkeit auch beruflich umorientieren möchte, benötigt allerdings oft mehr Zeit. Dieser Umstand kann für alle Beteiligten eine Herausforderung sein. Informationen zum Thema Arbeitslosigkeit finden Sie unter: [www.treffpunkt-arbeit.ch](http://www.treffpunkt-arbeit.ch)

## **Bei gesundheitlichen Problemen und möglicher Invalidität**

Eine Einschränkung der beruflichen Leistungsfähigkeit kann jeden von uns treffen. Wenn Sie davon betroffen sind, sollten Sie folgende Schritte unternehmen:

- Machen Sie bei Unfall umgehend eine Meldung an Ihre Unfallversicherung (beispielsweise SUVA).
- Bei gesundheitsbedingter Arbeitsunfähigkeit melden Sie sich bei der Invalidenversicherung (IV) für eine sogenannte «Früherfassung». Dies ist notwendig, wenn Sie während mindestens 30 Tagen ununterbrochen arbeitsunfähig waren oder innerhalb eines Jahres wiederholt infolge Krankheit nicht zur Arbeit gehen konnten.

Die Invalidenversicherung klärt ab, ob die von Ihnen wahrgenommenen Einschränkungen anerkannt werden.

## **Tipps bei Invalidität**

Wer gesundheitlich beeinträchtigt ist, muss seinen Gesundheitszustand in die berufliche Entscheidung einbeziehen. Dabei stellen sich Ihnen verschiedene Fragen: Welche Behandlung, welche Hilfsmittel brauche ich, damit ich beruflich wieder handlungsfähiger werde? Können die Arbeitsbedingungen angepasst werden? Oder ist eine berufliche Umorientierung notwendig? Wie müsste eine geeignete Arbeitsstelle oder Tätigkeit aussehen? Weitere Informationen finden Sie unter: [www.svasg.ch](http://www.svasg.ch)

## **Bei sprachlichen Schwierigkeiten**

Menschen, die aus einem anderen Land kommen, brauchen eine Eingewöhnungszeit. Denn die Umgebung, die Mentalität, die Kultur und viele andere Aspekte sind hier anders als in ihrer Heimat. Auch die Sprache. Es ist zwingend, die jeweilige Landessprache zu erlernen, denn sie ist der Schlüssel für eine erfolgreiche Integration – auch in die Arbeitswelt. Erkundigen Sie sich bei Ihrer regionalen Berufs- und Laufbahnberatungsstelle nach Sprachkursen.

# Wer sucht, der findet: Tipps und Tricks bei der Stellensuche

Bestimmt haben auch Sie die Herausforderung «Stellensuche» schon kennen gelernt: Inserate durchsehen oder aufgeben, sich bewerben, auf Antworten warten, Vorstellungsgespräche führen, etc. Dabei stellen sich viele Fragen: Wie und wo finde ich eine Stelle, die mir entspricht? Auf welche Weise soll ich mich bewerben? Worauf muss ich bei einem Bewerbungsgespräch achten? Fragen über Fragen also.

Im Folgenden haben wir für Sie einige Tipps und Tricks zusammengestellt, die helfen können, Ihre Stellensuche effektiver zu gestalten.

## **Wo und wie suchen?**

Die Stellensuche beginnt mit der Frage, wo man eine freie und passende Stelle findet. Dafür gibt es heute nicht nur Ausschreibungen in Tageszeitungen und Fachzeitschriften, sondern auch auf verschiedenen Internetseiten. Jobportale und Websites von Firmen und (privaten) Stellenvermittlungsbüros präsentieren freie Stellen. Für die Stellensuche sind aber auch Ihre persönlichen Beziehungen und beruflichen Kontakte sehr wertvoll. Sagen Sie Ihren Freunden und Bekannten, dass Sie einen neuen Job suchen und fragen Sie nach möglichen Betrieben, die in Frage kommen könnten. Denn etwa die Hälfte aller Stellen wird gar nicht ausgeschrieben, sondern «unter der Hand» vergeben.





## Spontanbewerbungen

Eine Bewerbung muss nicht unbedingt auf eine ausgeschriebene Stelle erfolgen. Sie können auch sog. Spontanbewerbungen (oder Blindbewerbungen) als Brief oder per Mail verschicken. Diese sind besonders geeignet für junge Leute mit wenig Arbeitserfahrung, ältere Berufleute oder Quereinsteiger. Im Gegensatz zu einer vollständigen Bewerbung auf eine ausgeschriebene Stelle, ist eine Spontanbewerbung kurz: eine Seite für den Brief und der Lebenslauf in Tabellenform genügen, Zeugnisse müssen nicht beigelegt werden.

Haben Sie eine Bewerbung abgeschickt und erhalten darauf keine Antwort, sollten Sie nach etwa zwei bis drei Wochen nachfragen.

Noch etwas: Vor einem Bewerbungsgespräch brauchen Sie keine Angst zu haben. Sie können sich entsprechend darauf vorbereiten: Überlegen Sie sich vorher genau, was man Sie fragen könnte und legen Sie sich gute Antworten zurecht. Wir wünschen Ihnen jetzt schon viel Erfolg!

## Rita Keller\* Kauffrau, 29 Jahre

Nach der kaufmännischen Lehre auf einer Gemeindeverwaltung hat Rita Keller mehrere Stellen als kaufmännische Sachbearbeiterin angetreten: bei einer Heizungsinstallationsfirma, in einer Anwaltspraxis und in einer Handelsfirma. Doch sie blieb nie länger als ein Jahr beim gleichen Arbeitgeber. In Gesprächen bei der Berufs- und Laufbahnberatung wurde ihr bewusst, dass sie lieber mit Menschen als mit Zahlen und Papier arbeiten wollte. Die «guten» Momente bei der Arbeit waren immer jene, bei denen sie mit Menschen in Kontakt kam. So suchte sie mittels Spontanbewerbungen eine kaufmännische Tätigkeit mit direktem und indirektem Kundenkontakt. Nach zahlreichen Bewerbungen und drei Vorstellungsgesprächen hatte sie Erfolg und erhielt eine Stelle, die ihren Vorstellungen entsprach: Rita Keller arbeitet nun bei einem Kursanbieter in der beruflichen Weiterbildung, wo sie einerseits für die Kursadministration zuständig ist und am Empfang immer wieder mit den Kursteilnehmenden in Kontakt kommt.

\* Symbolbild, Name geändert

# Weitere Dienstleistungen der Berufs-, Studien- und Laufbahnberatung

## **Dienstleistungen für Jugendliche:**

- Persönliche Beratung und Unterstützung für Jugendliche bei der ersten Berufs- und Schulwahl
  - Lehrstellenbörsen
  - Klassenbesprechungen
  - Schulhaussprechstunden
  - Elternabende
  - Berufskundliche Informationsveranstaltungen für Jugendliche aus der Volksschule
- Lehrstellennachweis LENA  
[www.berufsberatung.ch/lena](http://www.berufsberatung.ch/lena)

## **Dienstleistungen für Maturandinnen und Maturanden:**

- Persönliche Beratung und Unterstützung bei der Studienwahl
- Workshops und Informationsveranstaltungen für Maturandinnen und Maturanden

## **Dienstleistungen für Erwachsene:**

- Workshops und Seminare zum Übertritt in die Arbeitswelt
- Persönliche Laufbahnberatung für Erwachsene
- Seminare & Workshops zu Laufbahnthemen für verschiedene Zielgruppen
- Berufliche Abklärungen im Auftrag der RAV
- Validierungsverfahren nach Art. 31, BBV

# Anmeldung und Adressen

Die Anmeldung erfolgt über die zuständige regionale Berufs- und Laufbahnberatung (Wohnsitz). Studierende und Personen mit Hochschulabschluss kontaktieren bitte die Studien- und Laufbahnberatung in St.Gallen.

## **Berufs- und Laufbahnberatung Rheintal**

Marktgasse 27  
9450 Altstätten  
058 229 90 70  
info.blbrheintal@sg.ch

## **Berufs-, Studien- und Laufbahnberatung St.Gallen**

Teufenerstrasse 1/3  
9001 St.Gallen  
058 229 72 11  
info.blbstgallen@sg.ch  
Studienberatung  
058 229 72 33  
info.studienberatung@sg.ch

## **Berufs- und Laufbahnberatung Sarganserland**

Bahnhofstrasse 3  
7320 Sargans  
058 229 86 86  
info.blbsarganserland@sg.ch

## **Berufs- und Laufbahnberatung See-Gaster**

Bahnhofstrasse 18  
8730 Uznach  
058 229 05 40  
info.blbseegaster@sg.ch

## **Berufs- und Laufbahnberatung Toggenburg**

Bahnhofstrasse 32  
9630 Wattwil  
058 229 05 00  
info.blbtoggenburg@sg.ch

## **Berufs- und Laufbahnberatung Werdenberg**

Grünaustrasse 24  
9470 Buchs  
058 229 82 20  
info.blbwerdenberg@sg.ch

## **Berufs- und Laufbahnberatung Wil**

Obere Bahnhofstrasse 20  
9500 Wil  
058 229 05 20  
info.blbwil@sg.ch



[www.berufsberatung.sg.ch](http://www.berufsberatung.sg.ch)