

Frag nach deinem

**JOB  
COACH**

# First Step

Dein Einstieg ins Berufsleben

WISSEN, WAS GEHT.



**JugendService**  
jugendservice.at



# First Step

## Impressum:

Medieninhaber und Herausgeber:  
Amt der OÖ. Landesregierung,  
Direktion Bildung und Gesellschaft,  
Gruppe Jugend, JugendService,  
Bahnhofplatz 1, 4021 Linz;  
Tel. 0732 - 665544, E-Mail: jugendservice@ooe.gv.at,  
www.ooe-jugend.at;  
Redaktion: JugendService des Landes OÖ,  
Mag. Michael Mollnhuber, Mag. Irmgard Klement,  
Telefon: 0732-665544, jugendservice@ooe.gv.at;  
Gestaltung: Fischer,  
Druck: BTS Druck GmbH, Engerwitzdorf;  
Stand der Angaben: Jänner 2012.

## Inhalt:

### Seite

3	Vorwort	
4	Berufsorientierung	Schule/Lehre
5		Stärken/Schwächen
6		W-Fragen
7		Beratung/JobCoaching
8		Entscheidung
9		Checkliste
10	Bewerbung	Bewerbungsunterlagen
11		Bewerbungsschreiben
12		Muster Bewerbungsschreiben
13		Checkliste Bewerbungsschreiben
14		Der Lebenslauf und die Anlagen
15		Muster Lebenslauf
16		Checkliste Lebenslauf
17		Online-Bewerbung
18		Aufnahmetest
19		Vorstellungsgespräch
21	Links	
22	Adressen und Broschüren	

Personenbezogene Begriffe beziehen sich auf beide Geschlechter.

## Informiere dich und nutze deine Chancen!

Noch vor Beendigung der Schulpflicht steht für dich eine wichtige Entscheidung an: Weiter die Schulbank drücken oder einen Lehrberuf bzw. Arbeitsplatz suchen. Bei diesen Entscheidungen spielen deine Eltern, Freunde und das Ausbildungsangebot eine große Rolle. Und wenn man gerade erst 15 Jahre alt geworden ist, fällt die Wahl des richtigen Berufes oft nicht gerade leicht.

Die vorliegende Broschüre des JugendService des Landes Oberösterreich möchte dir helfen zu einer sachlichen guten Berufsauswahl zu kommen, damit du dich in der Folge kompetent um eine Stelle bewerben kannst.

Das JugendService setzt auch das Projekt „Job-Coaching“ erfolgreich um: Jugendliche,



Mag.<sup>a</sup> Doris Hummer  
Jugendlandesrätin



die trotz eigenem Bemühen keine Lehrstelle finden, werden von einem persönlichen Coach im Bewerbungsprozess individuell begleitet.

Als Mitveranstalter der alljährlich größten Berufsinformationsmesse „Jugend & Beruf“ legt das Land Oberösterreich viel Wert darauf, dass Jugendliche über die breite Palette der Aus- und Weiterbildungsmöglichkeiten Informationen aus erster Hand erhalten.

Wir wünschen dir einen guten Start in eine interessante, erfolgreiche Berufslaufbahn!



Dr. Josef Pühringer  
Landeshauptmann

# Berufsorientierung

## 1<sup>st</sup> Step: Schule/Lehre

Die erste wichtige Entscheidung passiert nach der Pflichtschule, wenn die Weichen für eine weiterführende Schule oder eine geplante Lehre gestellt werden. Die Berufs- bzw. Schulwahl entscheidet in hohem Maß über deine späteren Chancen am Arbeitsmarkt.

### Was spricht für eine Lehre

- frühere finanzielle Unabhängigkeit
- Interesse oder Eignung für praktisch-organisatorische Tätigkeiten
- kürzere Ausbildungszeit
- gute Chancen für Aufstieg und Einstieg in die Selbständigkeit
- gute berufliche Fortbildungsmöglichkeiten
- geregelte Arbeits- bzw. Freizeit

Berufseinstieg oder weiterführende Ausbildungen (Studium, Sozialberuf, Meisterprüfung etc.)

Weiterführende Schule  
Fachschule bzw.  
höhere Schule mit Matura

Lehre (mit Matura)

Berufswunsch

9 Jahre Pflichtschule

### Argumente für einen weiteren Schulbesuch

- gute schulische Leistungen
- große Ausdauer und Motivation beim Lernen; gute Lerntechniken
- bestimmte berufliche Ziele lassen sich nur über Matura oder ein abgeschlossenes Studium erreichen
- Einstieg ins Berufsleben wird hinausgeschoben

### Lehre mit Matura!

Für Lehrlinge wird seit Herbst 2008 die Möglichkeit zur kostenlosen Berufsmatura angeboten. Der Abschluss beinhaltet vier Teilprüfungen: Deutsch, Mathematik, Englisch und eine Fachbereichsprüfung (diese ergibt sich aufgrund deines Lehrberufs). Anmelden und näher informieren kannst du dich in deiner Berufsschule oder beim Verein zur Förderung der Lehrlinge in OÖ. [www.oe-lehre-mit-matura.at](http://www.oe-lehre-mit-matura.at)

# Berufsorientierung

## 2<sup>nd</sup> Step: Stärken/Schwächen

Ausgangspunkt für deine Berufs- oder Schulwahl sind deine Interessen und Fähigkeiten. Überlege dir, was du möchtest und worin du gut bist!

### Wer bin ich? Was kann ich?

#### Persönliche Begabungen, Fähigkeiten, Stärken, Interessen, Berufswünsche

Einen ersten Hinweis gibt die Schule: Welche Fächer machen dir wirklich Spaß, was weckt dein persönliches Interesse? Auch die Wahl deiner Hobbys und Freizeitbeschäftigungen verrät etwas über dich.

Eine grobe Einteilung für mögliche Berufsneigungen ist in folgenden Aussagen zu finden.

Ergänze den Satz:

#### Wenn ich an meinen zukünftigen Beruf denke, möchte ich...

- ... im Freien und/oder körperlich arbeiten,
- ... Büroarbeiten erledigen,
- ... rechnerisch und buchhalterisch tätig sein,
- ... in einem Labor arbeiten,
- ... mit Menschen in Kontakt sein oder anderen helfen,
- ... handwerklich und/oder gestalterisch arbeiten,
- ... technisch ausgerichtete Tätigkeiten verrichten.

Folgende Fähigkeiten werden unterschiedlich stark in Berufen gefordert. Bewerte diese Sätze mit einem +, wenn du diese Fähigkeiten hast.

- technisches Verständnis
- räumliches Vorstellungsvermögen
- rechnerisches Denken
- Kontaktsicherheit und Sprachbeherrschung
- Hand- und Fingergeschick
- Ideenreichtum
- körperliche Belastbarkeit, Stressbelastbarkeit
- Genauigkeit und Sorgfalt
- Flexibilität
- Anpassungsfähigkeit
- Organisationstalent
- Einfühlungsvermögen

Du kannst diese Aussagen auch von deinen Eltern oder einem Menschen, der dich gut kennt, bewerten lassen. Deckt sich dieses Bild mit deinem? Besprich dich im Familien- oder Freundeskreis!

Das JugendService kann dich durch Tests und Beratungen unterstützen, deine Interessen und Begabungen herauszufinden.

## Berufsorientierung 3<sup>rd</sup> Step: W-Fragen

Nimm dir Zeit und beantworte dir selbst einige Fragen, die deine Zukunft betreffen.

### Worauf lege ich Wert?

Welche Werte sind für mich in meinem zukünftigen Beruf wichtig?

Gute Aufstiegs-/Karrierechancen, gute Bezahlung, sicherer Arbeitsplatz, wenig Stress, hohe Verantwortung, Arbeiten in einem Team, Vereinbarkeit von Familie und Beruf, gutes Arbeitsklima, Möglichkeit von Teilzeitarbeit, interessante Tätigkeit und Spaß, genügend Freizeit, körperliche Tätigkeit.

### Was will ich lernen?

Kann ich mir vorstellen noch mehrere Jahre in einem schulischen System verankert zu sein, was bedeutet: Unterricht, lernen, Schularbeiten und Tests schreiben usw.?

### Was ist mir möglich?

Erfülle ich die Anforderungen für den Beruf oder den Schultyp?

Gibt es gesundheitliche Bedenken?

Wie viel kostet mich die Ausbildung?

Kann ich Förderungen in Form von Beihilfen beantragen?

### Wo gibt es das was ich will?

Wie viel Fahrtzeit nehme ich in Kauf? Wie komme ich zu meinem Arbeitsplatz bzw. zur Schule? Gibt es öffentliche Verkehrsverbindungen? Gibt es eventuell eine Wohnmöglichkeit an meinem Arbeits- oder Schulort?

### Was sagt meine Familie dazu?

Welche Berufe können sich meine Eltern für mich vorstellen? Wollen sie, dass ich weiter zur Schule gehe? Was machen meine Eltern, Geschwister und Verwandten beruflich?

### Leitfragen zur Berufswahl sind:

- Welche Erwartungen habe ich an den Beruf?
- Welcher Beruf entspricht meinen Fähigkeiten?
- Decken sich meine Berufsvorstellungen mit den Anforderungen der künftigen Tätigkeit?
- Werde ich voraussichtlich nach meiner Ausbildung einen Arbeitsplatz finden?
- Bietet der Job Aufstiegschancen?
- Kann ich meine Fertigkeiten später auch in anderen Sparten einsetzen?
- Welche Berufe entsprechen meinen Vorlieben, Fähigkeiten und Wünschen noch?



# JOB COACH

## Berufsorientierung 4<sup>th</sup> Step: Beratung/JobCoaching

### Gezielte Hilfe durch Bildungs- und Berufsberatung

Das JugendService bietet dir Unterstützung durch einen Jobcoach an. Das Angebot richtet sich nach deinen Wünschen und Bedürfnissen und umfasst unter anderem:

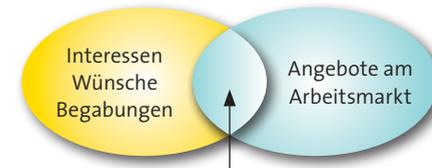
- Potenzialanalyse: Umfangreiche Testung deiner beruflichen Interessen und Fähigkeiten
- Unterstützung beim Erstellen deiner Bewerbungsunterlagen
- Trainieren eines Vorstellungsgesprächs
- Gezielte Lehrstellensuche und Unterstützung bei der Kontaktaufnahme von Firmen
- Auf Wunsch Begleitung zur Firma
- Nachbetreuung nach erfolgreicher Lehrstellenvermittlung

Und das alles ist für dich natürlich kostenlos! Die Anmeldung dazu ist ganz einfach: Anruf und Terminvereinbarung mit deinem JugendService genügt. Adressen und Telefonnummern dazu findest du auf unserer Homepage.

[www.jugendservice.at/coaching](http://www.jugendservice.at/coaching)

An deiner Schule stehen bestimmte Lehrer als Bildungsberater zur Verfügung. Wer gerne außerhalb der Schule Beratung sucht, kann sich an das BIZ des AMS oder an die Karriereberatung der Wirtschaftskammer wenden.

Wer anschaulich über Berufe und Schultypen informiert sein will, dem wird ein Besuch auf der Messe „Jugend & Beruf“ immer im Herbst in Wels empfohlen. Dort stellen sich Lehrberufe, Schulen und Ausbildungslehrgänge vor und bieten einschlägiges Informationsmaterial an. [www.jugend-und-beruf.at](http://www.jugend-und-beruf.at)



*Berufe, die dich interessieren und die auch angeboten werden*

Neben der Abklärung deiner Interessen musst du natürlich auch einen Blick auf den **Arbeitsmarkt** werfen, da nicht alle Berufe in deiner Region angeboten werden. Entscheidend ist jene Berufe herauszufinden, die dich interessieren und die auch tatsächlich verfügbar sind. Internetlinks zur Lehrstellensuche findest du auf den letzten Seiten dieser Broschüre.



### Zeit nehmen für die richtige Entscheidung

Du hast dich nun eingehend mit deinen Qualifikationen und deinen persönlichen Fähigkeiten und Eigenschaften beschäftigt. Wenn du dich für eine (oder mehrere) Richtungen entschieden hast, sollst du Zielberufe festlegen und dir dazu noch Fragen stellen.

*Mach dazu die folgende Übung schriftlich:*  
Zielberuf

---

---

---

---

---

---

---

---

Warum gerade dieser Beruf?

---

---

---

---

---

---

---

---

Was spricht dafür/dagegen?

---

---

---

---

---

---

---

---

Welche Berufsalternativen gibt es?

---

---

---

---

---

---

---

---

Es bewährt sich, nicht auf einen Beruf fixiert zu sein, sondern Alternativen zu haben, falls sich Bewerbung oder Aufnahmetests schwierig gestalten oder Absagen eintreffen.

Versuche **Tage der offenen Tür** an Schulen und **Schnuppereinsätze in Betrieben** wahrzunehmen und beachte, dass es für das Anmelden und Bewerben **Fristen** gibt, die eingehalten werden müssen.

Wer trotz großem Bemühen keinen Erfolg bei der Bewerbung um eine Lehrstelle hat, für den bietet das **AMS Kurse** und Praktika zur Unterstützung an. Diese sind als Einstiegshilfen gedacht. An Maßnahmen gibt es Berufsfindungskurse, Arbeitserprobung, Berufsvorbereitung, sowie Arbeitstraining. Andere Alternativen wären beispielsweise ein **weiteres Schuljahr in der Polytechnischen Schule**, eine **weiterführende Schule**, ein **freiwilliges soziales Jahr** etc.

*Das JobCoaching, das über einen längeren Zeitraum Unterstützung gibt, wird vom JugendService des Landes OÖ angeboten. Siehe Seite 7 und auf [www.jugendservice.at/coaching](http://www.jugendservice.at/coaching)*

### Wie komme ich zur richtigen Entscheidung?

step by step	wer/was kann helfen
Selbstanalyse	Eltern, Lehrer, gute Freunde die W-Fragen (Seite 6) eigene Erfahrungen bei Ferialjob
Berufsinteressenstest Berufseignungstest	Online Test, AMS Karriereberatung Wirtschaftskammer JugendService Linz und in den Bezirken Schulpsycholog. Beratung für OÖ
Infos sammeln zu: Berufsbild, berufliche Anforderungen, Aufgaben, Tätigkeitsschwerpunkte, Ausbildungswege, Beschäftigungs- und Aufstiegsmöglichkeiten	Internet, Broschüren Berufslexika, Beratungsstellen Schüler- und Bildungsberater Schulpsychologie u. Bildungsberatung Tage der offenen Tür an Schulen Schnupperlehre Jobcoaching im Jugendservice Infos von Personen, die in diesem Beruf arbeiten einholen
Feinauswahl treffen	Gespräche mit Personen deines Vertrauens
Entscheidung fällen	selbst, eventuell unter Einbeziehung der Eltern
Zielberuf und Alternativen	:-)

Nachdem du deine Berufsentscheidung getroffen hast, geht es darum Lehrstellen zu suchen, Bewerbungsunterlagen zu schreiben und dich auf Vorstellungsgespräche und Aufnahmetests vorzubereiten....

# Bewerbung

## Bewerbungsunterlagen



Be-Werbung heißt Werbung in eigener Sache. Deshalb ist es wichtig, dass deine Bewerbung auffällt und den Verantwortlichen im Gedächtnis bleibt. Das ist dann der Fall, wenn deine Unterlagen nach außen einen guten Eindruck machen (keine Tipp- oder Rechtschreibfehler!) und der Inhalt kurz und übersichtlich darstellt, warum gerade du die/der Richtige für den Job bist! Der erste Eindruck ist entscheidend.

### Die vollständigen Bewerbungsunterlagen:

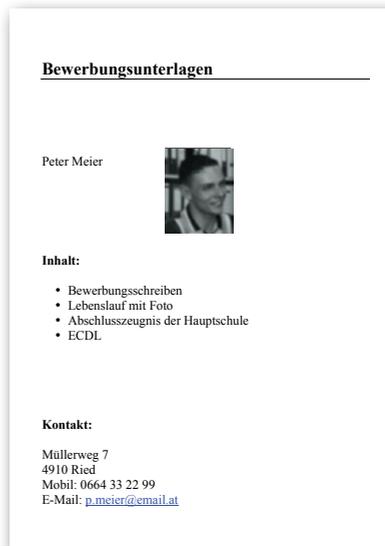
- Deckblatt
- Bewerbungsschreiben
- Lebenslauf mit Foto
- Anlagen (Kopien von Zeugnissen, Bestätigungen von Zusatzqualifikationen oder Praktika).

### Deckblatt

Du kannst deiner Bewerbung wahlweise ein persönliches Deckblatt hinzufügen. Die Gestaltung eines Deckblatts hat einige Vorteile:

- Du hebst dich von anderen Bewerbern ab!
- Du kannst die Bewerbung optisch ansprechend gestalten!
- Du zeigst, dass du mit dem Computer umgehen kannst!
- Der Leser erhält einen Überblick über die mitgeschickten Dokumente!
- Es gibt keine einheitlichen Formvorschriften, du kannst gerne etwas experimentieren!

Deine Bewerbungsunterlagen solltest du in einer Mappe dem Unternehmen zukommen lassen. Falls du die Stelle nicht erhältst, kannst du die Mappe auch wieder zurückfordern.



# Bewerbung

## Bewerbungsschreiben

### So hebst du dich ab

Ein Bewerbungsschreiben, auch Motivationsschreiben genannt, ist ein kurzer Brief an den Arbeitgeber. Es soll den Leser davon überzeugen, dass du aufgrund deiner Fähigkeiten und Motivation die richtige Person für diese Stelle bist.

### Tipps für ein gelungenes Bewerbungsschreiben

- Mit Computer verfassen.
- Adressat: So genau wie möglich, mit Ansprechpartner!
- Betreff-Zeile: Hier steht (fett gedruckt) die Tätigkeit, für die du dich bewirbst.
- Bewerbungsgrund: Formuliere kurz, warum dich diese Stelle besonders interessiert. Beziehe dich dabei auch auf die Anforderungen aus der Stellenausschreibung. Betone deine eigenen Stärken und Fähigkeiten und beschreibe kurz deinen Werdegang (Eignung für die zu besetzende Stelle).
- Ersuche um ein persönliches Gespräch und wähle eine neutrale Grußformel.
- Kurz fassen: Nicht mehr als eine Seite.
- Klare Gliederung! Auch wer wenig Zeit hat, sollte sich auskennen.
- Layout: Wähle einen nicht zu engen Zeilenabstand, mach Absätze. Der Text sollte gut auf der Seite verteilt sein. Verwende eine einheitliche Schriftart (Arial, Times New Roman).
- Persönliches Bewerbungsschreiben: Verwende keine Standardsätze!

# Checkliste Bewerbungsschreiben



**25 mm Rand**

Schriftart: Arial oder Times New Roman  
Schriftgröße: 12 pt (Betreffzeile 14 pt)

Petra Meier  
Müllerweg 7  
4910 Ried  
Mobil: 0664 33 22 99  
E-Mail: [p.meier@email.at](mailto:p.meier@email.at)

**4 Leerzeilen**

Optiker Sehkraft  
Herrn Robert Schmidt  
Hauptstraße 28  
4910 Ried

**4 Leerzeilen**

Ried, 19. Jänner 2012

**Bewerbung um eine Lehrstelle als Augenoptiker**

**25 mm Rand**

Sehr geehrter Herr Schmidt,

durch Ihr Inserat auf der AMS Homepage habe ich erfahren, dass Sie einen Lehrling als Augenoptiker suchen. Ich bewerbe mich hiermit für die ausgeschriebene Stelle.

Ich bin 15 Jahre alt und besuche derzeit die Polytechnische Schule in Ried, die ich im Juli voraussichtlich mit ausgezeichnetem Erfolg abschließen werde.

Aufgrund meines Interesses an Physik und meines handwerklichen Geschicks möchte ich schon lange den Beruf eines Optikers erlernen. Auf einer Informationsveranstaltung des AMS Ried hatte ich die Möglichkeit mich genau zu informieren, was mich an meinem zukünftigen Ausbildungsplatz erwartet. Erste Erfahrungen in Schnuppertagen bestärkten mich in meinem Berufswunsch.

Neben meiner großen Fingerfertigkeit eigne ich mich auch aufgrund meiner Kontaktfreudigkeit und meiner Fähigkeit zu genauem Arbeiten für den Beruf eines Optikers.

Ich freue mich auf ein persönliches Gespräch. Für Schnuppertage in Ihrem Betrieb bin ich gerne bereit.

Freundliche Grüße

*Petra Meier*

Lebenslauf  
Zeugnisse

**20 mm Rand**

- Absender
- Adressat
- Ort, Datum (rechtsbündig)
- Betreffzeile, Slogan
- Grund des Schreibens
- Infoquelle (AMS, Inserat ...)
- momentaner Schulbesuch
- Begründung der Berufsentscheidung
- Interessenschwerpunkt, Lieblingsgegenstand
- persönliche Eigenschaften, praktische Erfahrung
- Ziel: Einladung zum Vorstellungsgespräch
- Grußformel
- Anlagenübersicht

Absender	vollständig (Name, Adresse, Telefon, E-Mail)	✓
Adressat	Ansprechpartner/in mit korrektem Namen und Titel	✓
	vollständige Firmenadresse	✓
Ort und Datum	am rechten Rand = rechtsbündig	✓
Grund des Schreibens	kurz und prägnant vor der Anrede (fett gedruckt)	✓
Stil	kurz	✓
	strukturiert	✓
	selbstbewusst, aber nicht überheblich	✓
Inhalt	was mache ich gerade	✓
	Ausbildung/praktische Erfahrung	✓
	Gründe für persönliches Interesse	✓
	auf Anforderungen eingegangen	✓
	Bitte um persönliches Gespräch	✓
Schluss	„Freundliche Grüße“ (keine Abkürzungen)	✓
	Unterschrift mit Kugelschreiber oder Füllfeder	✓
Anlagen	sind angeführt	✓
Form	Papier und Ausdruck sind einwandfrei	✓
	Layout (Zeilenabstand/Absatz) ist gut	✓
	Rechtschreibung und Grammatik sind korrekt	✓
	Einheitliche Schriftart und Schriftgröße	✓

# Bewerbung

## Der Lebenslauf und die Anlagen



### Die wichtigsten Tipps für einen guten Lebenslauf:

- Verfasse einen tabellarischen Lebenslauf auf dem Computer. Textverarbeitungsprogramme wie z.B. MS Word bieten dafür Formatvorlagen an, die dir bei der Gestaltung helfen können. Handgeschriebene Lebensläufe werden heute nur mehr selten verlangt. Aber auch dann kannst du zusätzlich einen gedruckten Lebenslauf mitschicken. Ein Lebenslauf sollte nicht zu lang sein (1-2 Seiten).
- In der Aufstellung sollte kein Jahr fehlen. Bei Unregelmäßigkeiten wie z.B. einem wiederholten Schuljahr musst du natürlich ehrlich bleiben. Überlege dir aber schon vor dem Bewerbungsgespräch eine Erklärung: Alle Dinge haben auch ihre positive Seite!
- Schulabschlüsse schreibst du in eine eigene Zeile.
- Berufstätigkeit: Arbeitsplätze sind lückenlos anzugeben. Bei Ferial- oder Nebenjobs sowie Kursen und Schnupperstellen genügt es, nur die auszuwählen, die am ehesten mit der angestrebten Arbeit zu tun haben.

- Wenn du noch bei den Eltern wohnst, solltest du auch ihre Daten erwähnen.
- Ein aktuelles Foto gehört rechts oben auf den Lebenslauf. Es sollte möglichst aktuell sein. Ein leichtes Lächeln und eher helle Kleidung vermitteln einen positiven Eindruck. Ob schwarzweiß oder Farbe ist dabei Geschmacksache. Achte beim Ausdrucken der Digitalfotos auf eine gute Auflösung und die Qualität! Der Weg zum Profifotografen lohnt sich, damit du ins beste Licht gerückt wirst.

### Die Anlagen

- Kopien deiner Abschlusszeugnisse beilegen. Keine Originale! Wenn du dich vor dem Abschluss bewirbst, Kopie deines letzten (Semester-)Zeugnisses.
- Praktikumsbestätigungen in Kopie beilegen. Dasselbegilt für eventuell bemerkenswerte Zusatzkurse, die du absolviert hast wie zum Beispiel der EC DL.
- Strafregisterauszug: falls vom Arbeitgeber verlangt, am zuständigen Meldeamt ausstellen lassen. Er ist nur begrenzt gültig.

## Lebenslauf



### Persönliche Daten:

Name: Petra Meier  
Adresse: Müllerweg 7  
4910 Ried  
Tel: 0664 44 55 66  
E-Mail: p.meier@email.at  
Geburtsort und -datum: Ried, 04. März 1997  
Staatsbürgerschaft: Österreich  
Eltern: Alois Johann Meier, Landwirt  
Annemarie Meier, Hausfrau

### Schulbildung:

2003 – 2007 Volksschule in Ried  
2007 – 2011 Hauptschule in Ried  
Seit 2011 Polytechnische Schule Ried  
Lieblingsfächer: Physik, Englisch

### Berufliche Erfahrungen:

11/2011 Schnuppertage als Optikerin

### Besondere Kenntnisse:

Gute Englisch-Kenntnisse  
EDV-Grundkenntnisse (Windows, MS-Office, Internet)  
16-stündiger Erste-Hilfe-Kurs  
Mopedführerschein

### Hobbies:

Fußball (seit 3 Jahren im Verein), Basteln, mit Freunden treffen, Lesen

Ried, 19. Jänner 2012

*Petra Meier*



Persönliche Daten	Vor- und Familienname	✓
	Geburtsdatum	✓
	Geburtsort	✓
eventuell	Eltern (Name und Beruf)	✓
	Staatsbürgerschaft bzw. Angaben zur Arbeitserlaubnis	✓
Schulische Ausbildung	Volksschule	✓
	weitere Schulen (Hauptschule, AHS, BHS ...)	✓
	Abschluss (z.B. Matura)	✓
Praktika (jeweils Jahr und Dauer)	relevante Praktika und Ferialjobs	✓
	Sprachkurse	✓
Fähigkeiten	(z.B. Führerschein, EDV-Kenntnisse ...)	✓
Fremdsprachen	Länge der Ausbildung, Auslandsaufenthalt	✓
Sonstiges	welche speziellen Interessen sprechen für dich:	✓
	ehrenamtl. Tätigkeiten, sportl. Aktivitäten, Hobbies ...	✓
Form	Papier und Ausdruck sind einwandfrei	✓
	Layout ist gut	✓
	keine Rechtschreib- und Tippfehler	✓
	Datum und Unterschrift	✓
	Foto im rechten oberen Eck	✓

## Auf der Überholspur zum Job?

In manchen Fällen ist es auch möglich, sich gleich per Internet oder E-Mail zu bewerben. Online-Bewerbungsformulare, die auf der Homepage der Firma zu finden sind, ausfüllen und abschicken.

Schreibst du eine Bewerbung per E-Mail gibt es einige Dinge zu beachten:

- Achte auf eine **seriöse E-Mail** Adresse: Adressen wie mausi1@gmx.at oder playboy23@hotmail.com machen einen schlechten Eindruck. Besser ist: vorname.nachname@gmx.at
- Der **Betreff** sollte eindeutig sein und die ausgeschriebene Stelle, den Standort oder die Nummer und das Datum des Stelleninserates beinhalten. E-Mails ohne Betreff werden aufgrund der Virusgefahr oft gleich gelöscht.
- **E-Mail Text:** formuliere einige Sätze: z.B. „Hiermit bewerbe ich mich um die ausgeschriebene Stelle vom... Im Attachment finden Sie Lebenslauf und Bewerbungsschreiben...“ (siehe Grafik).

Füge das Bewerbungsschreiben und den Lebenslauf mit deinem Foto als **Attachment** bei (am besten als pdf-file damit es keine Verschiebungen in der Text-Darstellung gibt!).

- Die **Dateigröße** des Anhangs sollte nicht größer als max. 1 MB sein. Achte besonders bei den Fotos und den eingescannten Dokumenten auf die Größe der Datei.
- Frage am besten beim Unternehmen nach, wer die **Kontaktperson** für deine Bewerbung ist und richte sie an seine/ihre persönliche E-Mail Adresse. E-Mails an info@... oder office@... gehen manchmal verloren.



# Bewerbung Aufnahmetest

Bewirbst du dich bei einer Firma musst du mit verschiedenen Auswahlverfahren rechnen. Üblicherweise werden zuerst deine **Bewerbungsunterlagen beurteilt**, danach wird von vielen Firmen ein **Aufnahmetest** durchgeführt, bevor es letztendlich zum **Vorstellungsgespräch** und zu einer Zu- oder Absage kommt.

## „Keine Angst vor Aufnahmetests!“

Die meisten Aufnahmetests sind schriftlich und dauern von einer halben bis zu zwei Stunden, in Ausnahmefällen noch länger. Was getestet wird, welche Fragen kommen, ist abhängig vom jeweiligen Beruf, für den du dich bewirbst.

*Grundsätzlich ist mit Aufgaben aus folgenden Bereichen zu rechnen:*

- **Sprachen/Sprachgefühl:** Mögliche Testaufgaben können Lückentexte sein, Bildgeschichten, Diktate etc. Alle Aufgaben können auch in einer Fremdsprache (üblicherweise Englisch) gestellt werden!
- **Mathematik:** In Aufnahmetests kommen immer wieder Grundrechnungsarten (addieren, subtrahieren, multiplizieren, dividieren) vor, Prozentrechnungen, Bruchrechnungen, Flächen- und Volumsberechnungen etc. Du solltest auf jeden Fall wieder einen Blick ins Mathematik Schulbuch

werfen. Für Schüler aus höheren Schulen wäre es auch sinnvoll, das Kopfrechnen wieder zu üben.

- **Räumliches Vorstellungsvermögen und logisches Denken:** In bestimmten Berufen, wie im Handwerk oder auch als Mediendesigner oder Schilderhersteller, ist es von Vorteil ein gutes räumliches Vorstellungsvermögen und technisches Verständnis zu besitzen.

- **Allgemeinwissen:** Viele Firmen wollen sich auch einen Eindruck von deinem Allgemeinwissen machen. Hier sind insbesondere Fragen aus den Bereichen Geografie, Geschichte, Wirtschaft und Politische Bildung wahrscheinlich.

*Nähere Informationen zu Aufnahmetests sowie einige Übungsbeispiele findest du auf unserer Homepage oder in deinem JugendService Regional-Point!  
[www.jugendservice.at/bewerbung](http://www.jugendservice.at/bewerbung)*



# Bewerbung Vorstellungsgespräch

**Keep cool!** Das Vorstellungsgespräch ist keine Prüfung, sondern vielmehr eine Art Verhandlungsgespräch – also kein Grund nervös zu sein. Den Personalchef interessieren deine Eignung, deine persönliche Situation und deine Erwartungen. Bedenke, der erste Eindruck zählt!

## Vorbereitung lohnt sich:

- **Unterlagen vorbereiten:** Lebenslauf und Zeugnisse, einen Terminkalender und Notizblock für deine persönlichen Notizen.
- Mögliche **Fragen und Antworten üben** (siehe S. 20): Hol den Rat von Erwachsenen ein!
- **Informationen** über das Unternehmen einholen: Homepage, Bekannte die dort arbeiten.
- **Infos über den Lehrberuf einholen** – das Berufsbild sollst du beschreiben können!
- **Persönliche Fragen** überlegen: z.B. Arbeitszeiten, Arbeitskleidung, Weiterbildungsangebote, Gehalt, Sozialleistungen wie Mittagstisch, Essensmarken usw.
- **Zeitplan:** 10 Minuten vor dem Termin ankommen, dann hast du einen Zeitpuffer, falls etwas Unvorhergesehenes passiert, und du kannst vor dem Gespräch noch einmal tief durchatmen und bist nicht abgehetzt.
- Dein **Outfit** soll sauber und ordentlich wirken. Der optische Eindruck sollte mit deiner Persönlichkeit und deinem Berufswunsch übereinstimmen (Klamotten, Haarpracht, Fingernägel, Schuhe).

## → Handy ausschalten!

- Versuche ruhig und entspannt auszusehen. Komme in jedem Fall ausgeschlafen.

## Wie du auftreten solltest:

- **Höflichkeit und Respekt** beginnt bei der Begrüßung. Kaugummikauen ist verpönt; ebenfalls solltest du unmittelbar vor einem Bewerbungsgespräch nicht rauchen – man riecht es und es kann unangenehm auffallen.
- **Körperhaltung:** Achte beim Sitzen darauf, nicht zu lässig im Sessel zu lehnen. Schau welche Körperhaltung dein Gegenüber einnimmt und passe dich an.
- **Höre gut zu und gehe auf jede Frage ein;** sprich deutlich und nicht zu schnell.
- Lass dir nicht jedes Wort „aus der Nase ziehen“.
- **Mimik und Blickkontakt:** Eine todernste Miene könnte falsch interpretiert werden. Mit einem freundlichen Lächeln kannst du Sympathie gewinnen. Schau deinem Gegenüber ruhig in die Augen.
- **Gib dich natürlich und selbstbewusst!**



# Bewerbung Vorstellungsgespräch



## Was du gefragt werden könntest

### Fragen zum Unternehmen

- Warum haben Sie sich gerade bei unserer Firma beworben?
- Was wissen Sie über unser Unternehmen?
- Woher kennen Sie unser Unternehmen?

### Fragen zu dir selbst

- Erzählen Sie mir etwas über sich!
- Was waren ihre Lieblingsfächer in der Schule?
- Welche Fächer fielen Ihnen am schwersten?
- Was sind Ihre Stärken?
- Welche persönlichen Schwächen haben Sie?
- Warum sollten wir gerade Sie einstellen?
- Wie gehen Sie mit Konflikten um?
- Wie reagieren Sie auf Stress und Druck?

- Welche Hobbies und Interessen haben Sie?
- Sind Sie in einem Verein, Club etc.?  
(Feuerwehr, Rotes Kreuz, Sportverein,...)

### Fragen zum Beruf

- Warum haben Sie sich für diesen Beruf entschieden?
- Welcher Lehrberuf käme für Sie sonst noch in Frage?
- Wie stellen Sie sich den Beruf als...vor?

## Abschließende Fragen

- Wann könnten Sie bei uns anfangen?
- Haben Sie abschließend selbst noch Fragen?

Das Angebot selbst Fragen zu stellen, solltest du auf jeden Fall in Anspruch nehmen, da du dadurch nochmals dein Interesse am Unternehmen und an der Tätigkeit zeigen kannst.

## Mögliche eigene Fragen

- Wie ist die Arbeitszeit geregelt?
- Gibt es spezielle Weiterbildungsangebote?
- Kann ich nach der Ausbildung im Betrieb weiterbeschäftigt bleiben?
- Bis wann kann ich mit einer Entscheidung rechnen?
- Auf ihrer Homepage ist mir aufgefallen...

**Dein Jobcoach im JugendService hilft dir gerne beim Üben eines Vorstellungsgesprächs.**



# Bewerbung/Infos Vorstellungsgespräch/Links

## Wenn es einmal nicht klappt

Eine Absage oder keine Reaktion auf dein Bewerbungsschreiben ist kein Werturteil über dich als Person. Überlege dir nach dem Bewerbungsgespräch ein paar Fragen, damit du dich beim nächsten Mal noch besser präsentieren kannst.

- Was ist sehr gut gelaufen?
- Wie ist das Gespräch inhaltlich gelaufen?

(Fragen, die gestellt wurden. Habe ich meiner Meinung nach gut darauf geantwortet? Was hätte ich im Nachhinein anders gemacht/gesagt?)

- Was habe ich Neues gelernt?
- Bewerbungsunterlagen im Stil verbessern
- Erwerb von Zusatzqualifikationen überlegen
- Berufsberatung in Anspruch nehmen

## Bildungs- und Berufsinformation

### [www.bic.at](http://www.bic.at)

Tipps zur Berufswahl, Interessensprofil, Berufsbeschreibungen

### [www.arbeitszimmer.cc](http://www.arbeitszimmer.cc)

Informationen zu Schule, Lehre, Studium

### [www.ams.at/buw.html](http://www.ams.at/buw.html)

Berufsinformation, Weiterbildung

### [www.berufsinfo.at](http://www.berufsinfo.at)

Berufsinformation, Bildungsberatung

### [www.berufskompass.at](http://www.berufskompass.at)

Berufsinteressenstest mit ausführlicher Auswertung online

### [www.eduhi.at](http://www.eduhi.at)

Schulen, Hochschulen, Unis, Bildungseinrichtungen österreichweit

## Jobsuche und Bewerbung

### [www.jugendservice.at/bewerbung](http://www.jugendservice.at/bewerbung)

Projekt Jobcoaching  
Informationen zu Bewerbung, Vorstellungsgespräch, Aufnahmetest

Linkliste zu Lehrstellenbörsen im Internet  
Ferial- und Nebenjobbörse

### [www.ams.or.at/lehrstellen](http://www.ams.or.at/lehrstellen)

Lehrstellenangebote

### [lehrbetriebsuebersicht.wko.at](http://lehrbetriebsuebersicht.wko.at)

Liste mit Betrieben, die bereits Lehrlinge ausbilden

### [www.lehrvertrag.at](http://www.lehrvertrag.at)

Informationen rund ums Thema Lehre



## Adressen

### JugendService des Landes OÖ

Bahnhofplatz 1, 2.Stock im LDZ, 4021 Linz,  
Fon 0732-665544, jugendservice@ooe.gv.at  
www.jugendservice.at (für alle Bezirke)

### Arbeiterkammer OÖ

Volksgartenstraße 40, 4020 Linz  
Fon 050/6906-0  
www.arbeiterkammer.com/kontakt

### Arbeitsmarktservice (AMS) Linz BerufsinfoZentren (BIZ)

Bulgariplatz 17-19, 4021 Linz  
Fon 0732/6903-298 oder 299  
und Regionalstellen in den Bezirken  
www.ams-ooe.or.at

### Schulpsychologie- und Bildungsberatung Entscheidungsfragen zur Bildungslaufbahn

4040 Linz, Sonnensteinstr. 20  
Fon 0732/7071-2291  
schulpsychologie.linz@lso-ooe.gv.at  
www.schulpsychologie.at

### WIFI - Karriereberatung

Berufsinformation/Bildungsberatung  
Wiener Straße 150, 4024 Linz  
Fon 0590909-4051  
karriere@wkooe.at, www.wko.at/ooe/karriere

### Wirtschaftskammer OÖ

Lehrlingsstelle der Wirtschaftskammer  
Wiener Straße 150, 4024 Linz  
Fon 0590909-4020, www.wko.at/ooe/bp

## Broschüren

(alle kostenfrei im JugendService erhältlich)

### Bildungsland Oberösterreich

Leitfaden für das mittlere und höhere  
Bildungsangebot in Oberösterreich  
Hrsg: Land Oberösterreich

### ABC der berufsbildenden Schulen

Hrsg: bm:ukk  
www.berufsbildendeschulen.at

### Berufslexikon 1-5

Lehrberufe  
Berufe nach Abschluss berufsbildender Schulen  
Akademische Berufe  
Berufe mit Kurz- oder Spezialausbildung  
Alle Berufe  
Hrsg: Arbeitsmarktservice - AMS  
download unter www.berufslexikon.at

### Lehrberufe in Österreich – Ausbildungen mit Zukunft

Lehrberufsübersicht  
Hrsg: bm:wfi

### Der Fahrplan zum Beruf

Hrsg: WKO, Wien

### Chance Bildung – Zukunft sichern

Bildungs- und Berufswahl für Personen mit  
Migrationshintergrund  
Hrsg: Wifi Österreich

### Berufswahl Schule oder Lehre? Tipps!

Hrsg: AMS Österreich

Don't dream it, **be it!**

**Was sind deine Ziele?** Deinen Traumjob finden oder eine Zeit lang im Ausland leben? Vielleicht willst du auch nur deine Freizeit neu gestalten, eine neue Beziehung beginnen oder mit alten Gewohnheiten Schluss machen. **Was auch immer, uns geht's darum, dass du deine Möglichkeiten kennst.**

**jugendservice.at** Fon **0732.665544**

**WISSEN, WAS GEHT.**



# First Step

Frage nach deinem

**JOB  
COACH**

## Dein Einstieg ins Berufsleben

Bevor du die Pflichtschuljahre erfüllt hast, wirst du dich mit Fragen zur Berufsorientierung, Berufswahl und Bewerbung befassen.

Um dich dabei zu unterstützen, hat das JugendService die wichtigsten Schritte und Informationen zusammengefasst und gibt dir praktische Tipps für deine Entscheidungen. Wichtige Kontaktadressen, Links und Buchtipps sollen dir weiterhelfen.

Einem erfolgreichen Start ins Berufsleben steht also nichts mehr im Weg!

## JugendService des Landes OÖ 14 x in ganz OÖ:

**Zentrum Linz** 4021 Linz, Bahnhofplatz 1, **Fon 0732.665544**

**Regional-Points** Braunau 07722/22233 | Eferding 07272/75823

Freistadt 07942/72572 | Gmunden 07612/64455 | Grieskirchen 07248/64464

Kirchdorf 07582/60416 | Perg 07262/58186 | Ried 07752/71515

Rohrbach 07289/22444 | Schärding 07712/35707 | Steyr 07252/54040

Vöcklabruck 07672/75700 | Wels 07242/211411

[jugendservice@ooe.gv.at](mailto:jugendservice@ooe.gv.at)

[jugendservice.at](http://jugendservice.at)

WISSEN, WAS GEHT.



**JugendService**  
[jugendservice.at](http://jugendservice.at)