

Topfit in den Job

Bosch **BKK**

Gesetzliche Kranken-
und Pflegeversicherung



BOSCH



Hallo Berufsstarter,

es steht fest: Das Ende der Schulzeit ist absehbar, sie geht nahtlos über in das viel zitierte lebenslange Lernen. Also kein Unterschied zu jetzt? Doch: Künftig können im Rahmen der Ausbildung persönliche Neigungen und Interessen ganz enorm motivieren und erste Erfolgserlebnisse vielfach anspornen.

Voraussetzung dazu ist die richtige Berufswahl: bei weit über 300 staatlich anerkannten Ausbildungsberufen sicher keine einfache Entscheidung. Außerdem gibt es für gefragte Berufe meist mehr Bewerber als Plätze angeboten werden.

Wie finden Sie also Ihren „Traumjob“, den mit den besten Zukunftsaussichten? Der Weg dorthin ist zwar mit einigen Hürden gespickt – mit ein wenig Training kann daraus aber ein Start-Ziel-Sieg werden.

Dazu finden Sie in dieser Broschüre viele Tipps und Tricks. Sie reichen von der Berufswahl über die Bewerbung und Einstellungstests bis zum Vorstellungsgespräch und dem Vertragsabschluss.

Für diese spannende Zeit, die jetzt vor Ihnen liegt, drücken wir alle Daumen und wünschen viel Erfolg bei bester Gesundheit.

Bei Fragen rund um die Sozialversicherung im Allgemeinen, die Krankenversicherung im Besonderen sowie zur Gesundheit sind wir Ihr Ansprechpartner.

Ihre Bosch BKK



Den Traumjob finden

Selten haben Schüler(innen) schon ganz klare Vorstellungen über ihren künftigen Beruf. Dann gilt: „Viele Wege führen zum Ziel“ und „Grau ist alle Theorie“. Das bedeutet im Klartext: Bei über 300 geregelten Ausbildungen ist einerseits die Auswahl riesengroß, andererseits gilt das Prinzip von Angebot und Nachfrage.

Wie diesen Spagat meistern und den Wunschberuf finden, der meinen Fähigkeiten, Interessen und Neigungen entspricht? Möchten Sie in einem technischen oder handwerklichen Beruf oder doch lieber im kaufmännischen oder gar im sozialen Bereich arbeiten? Arbeiten Sie gerne für bzw. mit Menschen oder Kunden? Dabei hilft Ihnen der BKK-Tipp Wegweiser Traumjob.

BKK-TIPP WEGWEISER TRAUMJOB

- Arbeitsagentur – Berufsinformationszentrum (BiZ)
- im Internet unter www.berufenet.de, www.planet-beruf.de und www.studienwahl.de
- Informationen über Berufe/Ausbildungsbetriebe von Eltern, Verwandten, Bekannten
- Praktikum, Schnupperlehre, Ferienjob
- Firmenpräsentationen im Internet, in Medien
- Stellenangebote von Ausbildungsbetrieben
- Handwerkskammer, Industrie- und Handelskammer (IHK)

Das BiZ ist die richtige Adresse für alle, die sich mit beruflichen Fragen befassen. Hier können sich Schüler, Lehrer und Eltern umfassend über alles Wichtige zu Ausbildung, Berufswahl und Studium informieren.

Sie finden unter

www.berufenet.de alle Berufe von A bis Z
www.planet-beruf.de alle Ausbildungsberufe mit Steckbrief
www.studienwahl.de Antworten zur Frage „Studium oder Ausbildung?“

Diese Bewerbung überzeugt

Die Bewerbung – Werbung für die eigene Person! Die überzeugende (Be-)Werbung enthält einerseits Fakten wie zum Beispiel Noten, Lieblingsfächer, Praktika und soziales Engagement, andererseits soll sie den künftigen Ausbildungsbetrieb auch emotional ansprechen und so auch einen konkreten Bezug herstellen. Beispiele: Firmendarstellungen in der Öffentlichkeit (auch im Internet), besondere Aktionen und Berichte in Medien, positive Erfahrungen als Praktikant oder Kunde usw. als Einstieg nutzen.

Schreiben Sie also ganz konkret, warum Sie sich für diesen Ausbildungsplatz gerade bei dieser Firma bewerben und vor allem, warum Sie dafür am besten geeignet sind und Sie deshalb gut zu dieser Firma passen. Die Beispiele „Bewerbungsanschreiben“ und „Lebenslauf“ bieten Ihnen hierzu Formulierungsvorschläge.



BKK-TIPP BEWERBUNGSMAPPE

1. Deckblatt (mit Bewerbungsfoto)
2. Lebenslauf (falls kein Deckblatt: mit Bewerbungsfoto)
3. aktuellstes Zeugnis
4. weitere Zeugnisse
5. Praktikumsbescheinigung(en)
6. Nachweise über besondere Kenntnisse (z. B. Sprach- bzw. Computerkurse)
7. sonstige Bescheinigungen



Foto

Die Aussage „Ein Bild sagt mehr als tausend Worte“ ist gar nicht so übertrieben. Tipp: Mehrere Aufnahmen von einem Profi anfertigen lassen und mit dem besten Bild (Abzug sauber aufkleben oder digitales Bild platzieren) bewerben. So kommen Sie sympathisch rüber. Der erste Eindruck...

Wählen Sie Ihre Kleidung so, wie Sie später zu einem Vorstellungsgespräch gehen würden.

Bewerbungsanschreiben

Nach dem Motto „In der Kürze liegt die Würze“ gilt es, einleitend Interesse zu wecken: Sie sind der/die Auszubildende für das Unternehmen. Günstig ist es, wenn Sie einen Ansprechpartner persönlich benennen können.

Der Lebenslauf

in tabellarischer Form ist „in“, er kann auch persönliche bzw. familiäre Angaben enthalten – emotionales Interesse wecken!

Internet und E-Mail

Die Suchmaschinen finden fast alles und per „Kontakt“ oder „E-Mail“ können Sie nicht nur nach Ausbildungsplätzen fragen, sondern auch eine Kurzbewerbung starten. Oder es gibt sogar Bewerbungsformulare auf der Homepage.

Lebenslauf

❶ falls kein Deckblatt, hier das Bewerbungsfoto aufkleben

Persönliche Daten

Florian Tester
 An der Nordtangente 16, 98765 Musterstadt
 Tel. 0987 654321, E-Mail: forian.teste@muster.de

ledig
 geboren am 1. Oktober ____ in Niemandsdorf
 Staatsangehörigkeit: deutsch

Eltern
 Maximilian Tester, Automobilkaufmann
 Elisabeth Tester, Architektin

Geschwister
 Stefan Tester, 23 Jahre, Student
 Katrin Tester, 21 Jahre, Bürokauffrau

Schulbildung

09/____ - 07/____ Friedrich-Schiller-Realschule, Musterstadt
 mit vorausichtlicher Mittlerer Reife

09/____ - 07/____ Hauptschule, Testhausen

09/____ - 07/____ Grundschule, Musterheim

❷ das Aktualitätsstichtag zuerst, chronologisch geordnet
 ❸ lückenloser Verlauf Deiner Schulausbildung
 ❹ Abschlüsse besonders hervorheben

Lieblingssprachen, Sprachen

Mathematik
 Physik
 Englisch

❺ möglichst mit Bezug zum Berufswunsch

Praktikum

06/____ Firma XY, Musterstadt

❻ Praktikumsbescheinigung(en) beifügen

Hobbys/Interessen

Jugendwart DJK Testing, Handball
 Freiwillige Feuerwehr, Musterstadt

❼ führe Dein ehrenamtliches oder soziales Engagement auf

16. August ____
 Florian Tester

❽ aktuelles Datum und Unterschrift

Beim Einstellungstest punkten

Wer zu einem Einstellungstest eingeladen wird, hat bereits die erste Hürde genommen. Nutzen Sie diese Chance! Tests zum Üben gibt es in der Schule, im Internet, bei der Arbeitsagentur/BiZ, bei verschiedenen Banken/Versicherungen und im Buchhandel.

Bei Einstellungstests geht es nicht nur um Wissen und logisches Denken, die Zeit spielt immer eine wichtige Rolle. Also mit der (Stopp-)Uhr, ggf. Partner(in), üben, üben... 1, 2, 3 – auf die Plätze, fertig, los!

BKK-TIPP TESTS BESTEHEN

- Auf Informationen des Testleiters achten, ggf. nachfragen
- Überblick verschaffen, grobe Zeiteinteilung
- Anweisung gründlich lesen: Was ist zu tun?
- Zuerst leichte, dann schwerere Aufgaben lösen
- Bei mehreren Antwortmöglichkeiten (Multiple Choice), immer mindestens eine ankreuzen

Lassen Sie sich nicht von einer ungewöhnlichen Form dieser Aufgaben verunsichern. Entscheiden Sie nach kurzer Überlegung ggf. „aus dem Bauch raus“.

Achten Sie bei Gruppenarbeiten oder -diskussionen (Assessment-Center) stets auf Folgendes:

- Ihr aktives Handeln mit eigenen Beiträgen ist gefragt
- Greifen Sie Argumente anderer auf, entwickeln Sie sie weiter
- Fassen Sie Gedanken zusammen, bilden Sie ggf. Zwischenergebnisse

Der oder die Beobachter werden Ihnen dafür Höchstpunkte geben.

Das Vorstellungsgespräch meistern

Fit für die Endrunde

Eine Einladung zum Vorstellungsgespräch – das sieht richtig gut aus! Auf zum Endspurt: Den Termin sollten Sie kurz schriftlich bestätigen („Besten Dank für Ihre Einladung zum Vorstellungsgespräch am ... um ... Uhr. Gerne komme ich zu Ihnen und freue mich schon, Sie persönlich kennenzulernen. Freundliche Grüße ...“). Dann die Anfahrt organisieren (ggf. ist eine „Probefahrt“ nützlich). Auf alle Fälle ca. eine Viertelstunde vor dem Termin an Ort und Stelle sein.

Gezielte Informationen sind jetzt gefragt: einerseits zum angestrebten Beruf, andererseits zum künftigen Ausbildungsbetrieb. Das verschafft Sicherheit und damit eine ideale Ausgangsbasis für das Vorstellungsgespräch.

BKK-TIPP FIT FÜR DIE ENDRUNDE

- Inhalt und Argumente Ihrer Bewerbung sind Ihnen vertraut.
- Über das künftige Berufsbild haben Sie klare Vorstellungen.
- Über die Ausbildungsstelle (Tätigkeits-schwerpunkte) sind Sie bestens informiert (z. B. Firmenbroschüren, Werbe-prospekte, Internet, Medien, Stellen-anzeigen, evtl. kennen Sie Personen die dort beschäftigt sind oder die den gleichen Beruf haben).



Wer fragt, der gewinnt

Auf alle Fälle beweisen Fragen das besondere Interesse an der Sache und an Personen. Darauf können Sie sich vorbereiten. Wenn Sie etwas nicht klar verstanden haben, fragen Sie zurück. Tipp: Nehmen Sie an einem Bewerbungstraining, u. a. mit Videoauswertung, teil.

Das könnte der Ausbildungsbetrieb fragen

- Details zu Ausführungen im Bewerbungsschreiben, im Lebenslauf, in Zeugnis(sen).
- Was wissen Sie über den Ausbildungsbetrieb?
- Wie begründen Sie Ihre Entscheidung zur Berufswahl (mit evtl. Alternativen)?
- Haben Sie sich auch woanders, ggf. in einem anderen Berufszweig, beworben?
- Erzählen Sie Näheres zu Freizeit, Hobbys, sozialem/sportlichem Engagement.
- Wo sehen Sie eigene Stärken und Schwächen?
- Schildern Sie Ihre Einstellung zu Teamarbeit, Kunden usw.

BKK-TIPP BEWERBUNGSGESPRÄCH ÜBEN

Bitte Sie Eltern, Bekannte, Mitschüler(innen) usw. zu einem Bewerbungsgespräch-Training. Sie sollen Ihnen Tipps geben u. a. zu

- Körperhaltung (aufrecht, Schultern, Hände, Füße)
- Stimme, Gestik, Mimik, Blickkontakt
- Argumentation, vollständige Sätze
- Zuhören können, Fragen stellen
- Reaktion auf Fragen und Gegenargumente

Das könnten Sie fragen

Stellen Sie möglichst offene Fragen, die mit „w“ beginnen (was? wie? wer? warum? usw.). Scheuen Sie sich nicht, Notizen zu machen, die vor Ihnen liegen.

- Was sind meine Ausbildungsschwerpunkte?
- Auf welchen Gebieten ist Ihr Ausbildungsbetrieb besonders erfolgreich?
- Wie ist die Zahl der Mitarbeiter und Azubis?



- Welche Details zur Ausbildung sind wichtig (Ausbildungsort, Arbeitszeit, Berufsschule, betriebliche Ausbildung, Ausbildungsplan)?
- Kann ich den künftigen Ausbildungsplatz besichtigen?
- Wie sind meine Aussichten, nach der Ausbildung übernommen zu werden?
- Wann kann ich mit einer Entscheidung rechnen (telefonisch, schriftlich, per E-Mail)?

Das Outfit – was ziehe ich bloß an?

Der erste Eindruck ist entscheidend? Ja und nein! Auf alle Fälle prägt er schon mal die Richtung. Weil jeder Mensch individuell ist, sind hier verbindliche Tipps kaum möglich. Wer die Übereinstimmung zwischen persönlichem Stil und künftigen Ausbildungsberuf/-betrieb trifft, liegt bestimmt richtig. Ein Mittelweg ist also gefragt, weder tiefstapeln noch übertreiben. Tipp: Am besten das Outfit von Bezugspersonen (z. B. Eltern) beurteilen lassen.

So könnte das Vorstellungsgespräch verlaufen

Nach Ihrem Dank für die Einladung und die engere Wahl folgt ein allgemeines Gespräch (warm-up) z. B. über die Anfahrt und/oder aktuelle Ereignisse. Den Fragen des Ausbildungsbetriebes schließen sich Ihre eigenen Fragen an. Danken Sie für das Gespräch und bitten Sie um Mitteilung der Entscheidung (bis wann?).

Learning by doing

Alles nur Übungssache? Sicher lässt sich vieles im Leben trainieren. Fertigen Sie also nach dem Vorstellungsgespräch eine kurze Auswertung an nach dem Muster „das ist gut gelaufen – weiter so“ oder „das möchte ich verändern/verbessern“.



Absagen

tun richtig weh, sind aber weder Hals- noch Beinbruch. Sie haben bestimmt mehrere Bewerbungen losgeschickt, Mitschüler(innen) machten das auch so. Deshalb sind Absagen etwas natürliches. Halten Sie kurz inne und überlegen Sie, woran es gelegen haben könnte.

BKK-TIPP AUS ABSAGEN LERNEN

- Schicken Sie weitere Bewerbungen los, ggf. in einem alternativen Beruf?
- Haben Sie inzwischen ein aktuelleres (besseres?) Zeugnis?
- Sollten Sie Einstellungstests/Vorstellungsgespräche üben?
- Kommt eine weiterführende Schul- ausbildung infrage?

Zusage – Gratulation!

Sie haben es geschafft, trotzdem kann jetzt noch eine wichtige Entscheidung anstehen, wenn Alternativbewerbungen – ggf. in einem anderen oder ähnlichen Beruf – laufen. Sie müssen sich entscheiden: hier zusagen und dort absagen.

Über das Ausbildungsverhältnis wird zwischen dem Ausbildungsbetrieb und der/dem Auszubildenden ein „Berufsausbildungsvertrag“ geschlossen. Dieser enthält neben den Personalien u. a. Ausbildungsberuf und -dauer, Probezeit, tägliche/wöchentliche Ausbildungszeit, Vergütung, Urlaubsanspruch.

Der Ausbildungsvertrag wird vom Ausbildungsbetrieb und von Ihnen (unter 18 Jahren auch von Ihrem gesetzlichen Vertreter) unterschrieben und bei der zuständigen Stelle (z. B. Handwerkskammer, Industrie- und Handelskammer) in einem speziellen Verzeichnis eingetragen. Maßgebliche Rechtsvorschriften sind vor allem das Berufsbildungsgesetz (BBiG) und das Jugendarbeitsschutzgesetz (JArbSchG).

Noch einmal richtig Gas geben



... lohnt sich besonders für das Zwischen-/Abschlusszeugnis. Der Weg dorthin ist mit vielen Prüfungen gepflastert. Damit Sie immer auf dem richtigen Weg bleiben, hier ein paar Tipps:

- Verschaffen Sie sich früh genug einen Überblick über alle prüfungsrelevanten Stoffgebiete.
- Wer gerne alles durchorganisiert, der stellt einen Zeitplan für Lern- und Wiederholungsphasen auf.
- Besorgen Sie sich (Muster-)Prüfungsaufgaben (auch für die mündliche Prüfung).
- Wie lernen? Das ist sicher individuell: allein, zu zweit oder in der Kleingruppe mit gegenseitigem Abfragen – das muss jeder für sich selbst entscheiden. Am besten Erfahrungen sammeln. Bei Kleingruppenarbeit kann das Lernen so richtig Spaß bereiten – wenn die Konzentration nicht auf der Strecke bleibt. Vorgehensweise gemeinsam festlegen und genügend Pausen einplanen.

Richtig fit bleiben

Berufswahl – Bewerbungen – Tests – Vorstellungsgespräche – Schule – Prüfungen – das alles und noch mehr strömt auf Sie ein – Stress pur! Höchste Zeit für ein paar Gesundheitstipps.

Ernährung: Eine vollwertige Ernährung mit viel pflanzlichen Nahrungsmitteln, Gemüse und Obst bietet die Powerstoffe, die Sie jetzt so dringend brauchen. Eineinhalb bis zwei Liter täglich trinken ist ein absolutes Muss, vor allem (Mineral-)Wasser, Früchtetees und Fruchtsaftschorlen. Ungeeignet sind stark gesüßte Getränke (z. B. Cola, Softdrinks) und Alkohol.

Schlafen: Täglich 7–8 Stunden schlafen – dabei kann der Körper so richtig regenerieren und Kräfte für den nächsten Tag sammeln.

Laufen Sie sich fit – Glückshormone tanken: Bewegungsaktivitäten jeglicher Art, vor allem in einer Gruppe Gleichgesinnter, machen Spaß und gute Laune. Genießen Sie dann die bald einsetzende Entspannung. Zusätzlich werden durch sportliche Aktivitäten „Glückshormone“, sog. Endorphine, ausgeschüttet, die zu einem regelrechten Stimmungshoch führen können. Bewegung ist ein sehr gutes Ventil, um angestaute Spannungen, auch Frust, Ärger, Angst und Aggressionen abzubauen. Die Stresshormone bzw. -energien können so entsprechend dem biologischen Programm „natürlich“ verarbeitet werden – für Bewegung in jeder Form!

Der erste Ausbildungstag...

Für den Betrieb sind wichtig

Verschiedene Unterlagen benötigt Ihr Ausbildungsbetrieb bereits zu Ausbildungsbeginn. Dazu gehören:

- Ihre Steuer-Identifikationsnummer und Bankverbindung (Kontonummer und Bankleitzahl)
- die Rentenversicherungsnummer und der Sozialversicherungsausweis – hier wenden Sie sich bitte vertrauensvoll an uns. Wir kümmern uns um diese Formalitäten.
- die Mitgliedsbescheinigung – am besten von der Bosch BKK. Ihr Betrieb wird Sie dann bei uns anmelden und Sie genießen den umfassenden Versicherungsschutz. Das freie Wahlrecht haben Sie dann, wenn Sie zum Beispiel unmittelbar vor Ausbildungsantritt (mit Vater oder Mutter) familienversichert waren. Dann können Sie ab Ausbildungsbeginn unsere BKK wählen. Alles ganz easy!
- als Jugendlicher unter 18 Jahren eine ärztliche Bescheinigung über die Erstuntersuchung, dass Sie für den gewählten Beruf gesundheitlich geeignet sind.

BKK-TIPP

DAS BESTE FÜR IHRE GESUNDHEIT

Für Ihre Gesundheit sollten Sie keine Kompromisse eingehen. Die Bosch BKK bietet neben den Standardleistungen, die bei allen gesetzlichen Krankenkassen gleich sind, viele attraktive, exklusive Zusatzleistungen – genau richtig für Sie und Ihre Gesundheit.

Übrigens: Wir punkten auch mit einem Top-Service: Die unbürokratische und schnelle Bearbeitung Ihrer Anliegen sind garantiert!



BKK-TIPP VORSORGEN IST BESSER

- Wenn Sie Geld in einer bestimmten Form anlegen, dann beteiligt sich der Betrieb mit sogenannten vermögenswirksamen Leistungen (Bescheinigung vorlegen) und der Staat mit Sparzulagen.
- Jetzt schon an die spätere Rente denken: denn private Vorsorge (sog. „Riester-Rente“) wird gefördert. Ggf. gibt es auch eine betriebliche Altersvorsorge. Erkundigen Sie sich und legen Sie los!
- Empfehlenswert ist auf alle Fälle auch eine private Berufsunfähigkeitsversicherung.
- Denken Sie auch an die private Haftpflichtversicherung, es sei denn, Sie sind noch mit den Eltern mitversichert.
- Empfehlenswert ist eine private Unfallversicherung, sie leistet insbesondere bei Freizeit- und Sportunfällen.
- Für Reisen sollten Sie unbedingt eine private Auslandsrankenversicherung abschließen, es sei denn, Sie sind noch mit den Eltern mitversichert. Hierzu beraten wir Sie gerne.

Die Sozialversicherung



Der Anfang der Sozialversicherung reicht mehr als 100 Jahre zurück. Oft wird sie weltweit als vorbildlich angesehen.

Anmerkung: Für bestimmte Personengruppen (z. B. Beamte) gilt ein spezielles Versorgungssystem; für die Landwirtschaft eine eigene Sozialversicherung (Kranken-, Pflege-, Unfall- und Alterssicherung).

Krankenversicherung

Leistungen:

Vorsorge, Prävention, ärztliche und zahnärztliche Behandlung, Krankenhausbehandlung, Arznei-, Heil- und Hilfsmittel, Krankengeld bei Arbeitsunfähigkeit und Leistungen bei Mutterschaft

Finanzierung:

Beiträge der Mitglieder und Arbeitgeber, Bundeszuschuss

Versicherte Personen:

Beschäftigte (auch Azubis), bestimmte Selbstständige, Studenten, Rentner, Künstler

Träger:

BKK, IKK, AOK, Ersatzkassen, Knappschaft

Pflegeversicherung

Leistungen:

häusliche oder stationäre Pflege, Pflegegeld, Pflegehilfsmittel

Finanzierung:

Beiträge der Mitglieder und Arbeitgeber, Rentner tragen den Beitrag alleine

Versicherte Personen und Träger:

wie in der Krankenversicherung



Rentenversicherung

Leistungen:

u. a. medizinische Rehabilitation und Leistungen zur Teilhabe am Arbeitsleben (= Umschulungsmaßnahmen), Renten

Finanzierung:

Beiträge der Mitglieder und Arbeitgeber, Bundeszuschuss

Versicherte Personen:

Beschäftigte (auch Azubis), selbstständige Handwerker, Künstler

Träger:

Deutsche Rentenversicherung Bund/Regionalträger

Arbeitslosenversicherung

Leistungen:

u. a. Berufsberatung, Arbeitsvermittlung, Arbeitslosengeld

Finanzierung:

Beiträge der Mitglieder und Arbeitgeber, Bundeszuschuss

Versicherte Personen:

insbesondere Beschäftigte (auch Azubis)

Träger:

Bundesagentur für Arbeit, Agenturen für Arbeit

Unfallversicherung

Leistungen:

ärztliche Behandlung, Krankenhausbehandlung, Verletztengeld und -rente (bei Arbeits-, Wegeunfall oder Berufskrankheit)

Finanzierung:

Beiträge der Arbeitgeber

Versicherte Personen:

Beschäftigte (auch Azubis), Schüler, Studenten, Selbstständige

Träger:

Berufsgenossenschaften für die verschiedenen Branchen

Tipp:

Nähere Informationen können Sie auch unter www.deutsche-sozialversicherung.de nachlesen.

Bosch BKK
Kruppstraße 19
70469 Stuttgart

www.Bosch-BKK.de

