



Lehre

Schwierigkeiten während der Lehre

Fach- und Anlaufstellen

Während der Lehre können Schwierigkeiten auftreten. Damit bist du nicht allein. Rede mit einer Person darüber, der du vertraust. Im Gespräch mit z.B. Freunden, Arbeitskolleginnen und -kollegen, Eltern oder einer anderen Vertrauensperson ist es meist einfacher die Ursache für die starke Belastung zu finden. Benötigst du Unterstützung; die gibt es. Im Kanton Bern hat es verschiedene Fach- und Anlaufstellen, die dich in herausfordernden Situationen gerne begleiten.

Schwierigkeiten im Lehrbetrieb

Dir gefällt der Beruf, aber du hast Probleme im Lehrbetrieb? Vielleicht fühlst du dich ungenügend betreut, über- oder unterfordert, oder du hattest einen Konflikt mit Mitarbeitenden. Kündige nicht aus einem Impuls heraus, sondern analysiere deine Beweggründe. Suche das Gespräch mit deinem Berufsbildner oder deiner Berufsbildnerin. Mach dir am besten schon vorher Notizen und überlege genau, welche Fragen und Anliegen du hast. Falls ihr euch nicht einig werdet und du dich danach nicht besser fühlst: Überlege dir, ob du die für dich zuständige Ausbildungsberatung beiziehen willst. Sie bietet dir vertrauliche und neutrale persönliche Beratung und Unterstützung an. Sie vermittelt - falls gewünscht - zwischen dir und dem Lehrbetrieb in schwierigen Situationen.

Die kantonale Ausbildungsberatung (www.be.ch/abb) ist unter T +41 31 633 87 87 erreichbar. Du kannst dein Anliegen auch schriftlich im «Chummerchaschte» (www.be.ch/chummerchaschte) deponieren, wenn gewünscht auch anonym.

Nicht im richtigen Beruf?

Grübelst du darüber nach, ob du die richtige Berufswahl getroffen hast? In diesem Fall kannst du dich an die BIZ Berufsberatungs- und Informationszentren in deiner Region wenden. Die Berufsberaterinnen und Berufsberater unterstützen dich darin, die Berufswahl nochmals kritisch zu hinterfragen, allenfalls Alternativen zu erarbeiten und die nächsten Schritte zu planen. Wo das nächste BIZ ist, erfährst du unter www.be.ch/biz-standorte.

Schwierigkeiten in der Schule

Bei Problemen in der Berufsfachschule, wendest du dich am besten an deine Klassenlehrperson. Zusammen könnt ihr besprechen, was die beste Vorgehensweise ist. Ob z.B. ein grösserer Lern-

aufwand, effizientere Lerntechniken oder Nachhilfeunterricht oder Stützkurse nötig sind. Viele Berufsfachschulen bieten selber Stützkurse oder Lern- und Arbeitshilfen für Lernende an; informiere dich über die Möglichkeiten. Erkundige dich zudem bei deinem Berufsbildner, bei der Berufsbildnerin, ob dein Lehrbetrieb eine betriebsinterne Aufgabenhilfe anbietet. Gefährden Lernblockaden oder Prüfungsangst den Schulerfolg, so kann ein Gespräch mit einer psychologisch geschulten Fachperson hilfreich sein. Zu diesem Thema gibt es das Informationsblatt «Lernschwierigkeiten wie weiter?», siehe www.be.ch/biz-publikationen > unter Lernhilfe, Rechtsauskunft, Schreibdienst.

Wenn es zur Lehrvertragsauflösung kommt

Eine Lehrvertragsauflösung ist ein einschneidendes Ereignis, aber keine Katastrophe. Such dir kompetente Beratung und Begleitung vor, während und nach der Auflösung des Vertrages. So können neue Perspektiven erarbeitet werden. Wird eine Lehrstelle im gleichen Beruf gesucht, kann die Berufsfachschule für eine gewisse Zeit weiterhin besucht werden. Informiere dich über die weiteren Schritte bei der Ausbildungsberatung oder bei den Lehrpersonen der Berufsfachschule. Auch kannst du mit einer Berufsberatungsperson die nächsten Schritte besprechen, zum Beispiel eine andere Berufswahl, ein Brückenangebot oder ein Praktikum.

Ratgeber für rechtliche Fragen während der Lehre

In der Ausbildung oder im ersten Job ist vieles neu. Es gelten neue Herausforderungen, Pflichten und Regeln. Der Online-Ratgeber «Ich kenne meine Rechte» des Schweizerischen Gewerkschaftsbundes, siehe www.sgb.ch informiert umfassend über die Rechte und Pflichten von Lernenden. Auch auf der Website der SGB-Jugendkommission, www.rechte-der-lernenden.ch, sind Antworten auf viele Fragen zu finden.

Persönliche und finanzielle Probleme

Persönliche Probleme sind belastend und können den erfolgreichen Abschluss einer Lehre ebenfalls gefährden. Je nach Anliegen und Problem gibt es unterschiedliche Beratungsstellen, deren Fachleute dich darin unterstützen, neue Handlungsmöglichkeiten zu entdecken und Lösungen zu erarbeiten. Eine Auswahl an Beratungsstellen:

- www.147.ch oder Telefonnummer 147: Pro Juventute – unterstützt junge Menschen rund um die Uhr bei Sorgen, Problemen oder Fragen
- www.143.ch oder Telefonnummer 143: Die Dargebotene Hand – Beratung rund um die Uhr für Menschen die ein unterstützendes Gespräch benötigen
- Psychologischer Beratungsdienst der Berufsfachschule: Erkundige dich bei deiner Berufsfachschule, ob sie einen solchen Dienst anbietet.
- Das Case Management Berufsbildung des Kantons Bern begleitet Jugendliche und junge Erwachsene, die in mehreren Lebensbereichen Unterstützung benötigen, auf dem Weg zu einer beruflichen Grundbildung: www.be.ch/biz-casemanagement.
- Erziehungsberatung des Kantons Bern für Jugendliche, Eltern und Lehrpersonen: Unterstützung bei Krisen, Schwierigkeiten in der Familie, mit Gleichaltrigen, mit dem Freund oder der Freundin, in der Schule oder Lehre. Telefonnummer der Regionalstelle siehe unter www.eb.bkd.be.ch > So finden Sie uns
- www.frageinfach.ch: Erziehungsberatungsstellen des Kantons Bern – E-Mail-Beratung für Jugendliche bei Fragen rund ums Erwachsenwerden
- www.schuldeninfo.ch: Berner Schuldenberatung

- www.lantana-bern.ch: Lantana – Stiftung gegen Gewalt an Frauen und Kindern
- www.opferhilfe-bern.ch: Beratungsstelle Opferhilfe Bern – Beratung und Begleitung bei Drohungen, Körperverletzungen, häuslicher Gewalt, Zwangsheirat sowie Unterstützung für männliche Opfer sexueller Gewalt
- www.familienplanung.insel.ch: Zentrum für sexuelle Gesundheit Bern, Frauenklinik Insel-spital – Beratung zu Verhütung und unerwarteter Schwangerschaft

Gesundheitliche Probleme

Beschäftigen dich gesundheitliche Probleme? Wie beispielsweise eine Suchtproblematik, Depressionen, Essstörungen, AIDS u.a. Folgende Fachstellen helfen weiter:

- www.bernergesundheit.ch: Berner Gesundheit – beantwortet Fragen zu Alkohol, Tabak, Drogen, Psychische Gesundheit, Gewalt und Mobbing, digitale Medien, Essstörungen, Sexualität u.a.
- www.raveitsafe.ch: Contact Stiftung für Suchthilfe – liefert Infos und bietet Beratung zu Substanzen an
- www.safezone.ch: Safe Zone, Online-Beratung zu Drogen, Alkohol und Suchtproblemen
- www.be.feel-ok.ch: Gesundheitsplattform für Jugendliche mit Adressen von Hilfsangeboten
- www.ahbe.ch: Aids Hilfe Bern – Info und Beratung zu HIV und Sexualität