



Berufliche Orientierung von Zuhause II

Berufliche Orientierung und Vorbereitung auf den beruflichen Einstieg in Zeiten der Corona-Pandemie

Stand: Mai/Juni 2020

Besondere Zeiten erfordern besondere Maßnahmen!

Tipps des Career Services der Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf für die Zeit während der Corona-Pandemie

Die aktuelle Corona-Pandemie zeigt Spuren im Alltag. Die Wirtschaft und damit auch der Arbeitsmarkt stehen bereits jetzt vor großen Herausforderungen. Wie sich einerseits die gesundheitliche Lage und andererseits der Arbeitsmarkt entwickeln wird, ist ungewiss. Was können Sie tun, um diese Zeit sinnvoll für Ihre berufliche Orientierung zu nutzen? Und wie können Sie in dieser Zeit ggf. Ihren Einstieg ins Berufsleben bestmöglich vorbereiten?

Der Career Service fasst an dieser Stelle einige Tipps zusammen.

A Aktuelle Situation (an-)erkennen

Informieren Sie sich über die aktuelle Lage und verhalten Sie sich entsprechend. Für alle Studierenden und Angehörigen der Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf ist dies unter <http://www.corona.hhu.de> möglich. Diese Website fasst die wichtigsten, aktuellen Informationen überblicksartig zusammen.

B Digitale Angebote des Career Service nutzen

Der Career Service hat sich auf digitale Angebote umgestellt. Arbeitgeber, die berufliche Aufgabenfelder, Einstiegsmöglichkeiten und eigene Auswahlverfahren vorstellen, machen dies nun digital. Die Veranstaltungen des Career Service finden Sie, wie gewohnt, in HIS-LSF, in den Career Terminen auf www.stellenwerk-duesseldorf.de oder auf der [Career Service Website](#).

Weitere Informationen zum Angebot und den Aktivitäten des Career Service erhalten Sie auch auf der Career Service Facebook-Seite sowie dem Career Service Instagram Account. Abonnieren Sie diese gerne und bleiben so auch über kurzfristige Änderungen des Career Service Angebots im Bilde, welches laufend in Ihrem Sinne erweitert und angepasst wird.

C Berufe kennenlernen und Bewerbungsratgeber lesen, lesen, lesen

- Nutzen Sie die Informationsangebote unseres Kooperationspartners, der Agentur für Arbeit. Unter www.berufenet.arbeitsagentur.de finden sich viele Informationen über berufliche Anforderungen, typische Tätigkeiten, Weiterbildungen und Verdienstmöglichkeiten.
- Die häufige Frage, wie und ob man mit dem Bachelor in den Beruf einsteigen kann, wird auf den informativen [Websites der Agentur für Arbeit](#) ausführlich betrachtet und anhand eines Fallbeispiels verständlich erläutert. Es lohnt ein Blick auch für alle, die sich die Frage stellen: „Job oder Master?“ Hierzu wird es auch im August ein Webinar (mit einem gemeinsamen Starttermin am 07. August) vom Career Service geben. Nähere Informationen erhalten Sie auf der Homepage des Career Services.
- Die ULB hat diverse Bewerbungsliteratur, die auch online zugänglich ist. Das ist eine gute Gelegenheit, diese in Ruhe durchzulesen. Die Qualität der in der ULB verfügbaren Literatur ist meist gut, deshalb lohnt sich hier ein Blick, bevor Sie selbst „frei“ recherchieren. Auf die digitale Literatur der ULB können Sie auch bequem von Zuhause

aus zugreifen. Hierfür benötigen Sie lediglich einen VPN-Client. Nähere Informationen hierzu finden Sie auf den [Seiten der ULB](#).

- Die [Leitfäden des Career Service](#) können Sie in dieser Zeit ebenfalls nutzen, falls nicht bereits geschehen.
- Kostenfreie und seriöse Tipps für die Gestaltung von Bewerbungsunterlagen sowie auch Checklisten usw. findet man ebenfalls bei den [Websites der Agentur für Arbeit](#)
- Unser Kooperationspartner stellenwerk hat zudem [ein Magazin mit spannenden Tipps zum Thema Bewerbung](#). Hier gibt es auch konkrete Tipps, in welchen Branchen aktuell Nebenjobber und Aushilfskräfte gesucht werden!
- Das offizielle Jobportal der Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf ist unter <http://www.stellenwerk-duesseldorf.de> weiterhin abrufbar und gibt einen Überblick über aktuell gesuchte Aushilfs- und Einstiegsjobs sowie weitere Tätigkeitsmöglichkeit-en.
- Berufliche soziale Netzwerke (XING, LinkedIn, u.ä) bieten Ihnen auch in Zeiten physischer Kontaktreglementierungen die Möglichkeit, sich mit Berufstätigkeiten verschiedenster Branchen und Unternehmen zu vernetzen und auszutauschen. Darüber hinaus gibt es verschiedene weitere Angebote, wie digitale Gruppen, Lernangebote, Jobbörsen, etc. Lesen Sie sich die Angebote auf diesen Plattformen in Ruhe durch und suchen Sie nach Themen oder Branchen, die Sie interessieren. Es gibt unterschiedliche Ebenen und Angebote der Netzwerke, die Sie nutzen können:
 - Suchen Sie nach fachlichen Gruppen, um nach der praktischen Umsetzung Ihres Studienfachs Ausschau zu halten.
 - Suchen Sie nach „Branchen“, die Sie interessieren – so gewinnen Sie Eindrücke, was in diesen Arbeitsbereichen gerade wichtig ist.
 - Seien Sie lieber zurückhaltend, wenn es um die Verbreitung von „Neuigkeiten“ geht!

D Lassen Sie Ihre Bewerbungsunterlagen vom Career Service checken!

Auch Ihre Bewerbungsunterlagen können Sie jetzt optimieren. Lesen Sie alle Ihnen verfügbaren Materialien, Ratgeber, Leitfäden etc. und fertigen Sie danach Ihren Lebenslauf und ggf. auch ein Anschreiben an. Gerne stehen wir Ihnen hier auch beratend via E-Mail oder telefonisch zur Verfügung. Die Kontaktdaten finden Sie am Ende des Dokuments oder auch auf unserer Homepage.

E Studieren Sie und strukturieren Sie Ihre Lernwoche

Im Prinzip haben Sie bereits einen „Beruf“, der orts-, zeit- und gruppenunabhängig ausgeübt werden kann: Sie sind Student*in! Also studieren Sie! Suchen Sie nach passender Literatur, alles was verfügbar ist, können Sie entsprechend bearbeiten.

Gut ist es, trotz der nun fehlenden zeitlichen Taktung durch Veranstaltungstermine oder anderweitige Verpflichtungen, eine eigene zeitliche Struktur für die Arbeitswoche einzuplanen und sich daran zu halten. Sie finden im [Virtuellen Beratungszentrum](#) für Studierende diverse Videos, Tutorials und weitere informative Angebote, wie Sie Ihr Studium optimal bewältigen können.

F Der Career Service ist weiterhin für Sie da!

Bei Fragen rund um den Berufseinstieg stehen wir Ihnen weiterhin mit Rat und Tat zur Verfügung. Dazu zählen Ihre Fragen zu Ihren Bewerbungsunterlagen („Bewerbungsmappencheck“), aber auch grundsätzliche Fragen. Hierfür schicken Sie eine Mail an eine unserer Beraterinnen (Kontakt Daten siehe unten), die dann Kontakt zwecks Terminvereinbarung mit Ihnen aufnehmen wird. Wir nutzen bedarfsorientiert unterschiedliche Medien zur Beratung (Mail, Telefon, etc.).

Wenn Sie sich grundsätzlich orientieren, hilft es auch uns, wenn Sie vor unserem Termin folgende Übung bereits alleine durchgearbeitet haben. Bringen Sie Ihre Gedanken und Notizen gern zur Beratung mit bzw. teilen Sie dies gern mit uns im Rahmen der Beratung.

Kurzübung: Logbuch

Kernfrage: Was würden Sie gerne selbst beruflich machen?

Methode: „Traum-Zeitreise“

Schreiben Sie eine kurze Geschichte, in der Sie Ihren Arbeits- und Berufsalltag in fünf Jahren beschreiben. Schreiben Sie so, wie Sie beispielsweise ein Tagebuch schreiben.

Danach lesen Sie sich Ihren Text noch einmal durch und beantworten folgende Fragen:

- ✓ Arbeiten Sie alleine oder in einer Gruppe/einem Team?
- ✓ Für welchen Arbeitgeber sind Sie tätig? Was ist das für eine Organisation (Konzern, Non-Profit-Organisation,)? Welche Ziele verfolgt der Arbeitgeber?
- ✓ Wie sieht Ihre berufliche Tätigkeit aus?

G Weiterhin für andere da und aktiv sein

Der Tag wird bestimmt kommen: Nachdem der übliche Alltag wieder zurückkehrt und Sie ggf. zum ersten Vorstellungsgespräch eingeladen werden, kann sich die Frage ergeben: „Wie haben Sie die Zeit während der Einschränkungen im öffentlichen Leben genutzt?“. Eine berechtigte Frage, weil Arbeitgeber*innen oft nach flexiblen, lösungsorientierten und selbstmotivierten Mitarbeitenden mit Fähigkeit zur Eigeninitiative suchen bzw. diese persönlichen Anforderungen oft angeben. Deshalb ist es klug, nachweisbar aktiv zu sein. Halten Sie Ausschau nach (digitalen) Initiativen, die von seriösen Stellen initiiert werden und machen Sie mit, wenn es auch für Sie passt. Die Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf hat eine Ehrenamtsrichtlinie sowie diverse Hinweise und Verweise, siehe unter <https://www.diversity.hhu.de/ehrenamt.html>.

Aber das Wichtigste: Bleiben Sie gesund, halten Sie weiter durch und behalten Sie Ihre gute Laune!

Ihr Team des Career Service

Kontaktdaten der Beraterinnen

Bitte kontaktieren Sie uns zuerst via Email. Wir vereinbaren gerne einen Telefontermin mit Ihnen.



Dr. Ilke Kaymak

ilke.kaymak@hhu.de

0211/81-10862



Frauke Leuckefeld

frauke.leuckefeld@hhu.de

0211/81-14684



Christine Buchwald

christine.buchwald@hhu.de

0211/81-15574

Hinweis: Dieser Leitfaden basiert auf einer Reihe, die während der Corona-Pandemie erstellt worden ist bzw. erstellt wird. „Berufliche Orientierung von Zuhause“ ist der erste Reihenband, Stand März 2020. Die aktuelle Ausgabe II der zweite Reihenband, Stand Mai 2020.