

## Unterstützende Führung von Jugendlichen

Die Lernenden durchlaufen immer wieder schwierige und prägende Phasen. Diese müssen nicht immer einen Bezug zum Lehrbetrieb oder zur Berufsbildnerin / zum Berufsbildner haben. Sie wirken sich trotzdem häufig auf Verhalten und Leistung in der Ausbildung aus.

### 1 Präventive Abfederung

Planen Sie das Thema: «Wie geht es mir, was belastet mich?» regelmässig in die Ausbildungsgespräche mit ein (mit den Emotionen von A-Z von «Wie geht's dir?», eigenen Bildern, «Gefühlsmonster-Karten» oder ähnlichen Instrumenten). Die Lernenden sollen sich darauf vorbereiten und erzählen können, was in der vergangenen Periode für sie entweder im Betrieb oder im Privatleben belastend war. Vielleicht gab es im Moment des Geschehens keine Gelegenheit dazu oder es braucht Zeit für den Vertrauensaufbau. Ungünstige Folgen können möglicherweise frühzeitig abgefedert werden.

### 2 Früherkennung und Intervention

Sie erkennen erste Anzeichen für mögliche Schwierigkeiten im weiteren Lehrverlauf?

- sozialer Rückzug, Schweigsamkeit, abwehrendes Verhalten, Lustlosigkeit
- Zynismus, Ungeduld, Gereiztheit, aggressives Verhalten
- Leistungsschwankungen, Fehlerhäufung, zunehmende Kundenreklamationen
- häufige Absenzen oder zunehmende Beeinträchtigung der Gesundheit
- Anzeichen für Suchtverhalten (vermehrtes Rauchen, Essveränderungen, Umgang mit Medien etc.)

In einem ersten klärenden Gespräch können zugrunde liegende Probleme gesucht und mögliche Lösungsansätze mit den Lernenden besprochen werden. Bereiten Sie sich gut auf dieses Gespräch vor – nutzen Sie die unten angegebenen Links für hilfreiche Unterstützung. Belassen Sie es nicht bei diesem einen Gespräch, sondern planen Sie mit den Lernenden weitere Massnahmen und überprüfen Sie diese.

In komplexeren Situationen ist es empfehlenswert, dass aussenstehende Fachpersonen die Lernenden unterstützen. So sind auch Sie als Berufsbildner/in entlastet. Ein wertvoller Beitrag seitens Betriebes ist es, die Lernenden zu motivieren, eine Beratungsstelle oder ein Coaching aufzusuchen und allenfalls bei der Kontaktaufnahme behilflich zu sein. Eine Übersicht für die Lernenden finden Sie am Ende des Dokumentes.

### Einbezug weiterer Personen / runder Tisch (Entscheidungsmatrix auf Seite 3)

Bestehen Schwierigkeiten am Arbeitsplatz, die den erfolgreichen Lehrverlauf gefährden, müssen die Eltern (bei Minderjährigen) und das Amt für Berufsbildung (AFB) miteinbezogen werden. Der Berufsinspektor kann objektiv und neutral beraten und bei Bedarf weitere Anlaufstellen empfehlen.

Bestehen die Schwierigkeiten auch an anderen Lernorten oder ist dies zu erwarten, soll ein runder Tisch inklusive der betreffenden Lernorte durchgeführt werden.

### Wichtig zu beachten ist:

- Frühzeitiger Kontakt zu den zwei Lernorten Berufsschule und üK ist immer empfehlenswert. Bezüglich Informationen zu Lernleistungen oder auffälligem Verhalten ist der Austausch jederzeit möglich. Bezüglich Informationen zu physischer und psychischer Gesundheit braucht es das Einverständnis der Lernenden und allenfalls deren Eltern.
- Einverständnis der Lernenden für Miteinbezug der Eltern und / oder Miteinbezug der anderen Lernorte inkl. AFB einholen
- alle betroffenen Parteien informieren (am besten durch Lernende selbst) und Vorgehen gemeinsam besprechen
- runden Tisch mit allen betroffenen Parteien planen

## 3 Hilfreiche Links und Informationen für Berufsbildende

### 3.1 Führen, coachen, begleiten

- Berufsbildner-Kurs: in den Ausbildungsunterlagen (physischer Ordner) «Berufliche Grundbildung» ist vieles zum Thema enthalten.
- friendly work space apprentice: die [Werkzeugkiste](#) auf der Website von fws-apprentice
- [Berufsbildung.ch](#): eine informative Website mit vielen Merkblättern  
(z. B. Checkliste [«Konflikte klären und lösen»](#), Merkblätter zu [«Gleiche Chancen und korrekter Umgang»](#), [\\_und Nachteilsausgleich«Nachteilsausgleich»](#))
- [Inside Berufsbildung](#): ein Podcast zum Thema «Psychische Gesundheit – so können Sie Jugendliche unterstützen»
- [Ensa](#): Erste-Hilfe-Kurs für psychische Gesundheit Fokus Jugendliche durch das SRK-Graubünden, Berufsbildende erhalten nach erfolgreichem Kursabschluss 50% der Kurskosten rückerstattet.

### 3.2 Umgang mit themenspezifischen Problemen

- Sucht Schweiz: [Konsumprobleme von Lernenden](#) plus [PDF Ratgeber](#)
- Motivationsprobleme: [Motivation Werkzeugkoffer OdA G+S](#)
- Lernende mit Beeinträchtigungen: [Nachteilsausgleich](#)
- Überforderung / Unterforderung der Lernenden: [Wechsel Bildungsstufe](#)
- Schutz vor sexueller Belästigung: [Leitfaden](#) «Verstehen Sie keinen Spass, Schwester?»

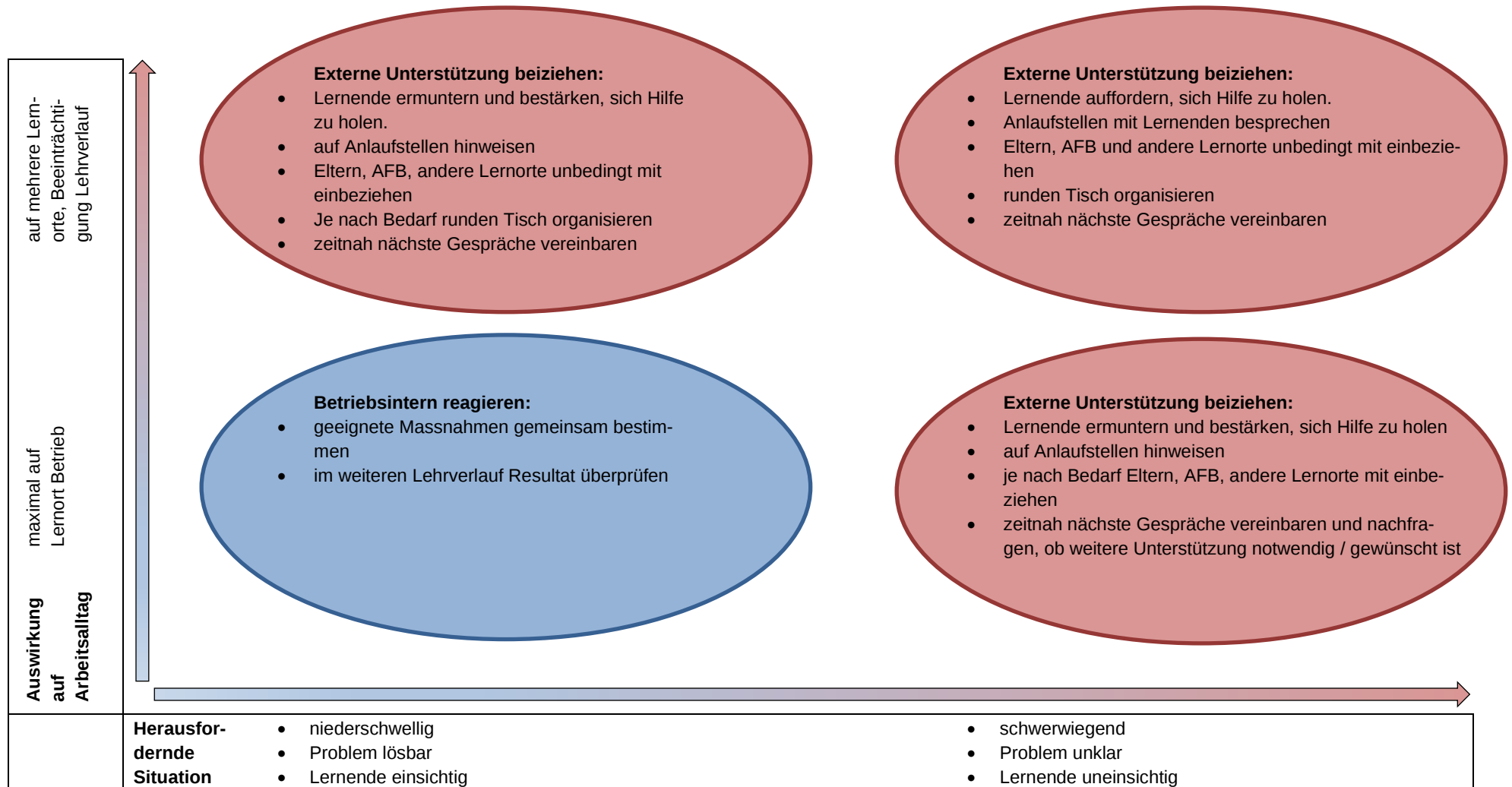
### 3.3 Flyer und Hilfsmittel zum Download oder bestellen

- Gesundheitsförderung Graubünden: «Wie geht's dir?»-Kampagne: Broschüre Gesprächstipps, Plakat Emotionen von A-Z etc. im Shop [«Bisch fit?»](#)
- Gesundheitsförderung Schweiz: Broschüre [«10 Schritte für deine psychische Gesundheit»](#)
- weitere Tools: [«Gefühlsmonster»](#) etc.

## 4 Entscheidungsmatrix

Im regulären Ausbildungsgespräch kommt eine herausfordernde Situation zur Sprache oder es treten Schwierigkeiten im Arbeitsalltag auf:

→ Problem gemeinsam identifizieren, Intensität der Ursache und der Auswirkung prüfen und entscheiden, ob externe Unterstützung notwendig ist





## 5 Hilfreiche Informationen für Lernende

**Wie geht's dir?** Nutze die App mit Tipps für deine psychische Gesundheit. Wenn du aber

- nicht mehr weiter weisst, jemanden brauchst, der dir zuhört, mit dir selbst Probleme hast, dich überfordert fühlst, in der Lehre Schwierigkeiten entstehen
- mit Konflikten nicht mehr klar kommst, aus einer Beziehungskrise nicht mehr herauskommst
- ständig in Geldnöten bist, dein Konsumverhalten nicht mehr selbst bestimmen kannst, oder aus einer Sucht nicht allein herauskommst...

Es gibt verschiedene Anlaufstellen, die dir weiterhelfen können – auch anonyme. Gib Thema und Wohnort auf **find-help GR** ein und suche nach der für dich passenden Hilfe. Die geläufigsten Beratungsstellen sind im Folgenden aufgeführt:

| Themen                                              | Beratungsstellen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Schwierigkeiten mit der Lehre oder der Lehrstelle   | <ul style="list-style-type: none"> <li>– <b>Amt für Berufsbildung</b> – Pierpaolo Lorenzetto, Berufsinspektor Gesundheit und Soziales<br/>Tel.: 081 257 27 64, pierpaolo.lorenzetto@afb.gr.ch</li> <li>– <b>Die Chance – Stiftung für Berufspraxis in der Ostschweiz</b> - Stefan Wiestner, Jobcoach<br/>Tel.: 079 249 20 40, stefan.wiestner@die-chance.ch</li> </ul> |
| Allgemein                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>– <b>Beratungsstelle am BGS</b></li> <li>– <b>Jugendberatung</b> – eine Beratungsstelle des kantonalen Sozialamtes Graubünden,<br/>Tel.: 081 257 26 67 für eine Terminvereinbarung</li> <li>– <b>Pro Juventute</b> – Tel.: 147 - Telefonhilfe für Jugendliche, auch per E-Mail oder Chat</li> </ul>                             |
| Angst und Panik                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>– <b>Angst- und Panikhilfe Schweiz</b></li> <li>– <b>Krisenintervention Graubünden</b> – Psychiatrische Dienste Graubünden, 081 225 25 25</li> </ul>                                                                                                                                                                            |
| Suchtproblematik                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>– <b>Sozialdienst für Suchtfragen</b> – kantonales Sozialamt Graubünden<br/>Tel.: 081 257 26 99, rsd.suchtfragen@soa.gr.ch</li> <li>– <b>Anonyme Alkoholiker</b> – Blaues Kreuz Graubünden</li> <li>– <b>Lungenliga Schweiz</b> – Beratung, Betreuung, Informationen</li> </ul>                                                 |
| Erlebte Gewalt                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>– <b>Opferhilfe</b> – Beratungsstelle Graubünden, kostenlos, vertraulich, auf Wunsch anonym<br/>Tel.: 081 257 31 50, opferhilfe@soa.gr.ch</li> <li>– <b>Frauenhaus Graubünden</b> – Beratungsstelle für häusliche Gewalt<br/>Tel.: 081 252 38 02, info@frauenhaus-graubuenden.ch</li> </ul>                                     |
| Freundschaft, Liebe, Sexualität und Schwangerschaft | <ul style="list-style-type: none"> <li>– <b>Adebar</b> – Beratungsstelle für Familienplanung, Sexualität, Schwangerschaft</li> <li>– <b>lili.ch</b> – anonyme Onlineberatung</li> <li>– <b>feel-ok.ch</b> – Information und Hilfestellung auf der Website</li> </ul>                                                                                                   |
| Sexuelle Belästigung                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>– <b>belästigt.ch</b> – vertrauliche Online-Beratung, Tipps und Infos zu sexueller Belästigung</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                       |
| Budgetberatung / Schuldenberatung                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>– <b>Beratungsstelle für Schuldenfragen</b> – Rotes Kreuz Chur</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Seelsorge                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>– <b>Seelsorge</b>, kostenlos, anonym online</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                         |