Expedition 5 | Reservat der Ressourcen

Entdeckungspfad 2 | Dein Netzwerk

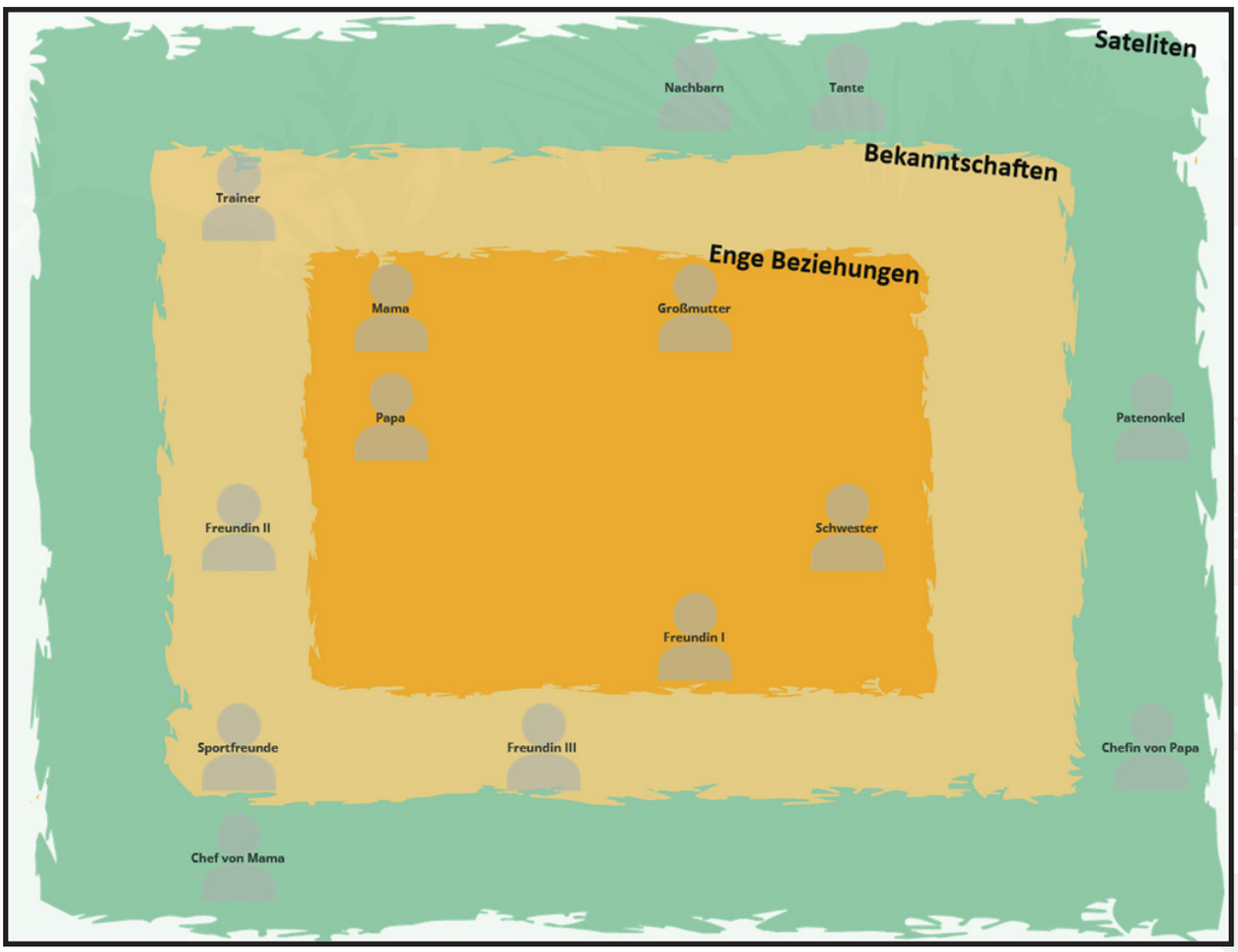
Persönliche Netzwerke sind Kontakte zu Menschen aus dem eigenen Umfeld, zum Beispiel Familie, Freunde oder Bekannte. Sie helfen beim Austausch von Informationen, geben Unterstützung und machen Zusammenarbeit möglich. Auch wichtige Fähigkeiten wie Vertrauen und gutes Kommunizieren kann man dadurch lernen. Für den Start ins Berufsleben sind solche Netzwerke sehr hilfreich – zum Beispiel, um ein Praktikum zu finden oder Tipps für den Beruf zu bekommen.

ABLAUF

Nach einer Einführung zur Bedeutung von Netzwerken für den eigenen Orientierungsprozess wird Schritt für Schritt eine individuelle Netzwerkkarte mit unterschiedlichen Ebenen erstellt. Dabei geht es um Personen, die sehr nahe stehen, Bekanntschaften und sogenannte Satelliten, die erreichbar sind aber nicht in enger Beziehung stehen. Als Gesamtbild entsteht eine individuelle Netzwerkkarte mit potenziellen sozialen Ressourcen.

Sozial-emotionales Lernen (SEL):
Selbstwahrnehmung, Selbstmanagement, Soziales Bewusstsein, Verantwortungsbewusstes Entscheiden

Selbstreguliertes Lernen (SRL):
metakognitiv: planen, überwachen, evaluieren, regulieren
motivational-affektiv: identifizieren, reflektieren, analysieren



Entdeckungspfad 5.2.: Dein Netzwerk
Output zum Speichern und Drucken:
Individuelle Netzwerkkarte mit eigenen eingetragenen Kontakten in den Bereichen „enge Beziehungen“, „Bekanntschaften“ und „Satelliten“.

Expedition 5 | Reservat der Ressourcen

Entdeckungspfad 2 | Dein Netzwerk

Moderation und Hintergrund

„Persönliche Netzwerke sind alle sozialen Beziehungen, die eine Person pflegt. Dazu zählen Familie, Freunde, Bekannte, Kolleginnen und Kollegen sowie andere Kontakte, mit denen ein regelmäßiger oder bedeutender Austausch stattfindet. Diese Netzwerke spielen eine wichtige Rolle für den sozialen Rückhalt, den Informationsaustausch, persönliche Entwicklung und berufliche Chancen. Sie basieren in der Regel auf Vertrauen, gegenseitiger Unterstützung und gemeinsamen Interessen.

Warum sind Netzwerke wichtig für einen Beruf?

Ein gutes Netzwerk kann dir später im Job richtig weiterhelfen: Ob beim Finden von Praktika, beim Lernen von anderen oder beim Start deiner Karriere. Wer viele Kontakte hat, hat oft mehr Chancen. Also baue dein Netzwerk schon früh auf, indem du mit Leuten ins Gespräch kommst und dich vernetzt!“

Egozentrierte Netzwerke umfassen alle sozialen Beziehungen, die von einer Person (dem „Ego“) ausgehen. Im Mittelpunkt stehen direkte Kontakte sowie deren Qualität und Struktur. Starke Beziehungen, etwa zu Familie oder engen Freund:innen, basieren auf Vertrauen, Nähe und häufigem Austausch. Sie bieten emotionale Unterstützung und Stabilität. Schwache Beziehungen, wie zu Bekannten, sind weniger intensiv, aber wichtig für den Zugang zu neuen Informationen, Chancen und Ressourcen – besonders im beruflichen Kontext. Die Netzwerkforschung betont die Bedeutung schwacher Bindungen, da sie als Brücken zu neuen sozialen Kreisen und Möglichkeiten wirken – zentral für Bildung, Teilhabe und Berufsorientierung.

Idee
Spiel „Kennst du jemanden, der ...?“

Ziel:
Die Jugendlichen reflektieren ihr persönliches Netzwerk im Hinblick auf Berufsorientierung und erleben, wie vielfältig Netzwerke sind und welche Kontakte es innerhalb der Klasse/Gruppe gibt. Sie erkennen außerdem, wie Netzwerke bei der Berufsorientierung unterstützen können.

Ablauf:
Die Moderation stellt nacheinander Fragen, die mit „Kennst du jemanden, der ...?“ beginnen. Wer eine Person kennt, auf die die Frage zutrifft, steht auf. Wer niemanden kennt, bleibt sitzen. (Wer mag, kann kurz erzählen, wer diese Person ist.)

Kennst du jemanden, der ...

- *einen Handwerksberuf ausübt?*
- *ein eigenes Unternehmen gegründet hat?*
- *nach dem Schulabschluss ins Ausland gegangen ist?*
- *als Erzieher:in arbeitet?*
- *einen (untypischen) Beruf hat? (zum Beispiel Tätowierer:in)*
- *ein Studium abgebrochen und später doch Erfolg gehabt hat?*
- *einen Freiwilligendienst gemacht hat?*
- *im Ausland gearbeitet oder studiert hat?*
- *einen Ausbildungsplatz durch einen persönlichen Kontakt gefunden hat?*
- *schon mal den Beruf gewechselt hat?*
- *ehrenamtlich aktiv ist?*
- *etwas arbeitet, was dich interessiert?*
- *ganz anders arbeitet als die eigenen Eltern?*
- *einen Beruf ausübt, der früher als „typisch männlich“ oder „typisch weiblich“ galt?*
- *einen für dich spannenden oder ungewöhnlichen Weg ins Berufsleben genommen hat?*

REFLEXION

Allgemeine Fragen:	Fragen zur Selbstwahrnehmung:	Fragen zu Stärken im Gruppenkontext:	Fragen zur Weiterentwicklung:
Hat dich die Abbildung deines Netzwerkes überrascht? Welche Rolle spielen Netzwerke für die Berufsorientierung und den Einstieg ins Berufsleben?	Wie leicht oder schwer fällt es dir, neue Kontakte zu knüpfen? In welchen Situationen nutzt du bisher dein Netzwerk – und wo könntest du es stärker einbeziehen?	Gab es Fragen, bei denen kaum jemand aufgestanden ist? Was könnten die Gründe dafür sein?	Gibt es Bereiche, in denen du dein Netzwerk gezielt erweitern möchtest? Wie kannst du das anstellen?