

Infos für Lernende

# Schwierigkeiten während der Lehre

Während der beruflichen Grundbildung können Schwierigkeiten auftreten. Damit bist du nicht allein. Wichtig ist, dass du die Probleme aktiv angehst, mit jemandem darüber sprichst und dir frühzeitig Hilfe holst. Mit Unterstützung von Freunden, Arbeitskolleginnen und -kollegen, Eltern oder einer anderen Vertrauensperson kannst du überlegen, wo das Hauptproblem liegt und wie du am besten vorgehst. Im Kanton Bern gibt es verschiedene Anlaufstellen, die bei Schwierigkeiten weiterhelfen. Ihre Dienstleistungen sind in der Regel kostenlos.

## Schwierigkeiten im Lehrbetrieb

Hast du Schwierigkeiten im Lehrbetrieb? Fühlst du dich im Lehrbetrieb ungenügend betreut? Hast du das Gefühl, schlecht ausgebildet zu werden? Hast du Schwierigkeiten mit Kolleginnen und Kollegen? Denkst du an einen Lehrabbruch? Kündige nicht aus einem Impuls heraus, sondern analysiere deine Beweggründe und plane weitere Schritte. 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: Überlege dir, ob du die für dich zuständige Ausbildungsberatung beiziehen willst. Sie bietet dir vertrauliche und neutrale persönliche Beratung und Unterstützung an. Sie vermittelt zwischen dir und dem Lehrbetrieb in schwierigen Situationen. Die Ausbildungsberatung (Mittelschul- und Berufsbildungsamt (MBA), Kasernenstrasse 27, Postfach, 3000 Bern 22) ist unter T +41 31 633 87 87 sowie unter [www.be.ch/chummerchaschte](http://www.be.ch/chummerchaschte) oder [www.be.ch/abb](http://www.be.ch/abb) erreichbar.



## Nicht im richtigen Beruf?

Fühlst du dich im falschen Beruf? Spielst du mit dem Gedanken, den Beruf zu wechseln? Wende dich an die BIZ Berufsberatungs- und Informationszentren in deiner Region; sie unterstützen dich bei der Entscheidungsfindung und beraten dich bei der Suche nach dem passenden Beruf. Wo das nächste BIZ ist, erfährst du unter T +41 31 633 81 00 oder unter [www.be.ch/biz](http://www.be.ch/biz) > Die BIZ > Standorte.

## Ungenügende Schulleistungen

Sind deine Schulleistungen ungenügend? Suche das Gespräch mit deiner Berufsschullehrerin oder deinem Berufsschullehrer. Erkundige dich, ob deine Berufsfachschule Stützkurse oder Lern- und Arbeitshilfen für Lernende anbietet. Bitte einen Schulkollegen, eine Schulkollegin oder einen anderen Lernenden, eine andere Lernende um Unterstützung oder Aufgabenhilfe. Erkundige dich beim Berufsbildner, bei der Berufsbildnerin, ob dein Lehrbetrieb eine betriebsinterne Aufgabenhilfe anbietet.

## Wenn es zur Lehrvertragsauflösung kommt

Du kannst die Berufsfachschule noch drei Monate lang besuchen. Nutze diese Zeit, um dir Unterstützung bei der Ausbildungsberatung oder bei den Lehrpersonen der Berufsfachschule zu holen. Mit der Berufsberatung kannst du die nächsten Schritte besprechen, zum Beispiel eine andere Berufswahl, ein Brückenangebot oder ein Praktikum. Mach dir Gedanken, wieso es mit der Lehre nicht geklappt hat und was du anders angehen willst. Wichtig ist, dass es beim nächsten Versuch gelingt.

## Ratgeber

In der Ausbildung oder im ersten Job ist vieles neu. Es gelten neue Herausforderungen, Pflichten und Regeln. Die Broschüre «Ich kenne meine Rechte» des Schweizerischen Gewerkschaftsbundes informiert umfassend über die Rechte und Pflichten von Lernenden. Auch auf der Website der SGB-Jugendkommission, [www.rechte-der-lernenden.ch](http://www.rechte-der-lernenden.ch), sind alle wichtigen Antworten auf viele Fragen zu finden.

## Persönliche und finanzielle Probleme

Hast du persönliche Probleme? Leidest du unter familiären Belastungen? Wirst du misshandelt? Bist du ungewollt schwanger? Steckst du in finanziellen Nöten? Hast du ein Delikt begangen (z.B. Diebstahl, Sachbeschädigung)? Folgende Stellen unterstützen dich in einer schwierigen Situation, verweisen dich an die richtige Stelle oder begleiten dich (teilweise) über längere Zeit:

- [www.147.ch](http://www.147.ch) oder Telefonnummer 147 Pro Juventute – unterstützt junge Menschen rund um die Uhr bei Sorgen, Problemen oder Fragen
- [www.143.ch](http://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](http://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.erz.be.ch/erziehungsberatung](http://www.erz.be.ch/erziehungsberatung) > Erziehungs- und Familienberatung > Jugendliche
- [www.frageinfaech.ch](http://www.frageinfaech.ch) Erziehungsberatungsstellen des Kantons Bern – E-Mail-Beratung für Jugendliche bei Fragen rund ums Erwachsenwerden
- [www.schuldeninfo.ch](http://www.schuldeninfo.ch) Berner Schuldenberatung
- [www.lantana-bern.ch](http://www.lantana-bern.ch) Lantana – Stiftung gegen Gewalt an Frauen und Kindern
- [www.opferhilfe-bern.ch](http://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](http://www.familienplanung.insel.ch) Zentrum für sexuelle Gesundheit Bern, Frauenklinik Inselspital – Beratung zu Verhütung und unerwarteter Schwangerschaft
- Sozialdienst deiner Wohngemeinde (das Sozialamt vermittelt die Adresse: T +41 31 633 78 11)

## Gesundheitliche Probleme

Leidest du unter gesundheitlichen Problemen? Dazu gehören zum Beispiel illegale Drogen, Alkoholmissbrauch, Depressionen, Essstörungen, AIDS u.a. Folgende Stellen helfen weiter:

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