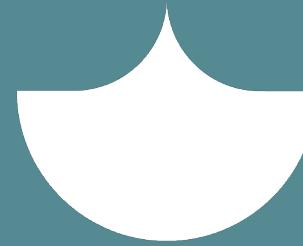
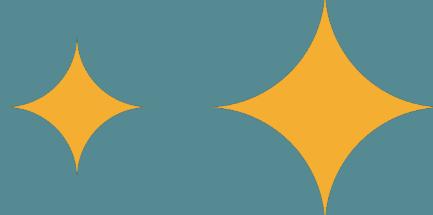


# Lehrstellensuche: Lust oder Frust für die ganze Familie?



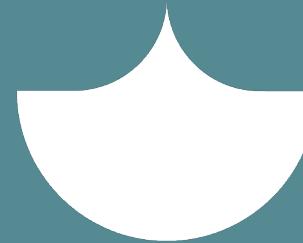
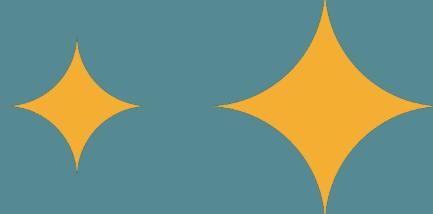
SIMONE WAMPFLER  
miteinander.stark.sein

# Warum dieses Thema Familien bewegt

- Lehrstellensuche betrifft die ganze Familie
- Emotionen, Druck, Erwartungen
- Viele Gespräche drehen sich nur noch darum
- Beziehung leidet oft darunter

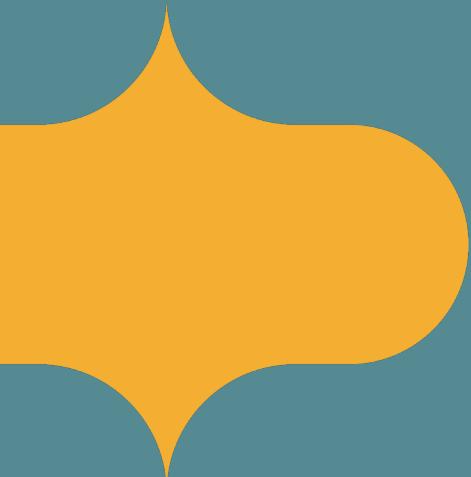


SIMONE WAMPFLER  
miteinander.stark.sein



SIMONE WAMPFLER  
miteinander.stark.sein

# Pubertät: Umbruch & Aufbruch



**Körper verändert  
sich**

**Gehirn baut sich um**

**Gefühle schwanken  
stark**

**Identität entwickelt  
sich neu**

# Modell nach Marianne Herzog



SIMONE WAMPFLER  
miteinander.stark.sein

# Kurzer Austausch

# Was unter Stress passiert

- Überlebenshirn übernimmt
- Denken wird schwieriger
- Emotionen dominieren
- Gespräche eskalieren schneller



SIMONE WAMPFLER  
miteinander.stark.sein



- Ruhige Erwachsene
- Klare Sprache
- Vorhersehbare Struktur
- Beziehungssignal: Du bist sicher

# Was Jugendlichen dann hilft



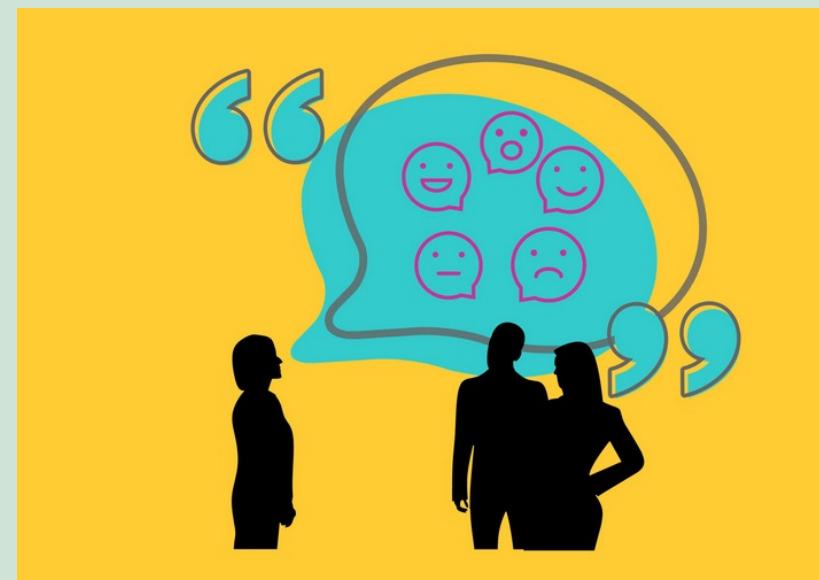
Was hilft dir als  
Mutter/als Vater,  
dich sicher zu  
führen?



SIMONE WAMPFLER  
miteinander.stark.sein

# Innerer Dialog bei Erwachsenen

Was habe ich falsch gemacht?  
Warum klappt es bei anderen?  
Ich verliere die Kontrolle  
Ich genüge nicht  
.....



SIMONE WAMPFLER  
miteinander.stark.sein

- Perfekt sein wollen
- Alles kontrollieren wollen
- Vergleiche mit anderen Familien
- Schuld bei sich suchen

## Inneren Kritiker erkennen



SIMONE WAMPFLER  
miteinander.stark.sein

# Hilfreiches Mindset bei Eltern

- Ich begleite Entwicklung
- Ich darf lernen
- Ich bleibe in Beziehung
- Ich bleibe handlungsfähig



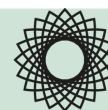
SIMONE WAMPFLER  
miteinander.stark.sein

# Rückblick eigene Jugendzeit

Welche ermutigenden  
Sätze deiner  
Bezugspersonen hast du  
geschätzt?



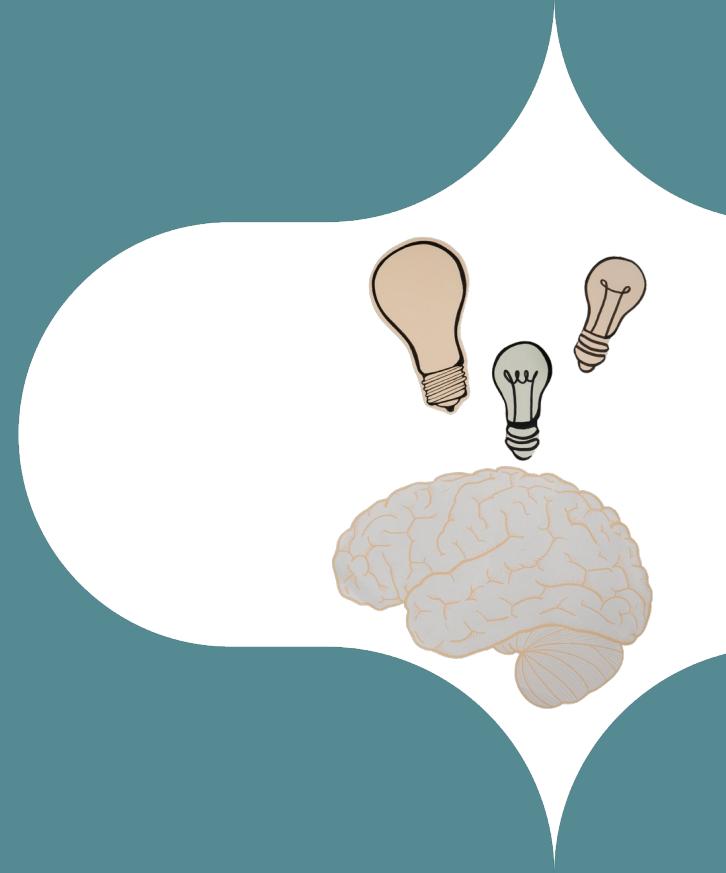
Welches Verhalten  
deiner Bezugspersonen  
hast du als Jugendliche:  
als hilfreich empfunden?



SIMONE WAMPFLER  
miteinander.stark.sein

# Aktuelle Belastungen in den Familien

- 
- Unklarheit nach der Schule
- Motivation schwankt
- Familienklima angespannt
- Unterschiedliche Leistungsbilder



SIMONE WAMPFLER  
miteinander.stark.sein

# Was Jugendliche jetzt brauchen

- Orientierung im Alltag
- Echte Gespräche
- Zutrauen
- Klare Struktur



SIMONE WAMPFLER  
miteinander.stark.sein

# Deine Rolle als Elternteil

- 
- Du gibst Halt
  - Du gibst Richtung
  - Du gibst emotionale Sicherheit
  - Du bleibst im Kontakt



SIMONE WAMPFLER  
miteinander.stark.sein

# Drei Hebel im Alltag

---

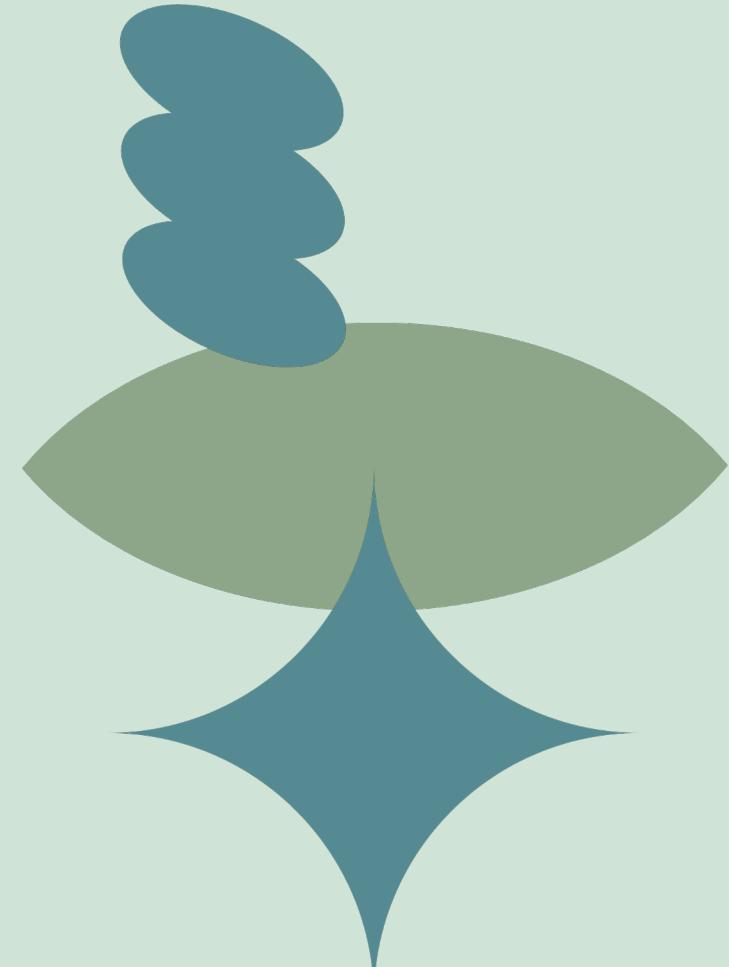
- Klare Zeiten für Bewerbungen / Schnupperlehren
- Fortschritte sichtbar machen
- Wöchentliche Standortgespräche



SIMONE WAMPFLER  
miteinander.stark.sein

# Gespräch statt Druck

- Wo stehst du gerade?
- Was läuft gut?
- Wo brauchst du Unterstützung?
- Was ist dein nächster Schritt?



SIMONE WAMPFLER  
miteinander.stark.sein

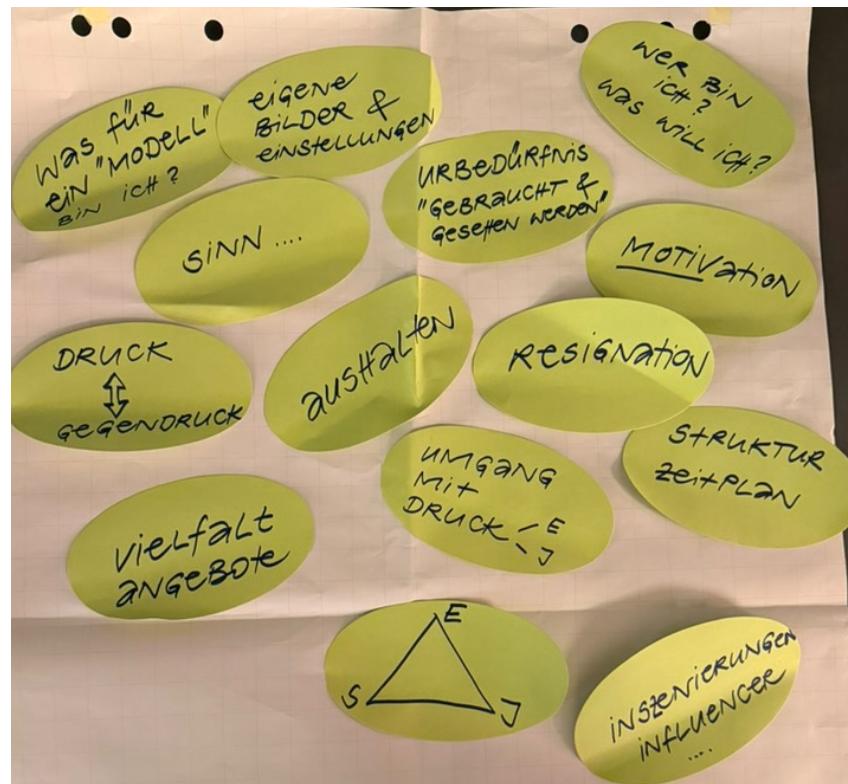
# Umgang mit Absagen

- Gefühl benennen
- Kurz verarbeiten
- Nächsten Schritt planen
- Rhythmus halten



# Gruppenaustausch

# Input von Simone



# Beziehung trägt Entwicklung

- Jugendliche wachsen in Beziehung
- Sicherheit stärkt Mut
- Du bist Orientierungspunkt



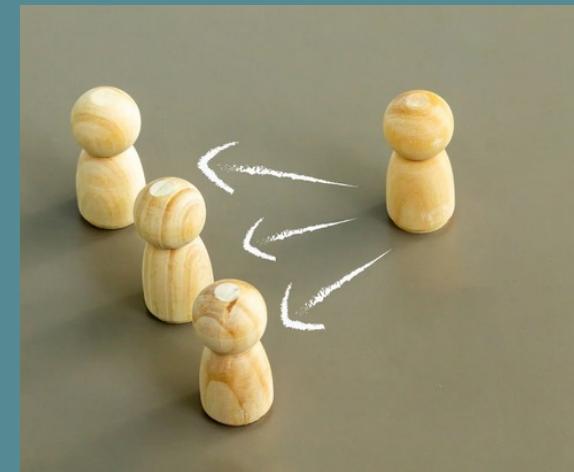
# Struktur gibt Halt

- Klare Rahmen entlasten
- Regelmässige Gespräche helfen
- Kleine Schritte zählen



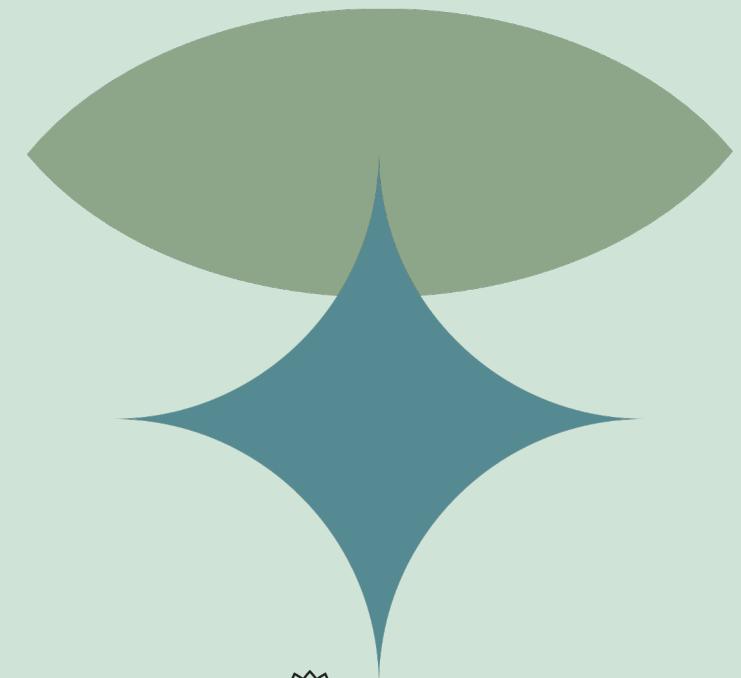
# Dein Einfluss ist gross

- Deine Haltung wirkt täglich
- Du prägst Selbstvertrauen
- Du bleibst wichtige Bezugsperson



SIMONE WAMPFLER  
miteinander.stark.sein

# Feedback willkommen



SIMONE WAMPFLER  
miteinander.stark.sein

# DU hast immer die Wahl:



Viel Gelassenheit im  
Familienalltag wünscht  
Simone Wampfler  
[www.simonewampfler.ch](http://www.simonewampfler.ch)



SIMONE WAMPFLER  
miteinander.stark.sein