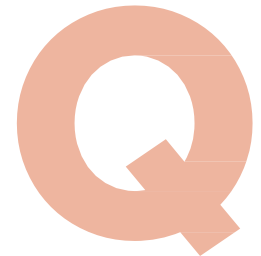


**Erste Hilfe (Resilienz)
beim digitalen Stress in
der Ausbildung 4.0**

**Ab in die Zukunft mit
der Generation Z!
Azubis der Generation Z
gewinnen und führen**



Ab in die Zukunft mit der Generation Z!

Azubis der GenerationZ gewinnen und führen



- Einführung: „Wer ist die Generation Z und wie tickt sie?“
- Auszubildende der Generation Z für die Ausbildung gewinnen
- Gemeinsam von und miteinander Lernen
- Empfehlungen für die Ausbildungspraxis



5 TRENDS

#1 FAMILIE

Die zuverlässigste Beziehung

Die Bedeutung von Zusammenhalt in der Familie hat 2019 nochmals zugelegt als prägendstem Einfluss für die Lebenssituation der jungen Deutschen. Das liegt daran, dass so viele Beziehungen nur noch digital gepflegt werden und daher nicht so belastbar sind, wie die zu den Eltern und Geschwistern.

#2 GESUNDHEIT

Der wichtigste Wert

Der mit Abstand wichtigste Wert für die Generation Z und die Generation Y ist die Gesundheit. Gesundheit steht für ein Leben ohne Einschränkungen, bei dem sich Körper und Geist gut anfühlen.

#3 MAMA & PAPA

Die Top-Influencer

Die wichtigsten Influencer und Vorbilder der Generation Z sind Mama und Papa. Für die Generation Y sind Vorbilder grundsätzlich nicht so wichtig und Eltern stehen an dritter Stelle nach „Ich“ oder „kein Vorbild“.

#4 TRAUMJOB

Wohlfühlen und genug Freizeit

Am wichtigsten für einen guten Job ist der Generation Z und der Generation Y die Arbeitsatmosphäre sowie die gute Balance von Arbeit und Freizeit. Mit diesen Erwartungen an Arbeitgeber tritt die junge Generation sehr selbstbewusst auf.

#5 ALTERSARMUT

Finanziell schlecht abgesichert

Für die Zukunft wünscht sich die junge Generation Familie, Kinder, ein Haus und Gesundheit. Doch jede*r Dritte der Generation Z und jede*r Zweite der Generation Y ist unzufrieden mit der finanziellen Absicherung für die Zukunft.

Erste Hilfe (Resilienz) beim digitalen Stress in der Ausbildung 4.0



Trendstudie Winter 2022/23

Psychische Gesundheit

- 25% der befragten 14- bis 29-Jährigen sind mit ihrer **psychischen Gesundheit** unzufrieden
- Bei 16% macht sich *Hilflosigkeit* breit
- 10% berichten von *Suizidgedanken*.

Alle Werte sind seit der letzten Trendstudie vom Mai 2022 angestiegen!

„Bei einer erschreckend großen Minderheit haben sich die psychischen Sorgen verfestigt und verdichtet, sodass dringende Unterstützung notwendig ist.“

Tabu-Thema Stress?

Ca . 30 Prozent der Männer und 52 Prozent der Frauen sind ständig gestresst (GenZ).

„Gleichzeitig bleibt die psychische Gesundheit aus Sicht vieler ein Tabuthema. Etwas mehr als ein Drittel der Gen Z und der Millennials geben an, dass sie mit Vorgesetzten nicht über Stress- oder Angstgefühle sprechen.“

Quelle: Deloitte Millennial Survey 2022

<https://www2.deloitte.com/de/de/pages/innovation/contents/millennial-survey.html>

Resilienz

Widerstandskraft (positive Sicht auf Lebenssituationen)

Widerstandsfaktoren (nach Aaron Antonovsky)	Leitfragen für die Ausbildungspraxis
Verstehbarkeit	Wie und warum entsteht digitaler Stress bei Azubis?
Handhabbarkeit	Wie können Azubis stressige Situationen bewältigen und/oder reduzieren?
Sinnhaftigkeit	Warum lohnt sich für Azubis die Auseinandersetzung und das Überwinden von Stresssituationen?

Ausbildungsrelevanz: Novellierte Berufsbildposition

In die Position „Sicherheit und Gesundheit bei der Arbeit“ ist neben dem Prüfen und Beurteilen von Gefährdungen am Arbeitsplatz nun auch der Arbeitsweg als zu berücksichtigender Aspekt aufgenommen worden. Außerdem wurde das Lernziel „sicheres und gesundheitsgerechtes Arbeiten erläutern“ ergänzt.

c) sicheres und gesundheitsgerechtes Arbeiten erläutern

- ▶ Merkblätter und Richtlinien zur Verhütung von Unfällen beim Umgang mit Werk- und Hilfsstoffen sowie mit Werkzeugen und Maschinen
- ▶ sachgerechter Umgang mit Gefährdungen
- ▶ gesundheitserhaltende Verhaltensregeln
- ▶ regelmäßige Unterweisung der Mitarbeiter/-innen

4 Digitalisierte Arbeitswelt

f) Lern- und Arbeitstechniken sowie Methoden des selbstgesteuerten Lernens anwenden, digitale Medien nutzen und Erfordernisse des lebensbegleitenden Lernens erkennen und ableiten	während der gesamten Ausbildung	<ul style="list-style-type: none">▶ formale, non-formale und informelle Lernprozesse▶ Lernen in unterschiedlichen Lebensphasen▶ Voraussetzungen und Qualitätskriterien für selbstgesteuertes Lernen▶ <u>Eignung und Einsatz von digitalen Medien</u>▶ Lern- und Arbeitstechniken
g) Aufgaben zusammen mit Beteiligten, einschließlich der Beteiligten anderer Arbeits- und Geschäftsbereiche, auch unter Nutzung digitaler Medien, planen, bearbeiten und gestalten		<ul style="list-style-type: none">▶ Rollen, Kompetenzen und Interessen von Beteiligten▶ <u>Identifikation des geeigneten Kommunikationsmittels unter Beachtung verschiedener Methoden</u>▶ Prüfung im Team von Anforderungen mit Rollen- und Aufgabenverteilung▶ <u>technische, organisatorische, ökonomische Rahmenbedingungen</u>▶ abgestimmte Projekt-, Zeit- und Aufgabenpläne▶ zielorientiertes Kommunizieren, beispielsweise auf Basis der SMART-Regel▶ systematischer Austausch von Informationen zur Aufgabenerfüllung▶ Entwicklung und Pflege von Kooperationsbeziehungen

Jetzt anmelden!

26.01.2023 (14:00 Uhr bis 15:30 Uhr) Ab in die Zukunft mit der Generation Z: Azubis der Generation Z gewinnen und Führen

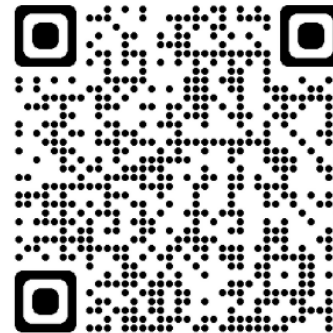
<https://www.bdwmv.de/de/seminare/detail/ab-in-die-zukunft-mit-der-generation-z-azubis-der-generation-z-gewinnen-und-fuehren-4>

26.01.2023 (10:30 Uhr bis 12:00 Uhr) Erste Hilfe (Resilienz) beim digitalen Stress in der Ausbildung 4.0

<https://www.bdwmv.de/de/seminare/detail/erste-hilfe-resilienz-beim-digitalen-stress-in-der-ausbildung-4-0>

Noch mehr Angebote:

<https://www.bdwmv.de/de/projekte/detail/ausbildung-im-digitalen-wandel>





DAS BILDUNGSWERK
DER WIRTSCHAFT MV

NETZWERK
 4.0 IN MV-
SCHWERIN

Dr. Wolfgang König

<https://www.linkedin.com/in/koenigwolfgang>

koenig@bdw-mv.de

<https://www.bdwmv.de/de/projekte/detail/ausbildung-im-digitalen-wandel>

GEFORDERT VOM



Bundesministerium
für Bildung
und Forschung

[netzwerkq40.de](https://www.netzwerkq40.de)

