

## Tools und Tipps für Ausbilderinnen und Ausbilder

Der Einstieg in die Ausbildung ist für Auszubildende oft mit Unsicherheit, Erwartungsdruck und Reizüberflutung verbunden. Fehlen klare Strukturen und soziale Begleitung, kann dies leicht zu Überforderung und Stress führen. Ein stressfreier Start legt den Grundstein für Motivation, Bindung und langfristigen Lernerfolg.

### Bausteine für stressfreies Onboarding

Durch einen strukturierten und sozial unterstützten Onboardingprozess können Auszubildende entspannter in ihre Rolle hineinwachsen:



#### Sicherheit durch Orientierung

Azubis erleben weniger Stress, wenn sie wissen, was auf sie zukommt. Ein strukturierter erster Tag mit klaren Abläufen, kleinen Aufgaben und einer ruhigen Begrüßung gibt Halt. Bereits vorab helfen Willkommenspakete, kurze Info-Videos oder persönliche Nachrichten dabei, Ängste abzubauen und Vorfreude zu stärken.



#### Soziale Eingebundenheit fördern

Stress entsteht oft durch das Gefühl, allein zu sein. Ein fester Ansprechpartner, z. B. ein Buddy oder Mentor (idealerweise ohne hierarchischen Bezug), bietet emotionale Sicherheit und ermutigt dazu, Fragen zu stellen. Regelmäßige kurze Feedbackgespräche geben Raum für Rückfragen und helfen, Unsicherheiten früh zu klären.



#### Transparenz und Struktur statt Informationsflut

Viele neue Informationen auf einmal führen schnell zu Überforderung. Ein klar gegliederter Onboarding-Fahrplan mit Etappen und erreichbaren Zielen schafft Übersicht. Inhalte sollten in kleinen, leicht verdaulichen Einheiten vermittelt und idealerweise visuell unterstützt werden oder digital wiederholbar sein.

### Tipps für die Praxis

- **Persönliche Beziehung aufbauen**  
Interesse zeigen, aktiv zuhören, Vertrauen schaffen
- **Regelmäßige Orientierung bieten**  
Tagesziele und Lernabschnitte besprechen, festhalten,
- **Kleine Aufgaben statt Großprojekte**  
so entstehen schnell erste Erfolgserlebnisse und ein produktives Flow-Erleben
- **Routinen einführen**  
z. B. Feedback-Mittwoche oder Reflexions-Freitage
- **Fehlerfreundliche Atmosphäre leben**  
offener Umgang, auch mit eigenen Fehlern, fördert das Sicherheitsgefühl, ermutigt die Azubis und mindert Angst, zu scheitern

### Digitale Tools

- **Trello**  
Aufgaben & Etappen planen, Fortschritt sichtbar machen
- **Mindmeister**  
Onboarding-Wissen verknüpft und übersichtlich in einer MindMap ablegen und jederzeit nachlesen
- **Moodflow**  
Stimmungstagebuch für Reflexion & Selbstwahrnehmung

## NETZWERK Q 4.0

NETZWERK Q 4.0 ist ein gemeinsames Projekt des Instituts der deutschen Wirtschaft (IW) und der Bildungswerke der Wirtschaft und anderen Bildungsinstitutionen und wird gefördert vom Bundesministerium für Forschung, Technologie und Raumfahrt (BMFTR).

### Impressum

Bildungswerk der Wirtschaft für Hamburg und  
Schleswig-Holstein e.V.

Bildungswerk der Sächsischen Wirtschaft gGmbH

netzwerkq40.de

#### Autor

Lisa-Maria Eicher, Catharina Japp, Christoph Preiß,  
Tim Scharf



netzwerkq40.de

#### Quellen

Bauer, T. N. (2010). Onboarding New Employees: Maximizing Success. SHRM Foundation. <https://www.shrm.org/foundation/ourwork/initiatives/resources-from-past-initiatives/Documents/Onboarding%20New%20Employees.pdf>

Frögéli E, Jenner B, Gustavsson P (2023) Effectiveness of formal onboarding for facilitating organizational socialization: A systematic review. PLoS ONE 18(2): e0281823. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0281823>

Mosquera, P., Soares, M.E. (2025). Onboarding: a key to employee retention and workplace well-being. Rev Manag Sci. <https://doi.org/10.1007/s11846-025-00864-3>