

NXTLVL

Das Magazin für deine Zukunft



Bewerbungs-marathon?

ABGEHAKT.

Ausbildungsvertrag
oder Studienplatz?

GESICHERT.



Jetzt heisst es: warten. Nicht mehr lange, bis der nächste Lebensabschnitt so richtig losgeht. Eine komische Phase. Irgendwo zwischen Vorfreude, Nervenflattern und dem Gefühl, dass sich bald ziemlich viel verändern wird. Oder steckst du schon mittendrin im Berufs- oder Studentenleben – irgendwo zwischen Kundentermin, Berufsschule, Hörsaal und nächster Klausurenphase? So oder so: Du bist auf dem Weg zum nächsten Level. Und genau dafür ist dieses Magazin gemacht – willkommen bei NXTLVL, deinem Audi BKK Jugendmagazin. Damit dich in dieser Zeit nicht auch noch das Thema Gesundheitsversorgung stresst, sind wir für dich da. Denn wir wissen, was dich bewegt. Deshalb begleiten wir dich in dieser Ausgabe durch Themen, die gerade wirklich relevant für dich sind. Wir haben drei junge Menschen gefragt, wie ihr Weg aus der Schule in den Job oder die Uni gelaufen ist – mit allem, was dazugehört. Eine HR-Expertin verrät dir, was beim Berufsstart wirklich zählt. Und falls dich schon der Gedanke ans Telefonieren ins Schwitzen bringt: Du bist damit nicht allein.

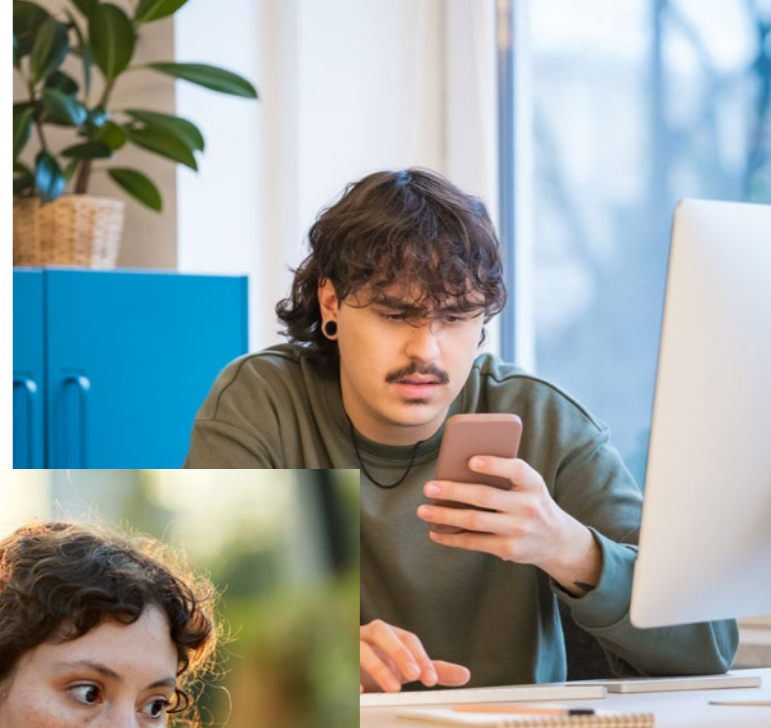
Außerdem schauen wir auf das Thema Selbstoptimierung. Denn wenn es darum geht, wie man aussehen, trainieren und essen soll, können Social Media ziemlich laut sein. Bei uns erfährst du, wie viel Selbstoptimierung gesund ist und wann du auch mal weghören darfst. Und wenn mal gar nichts nach Plan läuft? Dann haben wir die WOOP-Methode für dich, die dir aus der gedanklichen Sackgasse hilft. Viel Spaß beim Lesen – und einen guten Start in deinen nächsten, spannenden Lebensabschnitt.

DEINE AUDI BKK

Impressum
Herausgeber: Audi BKK, Postfach 10 01 60,
85001 Ingolstadt (zentrale Postanschrift),
Tel.: 0841 887-0, Fax: 0841 887-109,
E-Mail: www.audibkk.de/kontakt;
Redaktionsleitung/Projektverantwortlicher:
Stefan Pulver, Tel.: 0841 887-355,
E-Mail: redaktion@audibkk.de; Redaktion
und Layout: move elevator GmbH;
Bildnachweise: Titel: @istocksy.com/Studio Firma;
Seite 5: @privat; S. 7: @istockphoto.com/Finn
Hafemann; S. 9: @istockphoto.com/xavierarnau;
S. 10: @istockphoto.com/pixdeluxe;
S. 12: @istockphoto.com/Fabio Camandona;
S. 15: KI-generiert

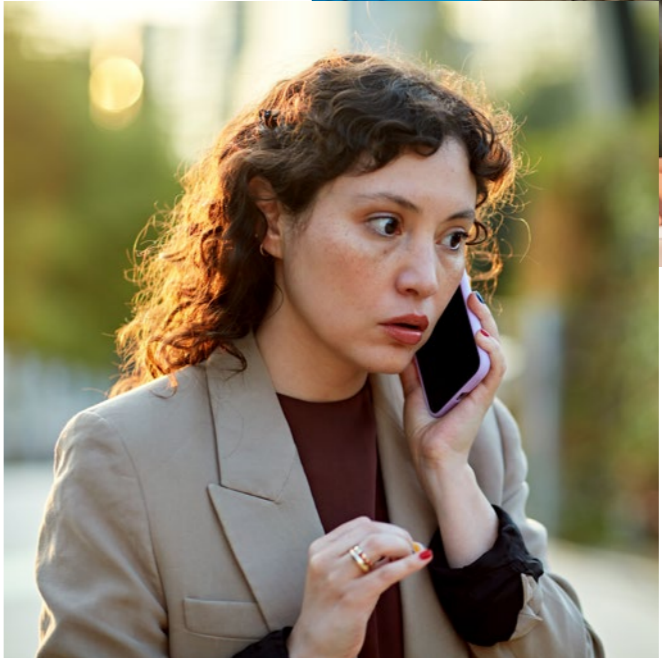


Mehr Informationen zur Berechnungsmethodik, zur Kompensation und dem gewählten Goldstandard-Klimaschutzprojekt finden Sie unter klima-druck.de/ID



09

Telefonieraaaargh
Was gegen die Angst
vorm Telefonieren hilft.



10

Bist du maximal?
Psychotherapeutin Dr. Katharina Bosbach erklärt,
wann Perfektionismus ungesund wird.



- 04 Komm runter!**
Fünf Tipps, wie du bei Stress runterkommst.
- 05 Wie läuft's bei dir?**
Drei Menschen erzählen, wie es nach der Schule weiterging.
- 06 Dein Körper. Dein Deal. Deine Audi BKK.**
Was dir die Audi BKK bringt.
- 08 Die Top 6 für deinen Berufsstart**
Sechs Tipps von der Insiderin.
- 14 Gib nicht auf!**
Manchmal kommt es nicht wie geplant. Was du dann tun kannst.
- 15 Was habt ihr eigentlich gelernt?**
Promis und ihr Weg nach der Schule.

Update

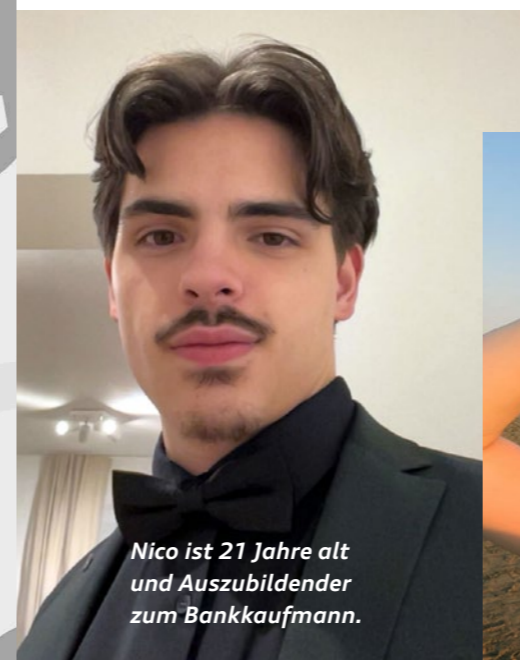
Dein Motto ist „Keine gute Party ohne passendes TikTok“? Kann man machen. Aber gerade in der Übergangsphase von Schule oder Studium in den Beruf lohnt sich ein zweiter Blick auf deine Posts. Denn was du in sozialen Medien teilst, kann berufliche Türen öffnen – oder schließen. Laut einer aktuellen Studie gaben rund 16 Prozent der Unternehmen an, Kandidatinnen oder Kandidaten aufgrund ihres Social-Media-Profiles eingestellt zu haben. Fast jede fünfte Firma begründete damit allerdings auch eine Ablehnung. Es lohnt sich also, die eigenen Profile bewusst zu pflegen. Karrierenetzwerke wie LinkedIn oder Xing eignen sich gut, um fachliche Stärken sichtbar zu machen. Und ältere Beiträge, die nicht mehr zu dir passen? Lassen sich unkompliziert aussortieren. Oder du stellst deinen Account einfach auf privat und teilst nur noch mit deinem engsten Kreis.

Du brauchst noch mehr Tipps zum Ausbildungsstart? Dann hör doch mal in unseren Podcast „Von achtsam bis zuckerfrei“ rein. In der Folge zum Thema „Azubi Life in Balance“ berichten Moderatorin Ilka Brühl und Regina Ebert, Fachreferentin der Audi BKK, was in dieser neuen Lebensphase wirklich zählt. Mehr unter: www.audibkk.de/azubi-life-in-balance



Wie läuft's bei dir?

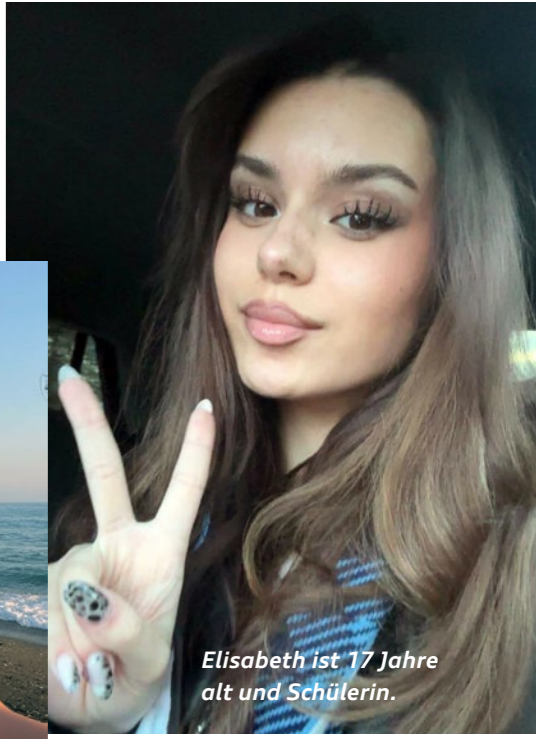
Schule fertig – und dann?
Eine Schülerin, eine Studentin und ein Azubi erzählen, wie sie ihren Weg gefunden haben.



Nico ist 21 Jahre alt und Auszubildender zum Bankkaufmann.




Magdalena ist 21 Jahre alt und Studentin Medienpsychologie & Digital Business.



Elisabeth ist 17 Jahre alt und Schülerin.

Komm runter!

Prüfungen, Gespräche mit Vorgesetzten, der Sprint zum Bus – stressige Situationen gibt es viele. Kein Grund zum Ausflippen! Die kostenfreie App Wawenij sorgt für weniger Stress und mehr Motivation im Alltag. Unter www.audibkk.de/wawenij erfährst du mehr. Das reicht noch nicht? Unsere Tipps helfen dir, schnell runterzukommen:



- > Schnelle Atemübung: tief einatmen, dann Luft lange ausströmen lassen. Dreimal hintereinander ausgeführt kann das die Herzfrequenz senken.
- > Mikro-Achtsamkeit: Kaltes Wasser über die Hände laufen lassen, Tee trinken oder sanfte Musik hören. Dabei bewusst in den Körper hineinspüren.
- > Mini-Meditation: Für eine Minute die Augen schließen und aufs Atmen konzentrieren.
- > Kleine progressive Muskelentspannung: Schultern zu den Ohren hochziehen, kurz halten – und dann bewusst fallen lassen (3-5 Mal wiederholen).

Zahlen und wirtschaftliche Zusammenhänge haben mich schon immer fasziniert. Der Weg in den Finanzbereich war also naheliegend. Trotzdem war der Start alles andere als leicht: **Für die Ausbildung bin ich umgezogen – eine neue Stadt, ein neues Umfeld, einfach ein kompletter Neuanfang.** Was mich wirklich überrascht hat? Wie gut die Ausbildung tatsächlich zu mir passt. Und dass sie mir geholfen hat, offener zu werden. Jetzt möchte ich den Abschluss mit guten Ergebnissen machen und danach die Weiterbildungsmöglichkeiten nutzen. **Mein Tipp: Traut euch, Neues auszuprobieren. Manchmal überrascht man sich selbst.**

Eigentlich wollte ich Mediengestalterin werden, also eine Ausbildung machen. Ich habe aber nur Absagen bekommen. Das war ein echter Dämpfer für mich. Aber dann habe ich umgedacht: **Ich hatte ja mein Abi. Was ist eigentlich mit der Uni? Heute studiere ich im vierten Semester Medienpsychologie und Digital Business und bereue keinen einzigen Tag.** Rückblickend waren die Absagen das Beste, was mir passieren konnte. Denn der Studiengang passt so genau zu meinen Interessen, wie ich es nie erwartet hätte. Nebenbei arbeite ich als Werkstudentin im Bereich Marketing und Social Media. Und darin bin ich richtig gut.

Ich bin gerade im Abschlussjahr. **Für mich ist absolut klar: Ich mache nach der zehnten Klasse eine Ausbildung.** Ich habe genug von Schule und Lernstress und will endlich unabhängig werden. Ich möchte eigenes Geld verdienen, bald eine eigene Wohnung haben und mir Dinge selbst leisten können. Ich hatte Glück und gleich mehrere Ausbildungsplatzangebote. **Und falls ich später doch noch das Abitur nachholen möchte, weiß ich, dass mir die Berufsoberschule nicht wegläuft.** Ich kann mich also immer weiterbilden. Mein wichtigster Ratschlag: Hör auf dein Herz und lass dir von niemandem einreden, was der einzig richtige Weg für dich ist.



Wir wollen für dich da sein
Damit wir wissen, wie wir dich auf deinem weiteren Weg begleiten dürfen, haben wir ein paar Fragen an dich. Die kannst du ganz unkompliziert online beantworten: Melde dich einfach bei uns unter:
www.audibkk.de/berufstarter

DEIN KÖRPER DEIN DEAL. DEINE AUDI BKK.

Punkte sammeln, Geld kriegen

Stell dir vor, du gehst zum Arzt, machst Sport oder lässt dich impfen – und kriegst dafür Geld. Total normal: Denn mit unserem digitalen Bonusprogramm AktivFit sammelst du in der **Meine Audi BKK** App Punkte für Dinge, die du eh machst. Sportverein oder Fitnessstudio? Zählt. Zahnarzttermin? Auch. J2-Vorsorge? Geht klar. Pro nachgewiesene Maßnahme gibt's 10 Euro, bis zu 120 Euro im Jahr, direkt auf dein Konto.

www.audibkk.de/app

Fitness, Yoga, Ernährung: Wir sind dabei

Du willst richtig fit werden? Gesünder essen? Oder einfach mal richtig runterkommen? Gute Sache! Wir sind dabei und bezuschussen bei regelmäßiger Teilnahme zwei zertifizierte Gesundheitskurse pro Jahr mit maximal 100 Euro je Kurs (max. zwei Kurse im Jahr). Online oder vor Ort, ganz wie's für dich passt. Du bringst die Motivation, wir bringen das Geld.

www.audibkk.de/gesundheitskurse

Zähne putzen reicht nicht immer

Zweimal täglich putzen ist gut. Aber Zahnstein lacht darüber. Eine professionelle Zahnreinigung räumt weg, was die Zahnbürste nicht schafft – und die Audi BKK zahlt bis zu 60 Euro pro Jahr dazu. Konkret: Je 30 Euro für zwei Behandlungen, immer in der Praxis deiner Wahl. Rechnung in der App hochladen, Geld zurück.

www.audibkk.de/zahnreinigung

Gesund bleiben lohnt sich

Du bist volljährig und hast ein Jahr lang keine Leistungen von uns in Anspruch genommen? Starkes Ding! Fürs Gesundbleiben bekommst du mit unserem Wahltarif Prämienzahlung einen Teil deines Jahresbeitrags zurück. Vorsorge und Präventionsangebote darfst du natürlich trotzdem wahrnehmen – die zählen nicht gegen dich. Kein Risiko, kein Haken, einfach ein Plus für alle, die fit durch das Jahr kommen. www.audibkk.de/prämienzahlung

Das klingt nach dem richtigen Deal für dich?

Dann werde jetzt mit wenigen Klicks Mitglied bei der Audi BKK. www.audibkk.de/mitglied-werden



App on. ~~Stress off.~~

Ready für die Party, aber noch schnell den Versicherungsnachweis checken? Kein Stress, denn mit der **Meine Audi BKK** App hast du alles, was du brauchst, direkt auf deinem Smartphone. Kein Papierkram, keine Warteschlangen, kein Aufwand.

Das steckt drin:

- › **Immer verfügbar:** Egal ob auf dem Sofa, in der Bahn oder zwischen zwei Vorlesungen – mit der **Meine Audi BKK** App sind wir rund um die Uhr für dich da.
- › **Null Papierkram:** Alle wichtigen Services findest du direkt in der App. Und zwar schnell, unkompliziert und sicher.
- › **Bonus easy im Blick:** Du nimmst am Bonusprogramm AktivFit teil? Nachweise für deine Gesundheitsaktivitäten einzureichen, geht direkt per App, mit wenigen Klicks.

Manage deine Gesundheit jetzt digital. Und zwar mobil, sicher und unkompliziert. Lade dir direkt unsere **Meine Audi BKK** App herunter und mache mit.

Die Top 6 für deinen Berufsstart

Wir haben kein Ratgeber-Blabla für dich, sondern nur das, was wirklich am ersten Tag im neuen Job zählt. Direkt von Melanie Hafner, HR-Expertin bei der Audi BKK.

Halt den Kontakt. Zusage bekommen und dann nichts mehr von dir hören lassen? Kein guter Start. Melde dich vor deinem ersten Tag bei der Personalabteilung oder den neuen Kolleginnen und Kollegen.

So kannst du dir ein paar Tipps für den ersten Arbeitstag abholen und direkt einen guten Eindruck hinterlassen.

Bleib deinem Stil treu.

Kleide dich passend zum Job, aber bleib dabei du selbst. Wer am ersten Tag im Anzug mit Krawatte aufläuft, obwohl alle in der Abteilung Sweatshirt tragen, wirkt genauso fehl am Platz wie umgekehrt.

Überlege: Ist das dein Stil – oder der deiner Eltern?

Leg das Handy weg.

Nicht komplett – aber öfter als gewohnt. Die Gespräche mit deinen neuen Kolleginnen und Kollegen, mit denen du gerade die Mittagspause verbringst, sind wertvoller als jeder Social-Media-Feed.

Nimm den Druck raus.

Du musst nicht von Tag eins an alles wissen. Dieser Druck macht dir nur unnötigen Stress. Eine Ausbildung dauert drei Jahre, damit du alles Notwendige lernen und kennenlernen kannst. Lern lieber gründlich als gehetzt.

Steh zu dir. Akzent, Eigenheiten, besonderer Humor – sei einfach, wer du bist. Natürlich ohne andere zu beleidigen oder zu verletzen. Wenn du dich zu sehr verstellst, merken das andere sofort.

Authentisch zu sein, ist kein Risiko, sondern ein Vorteil.

Frag klug, nicht viel. Fragen stellen ist gut. Fragen stellen, ohne selbst nachgedacht zu haben, nervt.

Versuch erst mal selbst die Antwort zu finden und zeige damit Initiative. Dabei helfen kann dir beispielsweise das Intranet deines Ausbildungsbetriebs.

Du willst mehr? Kein Problem! Auf www.audibkk.de/auszubildende findest du noch mehr Tipps und Angebote, die speziell auf deinen Start ins Berufsleben zugeschnitten sind.



TELEFONIER A A A R G H



Eine Sprachnachricht aufnehmen? Kein Ding. Ein TikTok vor Tausenden posten? Easy. Aber jemanden anrufen? Bloß nicht. Was paradox klingt, ist für viele junge Menschen Alltag. Die Angst vor dem Telefonieren – auch Telefonphobie genannt – betrifft laut Umfragen vor allem die Generation Z. Der Grund ist simpel: Zwar haben sehr viele ein Smartphone, telefonieren aber kaum damit. Stattdessen sind Chats und Sprachnachrichten beliebt. Das bietet ein Sicherheitsnetz – gründlicheres Überlegen und die Möglichkeit des Löschens –, das beim Telefonieren fehlt. Hier braucht es spontanes Reaktionsvermögen. Die Gesichtsausdrücke des Gegenübers nicht sehen zu können, erzeugt zusätzlich Unsicherheit. Hinzu kommt die Sorge, sich zu versprechen, etwas Falsches zu sagen oder den anderen zu stören.

Was hilft? Kleine Schritte: Telefonate vorbereiten, zum Beispiel mit einigen Stichpunkten. Schwierige Anrufe mit vertrauten Menschen üben. Und wenn es doch mal holprig läuft? Kein Drama. Die meisten Gespräche sind weniger schlimm, als wir sie uns vorher ausmalen. Übrigens: In vielen Berufen gehört Telefonieren zum Alltag. Wer früh anfängt, die eigene Komfortzone zu erweitern, hat es später leichter. Ganz ohne Druck.

Entspann dich

Progressive Muskelentspannung oder Yoga können helfen, ruhiger zu werden. Wir unterstützen dich dabei mit unseren Gesundheits- und Sportkursen. Mehr unter: www.audibkk.de/gesundheitskurse



Bist du

Eigentlich wolltest du nur kurz auf TikTok schauen. Aber dann: in einem Reel nach dem anderen grinsen dir perfekte Fitfluencerinnen und Fitfluencer entgegen. Sixpack. Bubblebutt. Jawline. Praller Bizeps. Und plötzlich sind da diese Gedanken: Warum sehe ich nicht so aus? Was mache ich falsch? Dein Körperbild steht kopf. Aber dein innerer Plan für morgen steht schon: mehr Sport, mehr Protein, mehr Kontrolle. Einfach weniger du, mehr Perfektion. Mehr so sein wie die auf der anderen Seite des Bildschirms. Kennst du das? Du bist damit nicht allein. >

MAXIMAL!



Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper ist weit verbreitet. Über die Hälfte aller Jugendlichen fühlt sich mit ihrem Aussehen nicht wohl. Das zeigen aktuelle Studien. Rund 20 Prozent der Jugendlichen zwischen elf und 17 Jahren zeigen sogar Symptome einer Essstörung. Die Psychologin Dr. Katharina Bosbach von der Universität Wuppertal beobachtet, dass immer mehr junge Menschen mit Körperbild-Problemen professionelle Unterstützung suchen. Sie ordnet ein: „Das gab es zwar schon immer, aber wir beachten diese Sorgen jetzt auch endlich.“ Bedeutet: Die wachsende Aufmerksamkeit für Probleme mit dem eigenen Körper ist ein Zeichen dafür, dass das Thema ernster genommen wird. Die Vermutung liegt nahe, dass perfekte Körper auf Instagram und TikTok Auslöser für die extreme Unzufriedenheit sind. Ein eindeutiger Beweis, dass Social Media Körperbildstörungen verursachen, fehlt bisher. Erste Studien zeigen zwar klare Zusammenhänge, Langzeitstudien, die das bestätigen, gibt es jedoch noch nicht. Doch auch Dr. Katharina Bosbach kann sich vorstellen, dass die Bilder scheinbar perfekter Körper etwas auslösen. Denn die Vergleichspersonen auf TikTok oder Instagram sind keine weit entfernten Stars, sondern scheinbar normale Gleichaltrige. „Das

sind andere 17-Jährige, die auch wie man selbst zur Schule gehen – und die aber scheinbar so viel besser aussehen und so viel fitter sind. Diese hohe Identifizierbarkeit und, dass wir uns diese Menschen rund um die Uhr auf dem Handy anschauen können, sind ein Riesenproblem“, so die Expertin. Hinzu kommt, dass immer mehr Inhalte mit KI bearbeitet oder vollständig KI-generiert werden. Die gezeigten Körper existieren so oft gar nicht. Viele wissen das, und trotzdem wirkt der Vergleich. Gerade bei Menschen, die bereits mit Perfektionismus, Mobbing-Erfahrungen oder einem stark auf Äußerlichkeiten ausgerichteten Umfeld belastet sind. Wichtig ist aber auch: Regelmäßig Sport machen, auf Ernährung achten, sich um den eigenen Körper kümmern – das ist alles andere als problematisch. Die entscheidende Frage ist nicht das Was, sondern das Wie. Katharina Bosbach beschreibt den Unterschied so: „Die eine Person macht Sport mit Freude und Motivation. Sie ist flexibel und weiß, dass keine Katastrophe einsetzt, wenn sie es nicht ins Gym schafft. Und die andere Person macht Sport, weil sie unbedingt weg von etwas möchte – weg von der Scham, weg von der Schuld. Weil sie verhindern will, sich ‚eklig‘ zu fühlen. Und das ist dann ein Problem.“ Beide Motivations-

lagen können übrigens gleichzeitig vorhanden sein. Entscheidend ist, welche überwiegt und ob ein Leidensgefühl entsteht. Komplette auf Social Media verzichten? Für die meisten keine realistische Option – und auch nicht nötig. Viel wirksamer ist ein bewusster Blick auf die eigenen Inhalte. Dr. Katharina Bosbach empfiehlt eine einfache Selbstbeobachtung: Wie fühlst du dich nach dem Anschauen bestimmter Accounts? Leichter und inspiriert oder kleiner und unzufriedener? Inhalte, die regelmäßig schlechte Gefühle auslösen, lassen sich ganz einfach ausblenden und ersetzen durch Accounts mit realistischeren Körperbildern oder durch Kanäle, die dich für andere Interessen begeistern. „Es hilft zu überlegen: Was macht mich denn noch aus? Zeichne ich gerne? Liebe ich Tiere? Und dann habe ich andere Säulen, auf die ich aufbauen kann. Und dann ist es weniger schlimm, wenn ich mich eine Woche nicht schön finde“, so Dr. Bosbach. Denn unser Körperbild schwankt – manchmal sogar innerhalb eines einzigen Tages. Das ist normal. Eine positive Perspektive zum Schluss: Studien deuten darauf hin, dass viele Menschen mit zunehmendem Alter zufriedener mit ihrem Aussehen werden. Nicht weil sie sich verändern, sondern ganz einfach, weil sich die Perspektive verschiebt.

Essen, das guttut

Gesunde Ernährung hat nichts mit Verzicht zu tun, sondern darf Spaß machen. Perfekt dafür: unsere herzhaft-fruchtige Power Bowl mit Quinoa, Hummus, Granatapfelkernen und frischen Kräutern. Dieses und viele weitere Rezepte findest du in unserem Online-Magazin: www.magazin.audibkk.de/rezepte



Bewegung, die Spaß macht

Sport muss keine Pflicht sein. Wenn du gerade auf der Suche nach Workout-Inspiration bist, probiere doch mal unser Dance-Yoga-Workout aus oder schau in unseren YouTube-Kanal rein:

www.youtube.com/AudiBKK_Krankenkasse



Dr. Katharina Bosbach arbeitet als Psychotherapeutin an der Universität in Wuppertal.

WENN MEHRERE
DIESER PUNKTE
AUF DICH
ZUTREFFEN UND
DU DARUNTER
LEIDEST – SUCH DIR
UNTERSTÜTZUNG.
DAS IST KEINE
SCHWÄCHE. DAS IST
SELBSTFÜRSORGE.

Daran erkennst du, dass Selbstoptimierung zum Problem wird

- > Du hast Schuldgefühle, wenn du eine Sparteinheit aussetzt.
- > Du verbotest dir bestimmte Lebensmittel oder musst dir Essen „verdienen“.
- > Du verheimlicht Ess- oder Trainingsgewohnheiten vor anderen.
- > Das Gefühl, einen körperlichen Makel zu haben, beschäftigt dich täglich – auch wenn andere nichts sehen.
- > Du vermeidest soziale Situationen wegen deines Aussehens.
- > Sport und Ernährung fühlen sich wie Zwang an – nicht wie Freude.

GIB NICHT AUF!

Absagen im Postfach, Noten im Keller, privat läuft's auch nicht rund. Deprimierend. Aber das bedeutet nicht, dass es gar nicht mehr weitergeht. Was dann hilft, ist realistischer Optimismus. Sich nicht einfach seinem Schicksal zu ergeben, sondern sich aktiv neu zu sortieren. Genau dabei kann die WOOP-Methode helfen. Sie wurde von Prof. Dr. Gabriele Oettingen, Psychologieprofessorin an der New York University, entwickelt.

Der Trick: WOOP verbindet das Träumen mit dem Realitätscheck. Denn wer nur hofft und nichts plant, bleibt oft stecken. Wer hingegen seine persönlichen Hindernisse kennt, kann sie angehen. Schritt für Schritt. Und wenn ein Ziel nicht passt? Dann hilft WOOP dabei, loszulassen und umzudenken. Und das ist manchmal der mutigste Schritt überhaupt.

W – Wish (Wunsch)

Was willst du eigentlich? Welche Ziele willst du erreichen? Formuliere es so konkret wie möglich.

O – Outcome (Ergebnis)

Stell dir vor, wie es sich anfühlt, wenn du dein Ziel endlich erreicht hast. Was verändert sich dann? Was wird besser?

O – Obstacle (Hindernis)

Jetzt kommt der entscheidende Part: Was könnte dich daran hindern, dein Ziel zu erreichen? Ehrlich sein lohnt sich!

P – Plan (Plan)

Wie gehst du das Hindernis konkret an? Schmiede einen klaren Wenn-dann-Plan mit konkreten Lösungsideen.



WAS

habt ihr eigentlich gelernt?

Abi? Uni? Ausbildung? Oder doch der Schulabbruch? Wir verraten, was vier deutsche Social-Media-Liebliche vor dem Fame gemacht haben.

Julian Bam begann nach der Schule ein Studium im Bereich Kommunikationsdesign und merkte dabei, dass seine kreative Energie woanders hinwollte: zur Kamera, zur Tanzfläche, zu YouTube. Also baute er sich eine Karriere als Tänzer, Filmemacher und YouTuber auf. Manchmal weiß man eben erst, was man will, wenn man rausgefunden hat, was man nicht will.

Ayliva wollte eigentlich Lehrerin werden und studierte Philosophie und Germanistik auf Lehramt. Dann wechselte sie zur Sozialen Arbeit, brach ab und entschied sich letztendlich für die Musik. Heute steht die Sängerin ganz oben in den Charts – trotz oder eben aufgrund der Umwege im Lebensweg.

Shirin David war schon früh klar: Musik ist ihr Ding. Die Sängerin bekam als Schülerin an der Jugend-Opern-Akademie Hamburg erste Einblicke in die Welt der Musik. Als Kind stand sie dann sogar auf der Bühne der Hamburgischen Staatsoper. Die Schule brach sie aber vor dem Abi ab. Für Shirin lohnte sich der Sprung. Die Rapperin wurde unter anderem mit zwei Bambis ausgezeichnet.

iCrimax hat seinen YouTube-Kanal bereits mit 16 Jahren gestartet. Seine Gaming-Videos kamen so gut an, dass er sich nach der Schule als Social Media Creator selbstständig machte. Heute gehört er zu Deutschlands bekanntesten YouTubern und hat sogar eine eigene Limonadenmarke.

Audi BKK 

Wenn Freundschaft Freude schafft.

Audi BKK weiterempfehlen
und 30 Euro Prämie erhalten.

Weitersagen lohnt sich: Empfiehl uns deinen Freunden und deiner Familie – und wir belohnen dich mit 30 Euro Prämie für jedes neue Mitglied. So profitierst nicht nur du: Auch deine Liebsten gehören dann zur Versicherungsgemeinschaft mit den zufriedensten Kundinnen und Kunden. Denn dazu hat uns das Expertenteam des Kundenmonitor gekürt.

www.audibkk.de/mitglied-empfehlen

