



## Diese Mappe begleitet dich auf deinem Weg zum Wunschberuf.

Du wirst dich selbst besser kennenlernen und es wird dir bewusst, wo deine INTERESSEN liegen, was du schon kannst und welche Werte dir wichtig sind. Das Erforschen deiner STÄRKEN und Talente ist eine wichtige Grundlage, damit du Schritt für Schritt den Weg zu deinem Wunschberuf findest.

Die Arbeit an Möglichkeiten, Berufswünschen und Zielen wird dich zu einem PROJEKT führen, das du selbst planst, durchführst und auswertest. Du kannst dadurch an einem praktischen Beispiel deine Stärken zum Einsatz bringen und deine Ideen verwirklichen. So kommst du Schritt für Schritt deinem Wunschberuf näher.

## Deine Mappe ist in 4 Kapitel gegliedert:

### Ich: Das bin ich, das kann ich!

Einstieg – so steige ich in „My future“ ein.  
Interessen – das mache ich gerne, das interessiert mich.  
Stärken – das kann ich.  
Werte – das ist mir wichtig.

### Meine Zukunft: Da möchte ich hin!

Visionen und Berufswünsche – das wäre möglich.  
Erwartungen an den Beruf – das stelle ich mir vor.  
Lernmöglichkeiten – das möchte ich können.  
Ziele – das kann ich machen.

### Mein Projekt: Das mache ich!

Projektidee – das möchte ich erreichen.  
Projektplan – das muss ich alles machen.  
Projektdurchführung – das mache ich.  
Projektauswertung – das habe ich gelernt.

### Nächste Schritte: Da geht's weiter!

Ausblick – so steige ich aus „My future“ aus.  
Rückblick – das nehme ich mit.

# Übersichtsblatt: Deine Schritte zum Wunschberuf

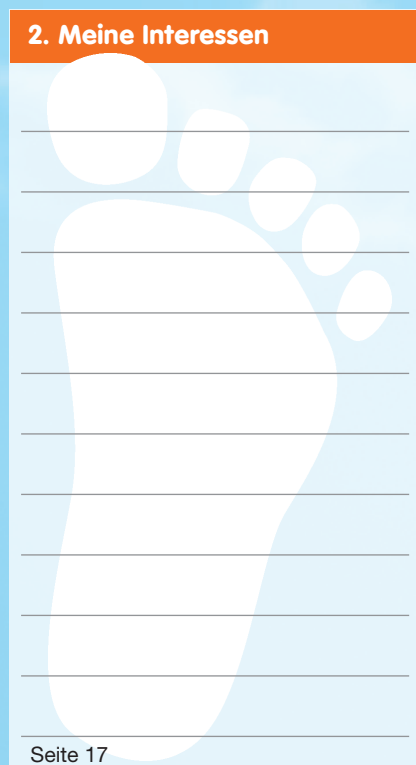
Auf diesem Blatt findest du Platz, um alle wichtigen Zwischenergebnisse zu notieren. So hast du eine Übersicht über deine ganz persönlichen Schritte zum Wunschberuf.

**1. Über mich**



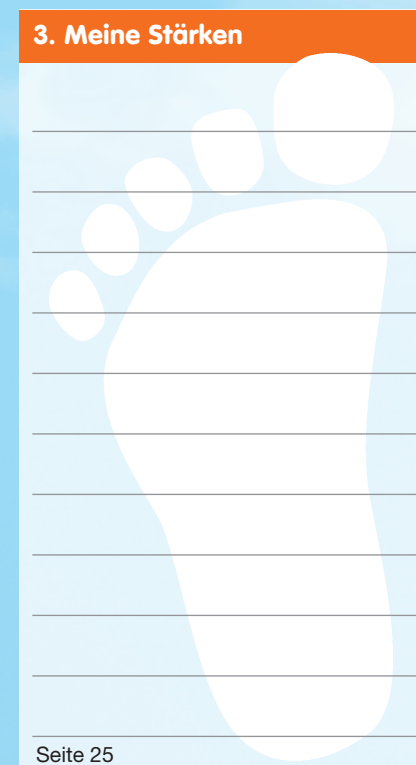
Seite 11, 14

**2. Meine Interessen**



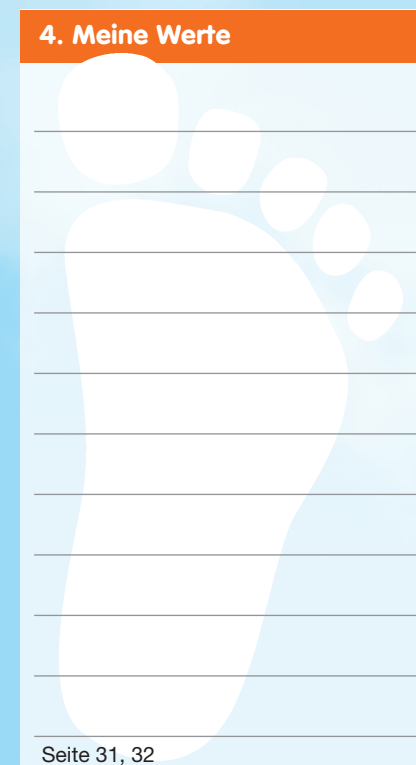
Seite 17

**3. Meine Stärken**



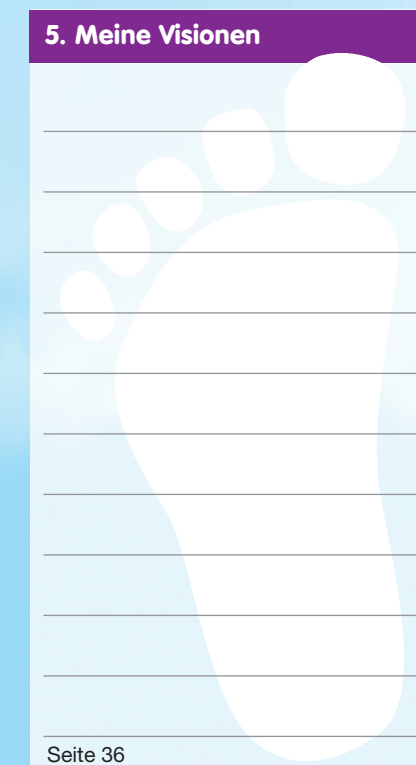
Seite 25

**4. Meine Werte**



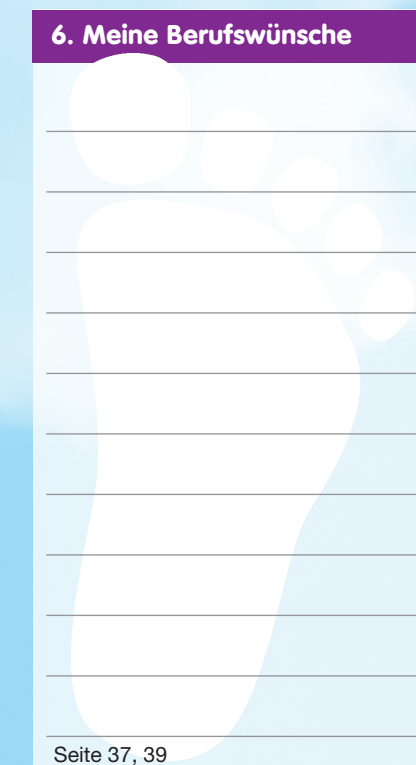
Seite 31, 32

**5. Meine Visionen**



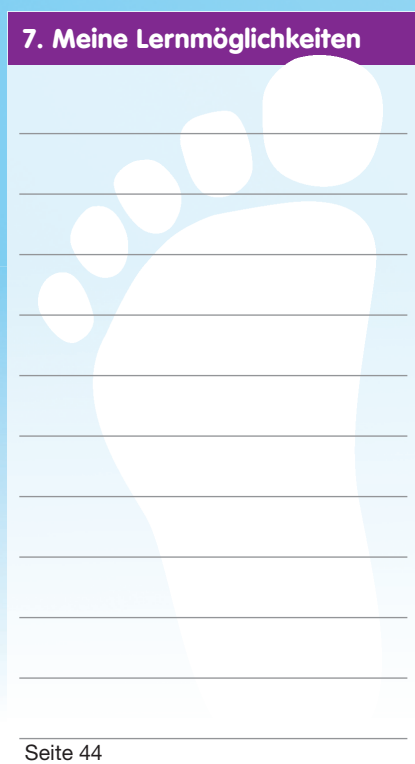
Seite 36

**6. Meine Berufswünsche**



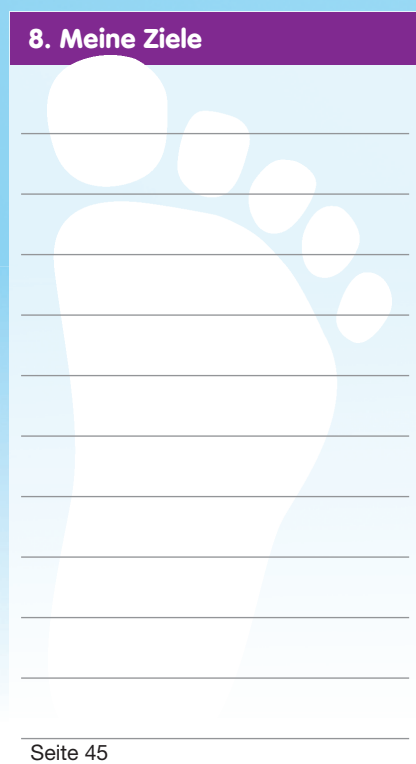
Seite 37, 39

**7. Meine Lernmöglichkeiten**



Seite 44

**8. Meine Ziele**



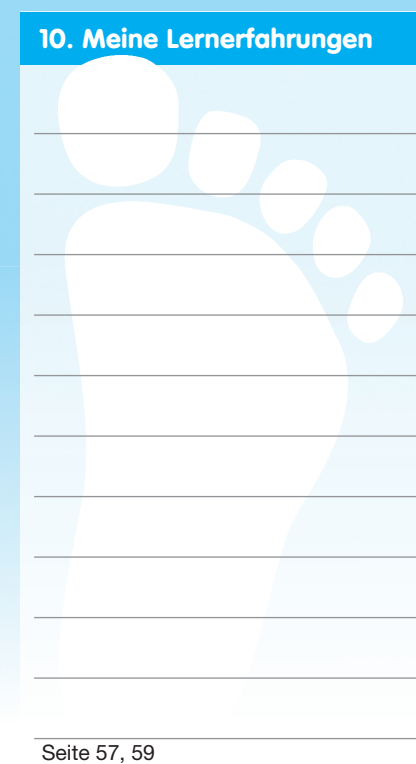
Seite 45

**9. Meine Projektidee**



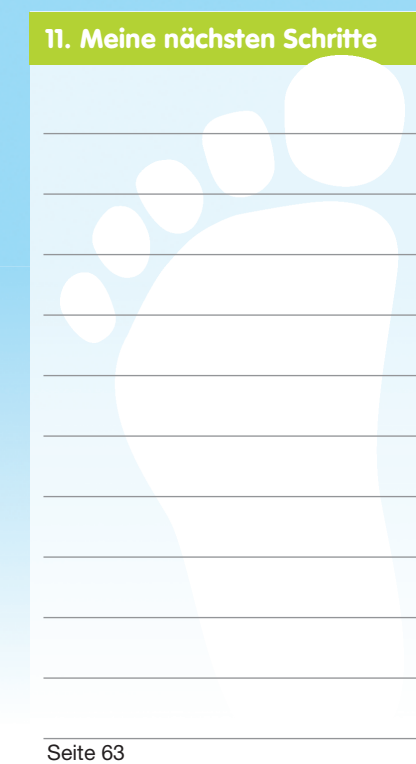
Seite 50, 54

**10. Meine Lernerfahrungen**



Seite 57, 59

**11. Meine nächsten Schritte**



Seite 63



# So bin ich



Wie treffen diese Aussagen auf dich zu?	gar nicht	wenig	gut	sehr gut
Ich bin kreativ und setze meine Phantasie ein. (Kreativität)				
Ich traue mir etwas zu und vertrete meine Meinung. (Selbstbewusstsein)				
Ich sehe, was zu tun ist und löse Aufgaben ohne Hilfe. (Selbstständigkeit)				
Ich kann mich und andere für etwas begeistern. (Begeisterungsfähigkeit)				
Ich übernehme für mich und andere die Verantwortung und denke an die Folgen meiner Handlungen. (Verantwortungsbewusstsein)				
Ich bleibe bis zum Ende dran, wenn ich mir etwas vorgenommen habe. (Durchhaltevermögen)				
Ich kann mich auf unterschiedliche Situationen und Menschen einstellen. (Flexibilität)				
Ich halte mich an Absprachen und erledige Aufgaben wie vereinbart. (Verlässlichkeit)				
Ich strenge mich bei schwierigen Aufgaben an. (Leistungsbereitschaft)				
Ich sehe positiv in die Zukunft. (Optimismus)				
Ich kann andere von der Richtigkeit meiner Meinung überzeugen. (Durchsetzungsvermögen)				
Ich helfe anderen gerne. (Hilfsbereitschaft)				
Ich kann mit anderen gemeinsam eine Aufgabe lösen und meine Interessen für das gemeinsame Ziel zurückstecken. (Teamfähigkeit)				
Ich respektiere die Vorstellungen anderer, auch wenn ich sie komisch finde. (Toleranz)				
Ich kann mich so ausdrücken, dass mich mein Gegenüber versteht. (Kommunikationsfähigkeit)				
Ich kann gut damit umgehen, wenn andere mir sagen, was sie an mir stört. (Kritikfähigkeit)				
Ich bemühe mich, Streitigkeiten möglichst in Ruhe zu klären und eine Lösung ohne Verlierer zu finden. (Konfliktfähigkeit)				
Ich kann mich in andere hineinversetzen und sie verstehen. (Einfühlungsvermögen)				
Ich traue mich, frei vor einer Gruppe zu sprechen und etwas zu präsentieren. (Selbstsicherheit)				
Ich erledige Aufgaben ordentlich, gewissenhaft und möglichst ohne Fehler. (Sorgfalt)				
Ich kann gut planen und organisieren. Ich behalte auch bei vielen Aufgaben den Überblick. (Organisationsfähigkeit)				
Ich lerne gerne und will mir neues Wissen selbst beibringen. (Lernbereitschaft)				

# Meine Stärken



Bei diesen 6 Stärken bin ich mir ganz sicher, dass ich sie habe:

Six large, empty orange circles arranged in two rows of three, intended for writing down personal strengths.

Meine Eltern glauben, dass ich folgende Stärken habe:  
(Stärkenkarten zur Hilfe nehmen)

A large, empty rectangular box with an orange border, intended for writing down strengths identified by parents.

Diese 3 Stärken sind mir wichtig sind, aber an denen muss ich noch arbeiten.

Three large, empty orange circles arranged in a single row, intended for writing down strengths that need further development.

Meine Eltern glauben, dass ich folgende Stärken noch ausbauen sollte:  
(Stärkenkarten zur Hilfe nehmen)

A large, empty rectangular box with an orange border, intended for writing down strengths identified by parents that need further development.

# Stärken-Interview



Lass dich von einer Mitschülerin oder einem Mitschüler zu deinen 3 wichtigsten Stärken befragen, dieses Interviewblatt für dich ausfüllen und dir anschließend zurückgeben.

Bezeichnung der Stärke:

Beschreibe eine konkrete Situation, in der du diese Stärke bisher eingesetzt hast:

Beschreibe noch eine zweite Situation, in der du diese Stärke bisher eingesetzt hast:

Wie hast du diese Stärke ausgebaut bzw. verbessert?

Was ist dir an dieser Stärke wichtig?

Was könntest du mit dieser Stärke in deiner beruflichen Zukunft machen?

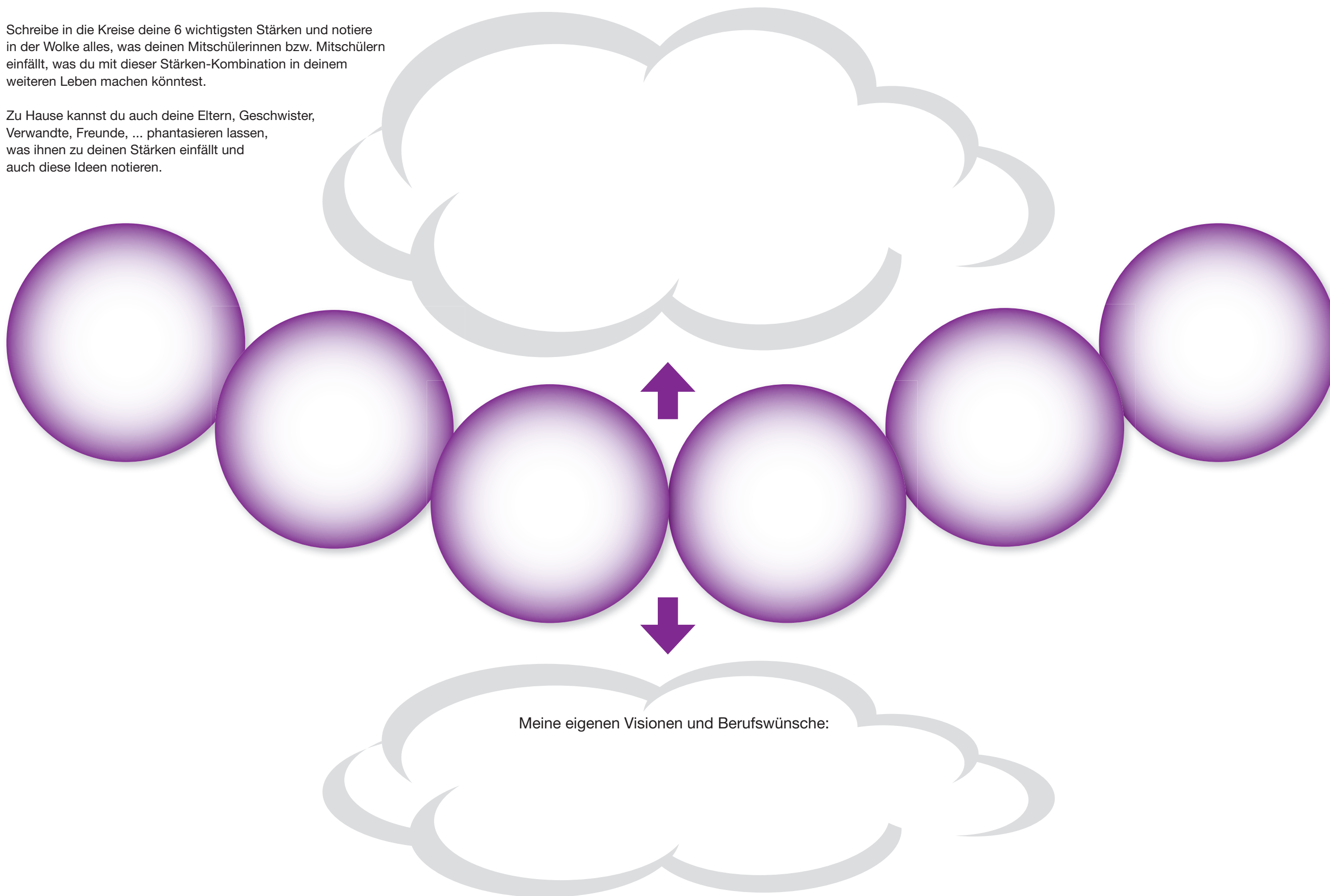
**Danke für das Interview!**

# Meine Visionen und Berufswünsche



Schreibe in die Kreise deine 6 wichtigsten Stärken und notiere in der Wolke alles, was deinen Mitschülerinnen bzw. Mitschülern einfällt, was du mit dieser Stärken-Kombination in deinem weiteren Leben machen könntest.

Zu Hause kannst du auch deine Eltern, Geschwister, Verwandte, Freunde, ... phantasieren lassen, was ihnen zu deinen Stärken einfällt und auch diese Ideen notieren.



# Berufswunsch - Gespräch mit den Eltern



Beantworte zunächst den ersten Fragenteil „Meine Berufswünsche“ für dich allein.  
Besprich dann den zweiten Fragenteil gemeinsam mit deinen Eltern und schreibe die wichtigsten Ergebnisse des Gespräches auf.

## Meine Berufswünsche:

Ein Beruf, in dem ich viel verdienen würde:

Ein Beruf, in dem ich viel Freude bei der Arbeit hätte:

Ein Beruf, den eine für mich wichtige Person ausübt:

Ein Beruf, für den ich kein Talent habe:

Berufe, die mich sehr interessieren würden:

Schulen, die ich gerne besuchen möchte:

## Gedanken meiner Eltern zum Thema Beruf und Ausbildung:

Ein Beruf, in dem Ihr Kind viel verdienen würde:

Ein Beruf, in dem Ihr Kind viel Freude bei der Arbeit hätte:

Ein Beruf, für den Ihr Kind vermutlich kein Talent hat:

Berufe, die aus Ihrer Sicht für Ihr Kind optimal wären:

Der nächste Ausbildungsschritt, der Ihrer Meinung nach für Ihr Kind am sinnvollsten wäre:

**Danke für das Gespräch!**

# Information für die Projektdurchführung



Die Schülerin bzw. der Schüler .....  
aus der Klasse ..... der Schule .....  
führt im Rahmen des Berufsorientierungsunterrichts ein Projekt durch.

Dieses Projekt ist Teil eines Berufsorientierungsprozesses, in dem die Schülerinnen bzw. die Schüler durch eine intensive Auseinandersetzung mit den eigenen Interessen und Stärken Berufswünsche, Möglichkeiten und Ziele ableiten. Daraus entsteht eine Projektidee. Mit dem Projekt sollen die Schülerinnen bzw. die Schüler ihren Möglichkeiten, Zielen und Berufswünschen ein paar Schritte näher kommen und dabei ganz konkrete, praktische Lernerfahrungen machen.

Vielen Dank, dass Sie sich für Fragen zur Verfügung stellen,  
bzw. bei der Umsetzung der Projektidee unterstützen.

Bei Rückfragen oder Rückmeldungen wenden Sie sich bitte an:

Schule: .....

Lehrperson: .....

Erreichbarkeit (Tel., E-Mail): .....

.....





# Meine nächsten Schritte - Anleitung



Du weißt ja aus deiner Arbeit am Projekt, wie man Ziele beschreibt, wie man sie plant und wie man sie Schritt für Schritt erreicht. Trage auf der linken Seite alle wichtigen Angebote, Veranstaltungen und Aktivitäten ein, die es in den nächsten Monaten für dich zum Thema Berufsorientierung gibt und ergänze dann auf der rechten Seite welche Schritte für deine Zielerreichung notwendig sind und wann du sie machen willst:

Aktivitäten / Angebote	Mein Ziel	Mein Beitrag
z.B. Besuch einer PTS oder weiterführenden Schule	Sept.	
	Aug.	Ich organisiere mir Schnuppertage in der unterrichtsfreien Zeit.
	Juli	Ich habe alles für meinen bestmöglichen Schulabschluss getan.
	Juni	
	Mai	Ich arbeite intensiv an meinem schulischen Erfolg.
z.B. Schnuppertage im Rahmen der individuellen Berufsorientierung	April	Ich suche mir selbständig einen Betrieb aus und nehme selbständig Kontakt auf.
z.B. Bewerbungstraining in der Schule	März	Ich bemühe mich um besonders gute Bewerbungsunterlagen und bereite mich für Bewerbungsgespräche vor.
z.B. Schnuppertage	Feb.	Ich halte meine Erfahrungen bei den Schnuppertagen schriftlich fest und werte sie aus.
z.B. Freistellungen zum Besuch der Tage der offenen Tür	Jän.	Ich informiere mich im Internet als Vorbereitung für die Tage der offenen Tür und kümmere mich um die Anmeldungen.
z.B. Besuch im Berufsinformationszentrum, Gespräch mit Schülerberaterinnen bzw. Schülerberater	Dez.	Ich arbeite an meinem schulischen Erfolg und überlege mir Berufsfelder für die Schnuppertage.
z.B. Informationsabend über PTS und weiterführende Schulen	Nov.	Ich führe möglichst viele Gespräche mit Verwandten und Freunden zum Thema Schul- und Berufswahl.
z.B. Besuch von Berufsinformationsmessen z.B. Best <sup>3</sup> oder Visio	Okt.	Ich hole Vorinformationen ein und wähle die Infostände aus, die für mich interessant sind.
z.B. Betriebserkundungen	Sept.	Ich nehme aktiv teil und werte meine Erfahrungen aus.
	Aug.	
	Juli	
Abschlusspräsentation von „My future“	heute	Ich zeige eine tolle Abschlusspräsentation her.



# Meine Bilanz



So schließe ich „My future“ ab:

Name:	Datum:
Schule:	Schulstufe:
Meine wichtigsten Interessen	Meine wichtigsten Stärken
Meine Berufswünsche	Meine Erwartungen an den Beruf
Meine bisherigen Erfahrungen (Projekte, gelungene Arbeiten, ...)	Meine nächsten Schritte

Diese Inhalte werden sich über die Zeit verändern. Vielleicht ist dieses Blatt zu einem späteren Zeitpunkt bei einem Berufsberatungsgespräch eine wertvolle Unterstützung, um deine Entwicklung aufzuzeigen.

Datum                      meine Unterschrift                      Unterschrift Elternteil                      Unterschrift Lehrperson

# Feedback



Uns (den Entwicklern) ist wichtig, wie hilfreich die Arbeit mit „My future“ für dich war.

Weil wir die Arbeitsblätter ständig verbessern wollen, ist uns deine Rückmeldung wichtig.

Was hat dir bei „My future“ am meisten gebracht?

Was hat dir bei „My future“ am wenigsten gebracht?

Welche deiner Erwartungen haben sich erfüllt?

Welche Erwartungen haben sich nicht erfüllt?

Welche Verbesserungsvorschläge möchtest du uns (den Entwicklern) mitteilen?