



# Inhalt

## Januar

**Nachdenken:** Was bin ich für ein Typ, und wie sehen mich andere?

Seite 10

## Februar

**Testen:** Wie bin ich, und was kann ich?

Seite 24

## März

**Herausfinden:** Womit beschäftige ich mich gerne? Was, mit wem und wo möchte ich später mal arbeiten?

Seite 36

## April

**Wissen:** Welche Trends auf dem Arbeitsmarkt muss ich kennen? Welche Ausbildungswege gibt es?

Seite 56

## Mai

**Surfen:** Wo finde ich im Internet Infos über Berufe, Studiengänge und Bewerbungsadressen?

Seite 70

## Juni

**Vorbereiten:** Welche Auswahlverfahren gibt es, und wie laufen sie ab?

Seite 84

## Juli

**Sammeln:** Was muss alles in eine Bewerbung rein?

Seite 100

## August

**Schreiben:** Wie formuliere ich Bewerbungsschreiben und Lebenslauf?

Seite 114

## September:

**Ausprobieren:** Wie funktioniert ein Eignungstest?

Seite 136

## Oktober

**Reden:** Was passiert in einem Vorstellungsgespräch?

Seite 152

## November

**Spielen:** Was ist ein Assessment-Center, und wie verhalte ich mich da?

Seite 168

## Dezember

**Lösen:** Wie kann ich die Testergebnisse für mich auswerten?

Seite 186



# Hallo!

Noch steckst du mitten im Schulstress. Und schon kündigt sich ein neuer Lebensabschnitt an. Du bist dabei, Weichen für dein Berufsleben zu stellen. Fragen tauchen auf, Entscheidungen warten auf dich. Wie geht es dir damit? Bist du zuversichtlich? Hast du Ideen, was du nach der Schule machen möchtest? Interessierst du dich für verschiedene Richtungen und kannst dich nicht entscheiden? Vielleicht weißt du aber auch noch gar nicht, was du willst, welche Träume und Fähigkeiten in dir schlummern?

Entscheidungen zu treffen, Weichen zu stellen, kann manchmal sehr schwierig sein. Aber das Thema Berufswahl ist kein unüberwindbarer Berg. Wer rechtzeitig anfängt, kommt mit diesem Kalender gemütlich, Schritt für Schritt ans Ziel. Und egal, welche Fragen dich beschäftigen, dieser Kalender wird dir auf jeden Fall helfen, Antworten zu finden. Du wirst herausfinden, wer du bist und was beruflich zu dir passen könnte.

Von Monat zu Monat kannst du entdecken, was für deine Berufswahl wichtig ist. Bis zum Sommer gehst du deinen Träumen, Wünschen, Fähigkeiten und Stärken auf den Grund. Verschiedene Übungen zeigen dir, welcher Beruf zu dir passen könnte. Wichtige Informationen, Fragen und Rückmeldungen aus deinem Umfeld helfen dir dabei. Versuche dich immer wieder mit deinen Freunden auszutauschen. Das macht mehr Spaß und du erfährst mehr.

Du erfährst, wie und wo du dich über Berufe und über Adressen zum Bewerben informieren kannst. Im zweiten Halbjahr bereitest du dich mit Hilfe des Kalenders ganz in Ruhe auf die Auswahlverfahren vor. Denn nach den Sommerferien geht für viele die Bewerbungsphase schon los; hier geht es dann um die Bewerbungsmappe, den Eignungstest, das Vorstellungsgespräch und andere Methoden, mit denen man versucht, im Auswahlverfahren die besten Bewerber herauszufiltern.

Du musst die vorgegebene Reihenfolge der Übungen nicht einhalten. Du kannst alles in einem Rutsch machen, dich nach dem Tempo des Kalenders richten oder dir einfach das heraussuchen, was für dich spannend ist. Schritt für Schritt und immer zum richtigen Zeitpunkt.

Dieser Kalender wird dir deine Berufswahl leichter machen. Wir sind gespannt, wohin er dich führen wird. Für Anregungen und Rückmeldungen sind wir dankbar. Hat dir eine Übung besonders gut gefallen, war etwas zu schwierig, oder fehlt dir was? Schreib uns einfach eine Mail an:

**[info@alexandraschiltz.de](mailto:info@alexandraschiltz.de)**

Wir wünschen dir viel Spaß und Erfolg!  
Alexandra und Bastian

# Gut zu wissen

Ein Drittel unseres gesamten Lebens verbringen wir bei der Arbeit. Wir raten dir deshalb, einen Job zu erlernen, der wirklich Spaß macht und der zu dir passt.

Eltern, Freunde oder auch Lehrer können dich im Entscheidungsprozess begleiten. Sie können gute Ratgeber sein. Finde aber heraus, ob sie auch in der Lage sind, sich auf deine Ideen und Vorstellungen einzulassen. Schließlich willst du ja nicht ihren, sondern deinen Traumjob ergreifen.

Wenn du über unseren Kalender hinaus einen Rat brauchen solltest, wende dich an die Berufsberatung der Bundesagentur für Arbeit in deiner Region. Dort sitzen Spezialisten, die sich täglich mit deinem Thema beschäftigen, und die Beratung ist kostenfrei.  
→ [www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de) → Bürgerinnen & Bürger  
→ Ausbildung → Berufsberatung → persönliche Beratung







JANUAR

FEBRUAR

MÄRZ

**Nachdenken:** Was bin ich für ein Typ, und wie sehen mich andere?

**Testen:** Wie bin ich, und was kann ich?

**Herausfinden:** Womit beschäftige ich mich gerne? Was, mit wem und wo möchte ich später mal arbeiten?

# Wer bin ich, was kann ich?

Du hast jetzt schon erste Vorschläge zu möglichen Berufen bekommen, die dich interessieren könnten. Du weißt auch, welche Eigenschaften und Fähigkeiten dir andere zuschreiben. Jetzt wollen wir mit dir genauer herausarbeiten, welche Eigenschaften und Fähigkeiten dich wirklich auszeichnen.

## Schritt eins:

Kreuze alle auf dich zutreffenden Eigenschaften, Fähigkeiten und Talente an. Falls dir noch etwas Zusätzliches einfällt, umso besser. Einfach ergänzen!

### Eigenschaften – Ich bin:

- |   |  |  |
|---|--|--|
| <input type="radio"/> engagiert             | <input type="radio"/> verlässlich        | <input type="radio"/> entscheidungsfreudig   |
| <input type="radio"/> freundlich            | <input type="radio"/> selbstständig      | <input type="radio"/> gründlich              |
| <input type="radio"/> ehrlich               | <input type="radio"/> teamfähig          | <input type="radio"/> abenteuerlustig        |
| <input type="radio"/> hilfsbereit           | <input type="radio"/> anspruchsvoll      | <input type="radio"/> einfühlsam             |
| <input type="radio"/> verantwortungsbewusst | <input type="radio"/> kommunikativ       | <input type="radio"/> pünktlich              |
| <input type="radio"/> selbstkritisch        | <input type="radio"/> praktisch          | <input type="radio"/> ausdauernd             |
| <input type="radio"/> lernwillig            | <input type="radio"/> zuvorkommend       | <input type="radio"/> vielseitig             |
| <input type="radio"/> geduldig              | <input type="radio"/> kontaktfreudig     | <input type="radio"/> selbstsicher           |
| <input type="radio"/> impulsiv              | <input type="radio"/> leistungsbereit    | <input type="radio"/> zurückhaltend          |
| <input type="radio"/> belastbar             | <input type="radio"/> mutig              | <input type="radio"/> ordentlich             |
| <input type="radio"/> ehrgeizig             | <input type="radio"/> risikobereit       | <input type="radio"/> konzentriert           |
| <input type="radio"/> ausgeglichen          | <input type="radio"/> durchsetzungsfähig | <input type="radio"/> handwerklich geschickt |
| <input type="radio"/> kreativ               | <input type="radio"/> freiheitsliebend   | <input type="radio"/> _____                  |
| <input type="radio"/> humorvoll             | <input type="radio"/> umweltbewusst      | <input type="radio"/> _____                  |

## Fähigkeiten – Ich kann gut:

- |   |  |
|---|--|
| <input type="radio"/> logisch denken              | <input type="radio"/> für andere sorgen                      |
| <input type="radio"/> mit Geld umgehen            | <input type="radio"/> Ideen entwickeln                       |
| <input type="radio"/> Zeitabläufe planen          | <input type="radio"/> Sachen auseinander- / zusammenbauen    |
| <input type="radio"/> erklären                    | <input type="radio"/> andere aufheitern                      |
| <input type="radio"/> auf fremde Menschen zugehen | <input type="radio"/> andere motivieren                      |
| <input type="radio"/> Vorträge halten             | <input type="radio"/> zeichnen                               |
| <input type="radio"/> Geschichten erzählen        | <input type="radio"/> anderen sagen, was sie tun sollen      |
| <input type="radio"/> Ordnung halten              | <input type="radio"/> Konflikte schlichten                   |
| <input type="radio"/> Informationen beschaffen    | <input type="radio"/> Ideen umsetzen                         |
| <input type="radio"/> Kritik rüberbringen         | <input type="radio"/> handwerklich arbeiten                  |
| <input type="radio"/> mit Kritik umgehen          | <input type="radio"/> nachvollziehen, was in anderen vorgeht |
| <input type="radio"/> technische Geräte verstehen | <input type="radio"/> basteln                                |
| <input type="radio"/> andere überzeugen           | <input type="radio"/> mit dem PC umgehen                     |
| <input type="radio"/> schreiben                   | <input type="radio"/> den ganzen Tag auf den Beinen sein     |
| <input type="radio"/> anderen zuhören             | <input type="radio"/> gestalten                              |
| <input type="radio"/> konzentriert arbeiten       | <input type="radio"/> entwerfen                              |
| <input type="radio"/> mit anderen diskutieren     | <input type="radio"/> fotografieren                          |
| <input type="radio"/> mich mit anderen abstimmen  | <input type="radio"/> _____                                  |

## Talente – Ich interessiere mich für:

- |                                  |   |   |
|----------------------------------|---|---|
| <input type="radio"/> Sport      | <input type="radio"/> Technik             | <input type="radio"/> Umgang mit Tieren   |
| <input type="radio"/> Kunst      | <input type="radio"/> Fremdsprachen       | <input type="radio"/> Umgang mit Pflanzen |
| <input type="radio"/> Musik      | <input type="radio"/> Umgang mit Menschen | <input type="radio"/> Handwerkliches      |
| <input type="radio"/> Tanz       | <input type="radio"/> Mathematik          | <input type="radio"/> Kochen              |
| <input type="radio"/> Schauspiel | <input type="radio"/> Literatur           | <input type="radio"/> Gesang              |

## Schritt zwei:

Jetzt musst du dich entscheiden. Welches sind deine wichtigsten Eigenschaften, Fähigkeiten und Talente? Trage sie hier ein!

Das sind meine wichtigsten Eigenschaften:

A pyramid-shaped grid consisting of three levels. The top level has one wide rectangular box. The middle level has two rectangular boxes of equal width, each narrower than the top box. The bottom level has three rectangular boxes of equal width, each narrower than the middle boxes. A small circle containing the number '01' is positioned above the top box. A small circle containing the number '02' is positioned above the left box of the middle level. A small circle containing the number '03' is positioned above the left box of the bottom level. Dotted lines separate the boxes within each level.

Das sind meine wichtigsten Fähigkeiten:

A pyramid-shaped grid consisting of three levels. The top level has one wide rectangular box. The middle level has two rectangular boxes of equal width, each narrower than the top box. The bottom level has three rectangular boxes of equal width, each narrower than the middle boxes. A small circle containing the number '01' is positioned above the top box. A small circle containing the number '02' is positioned above the left box of the middle level. A small circle containing the number '03' is positioned above the left box of the bottom level. Dotted lines separate the boxes within each level.

Das sind meine wirklichen Talente, die mir Spaß machen:

01

02

### Schritt drei:

Du hast jetzt einen kurzen Überblick über deine wichtigsten Eigenschaften, Fähigkeiten und Talente. Wer aus deinem Freundes- und Verwandtenkreis hat das Zeug dazu, dir ein richtig guter Ratgeber zu sein? Verabrede dich mit ihm, und überlegt beide, welche interessanten Berufsbilder sich aus diesem Überblick ergeben könnten. Schreib dir mindestens zwei hier auf:

01

.....

.....

02

.....

.....

