

CHECKLISTE ZUR BERUFSWAHLSITUATION

Du bist unsicher, ob eine professionelle Berufsberatung sinnvoll für Dich ist? Teste es aus!

In welchem Ausmaß treffen die folgenden Aussagen auf Deine jetzige Situation zu?
Bitte setze in jeder Zeile ein Kreuz. Entscheide Dich so oft wie möglich für JA oder NEIN.

		JA trifft zu	teils/teils	NEIN trifft nicht zu
1.	Ich muss noch herausfinden, in welche berufliche Richtung ich gehen soll.			
2.	Wenn ich mich jetzt gerade für einen Beruf entscheiden müsste, befürchte ich, die falsche Wahl zu treffen.			
3.	Ich bin noch nicht sicher, welchen Beruf ich erfolgreich ausüben könnte.			
4.	Ich bin mir nicht sicher, ob meine jetzige Wahl (Ausbildung, Praktika, Studium, Berufsziel) wirklich das Richtige für mich ist.			
5.	Ich weiß noch nicht genau, welche Lebensziele ich verwirklichen will.			
6.	Ich bin mir nicht sicher, welche Berufstätigkeit mir auf Dauer Spaß machen würde.			
7.	Ich bin mir unklar über meine Stärken und Schwächen, Interessen und Fähigkeiten.			
8.	Ich kann nicht verstehen, wie manche Leute sich so sicher sein können, was sie beruflich machen wollen.			
9.	Wichtige Entscheidungen zu fällen, ist für mich immer schwierig.			
10.	Ich fühle mich in vielen Lebensbereichen unsicher.			
11.	Es ist schwierig, genügend Informationen über Berufe zu erhalten.			
12.	Ich weiß nicht genau, wie der Berufsalltag in meinem Wunschberuf aussieht.			
13.	Die Ausbildung für meinen Wunschberuf ist zu teuer oder zu weit entfernt.			

14.	Es ist schwierig, in meinem Wunschberuf eine Ausbildungs- oder Arbeitsstelle zu finden.			
15.	Mein Wunschberuf verlangt zu viel an Begabung (z.B. künstlerisch, intellektuell...)			
16.	Wichtige Bezugspersonen (z.B. Eltern) finden meinen Berufswunsch unpassend.			
17.	Ich fühle mich eingeschränkt durch familiäre Verpflichtungen?			
18.	Es gibt andere Lebensprobleme und Belastungen, die bei mir erschwerend wirken.			

Wie viele der oben genannten Fragen hast Du mit ‚trifft zu‘ oder ‚teils/teils‘ beantwortet? Addiere jeweils einen Punkt, wenn Du eine der beiden Antwortmöglichkeiten angekreuzt hast.

		Punktzahl ‚trifft zu‘ und ‚teils/teils‘
Bereich IDENTITÄT	Frage 1 – 7	
Bereich ENTSCHEIDEN	Frage 8 – 10	
Bereich INFORMIEREN	Frage 11 – 12	
Bereich HINDERNISSE	Frage 13 - 18	

ZUR AUSWERTUNG

Die Fragen der Checkliste zur Berufswahl-Situation haben Dir den Stand Deines beruflichen Entscheidungsprozesses verdeutlicht. Sie sprechen verschiedene Bereiche an, welche die beruflichen Entscheidungen erschweren können.

Die Kreuze in der Kolonne ‚trifft nicht zu‘ bedeuten, dass es in den genannten Bereichen für Dich kein Problem gibt. Je weniger Punkte Du hast, desto weniger Schwierigkeiten gibt es: Die berufliche Entscheidung fällt leicht, Du fühlst Dich sicher und hast eine eindeutige Wahl getroffen.

Ansonsten können die untenstehenden Anregungen und/oder unsere professionelle Berufsberatung weiterhelfen. Informiere Dich über unseren Flyer!

<http://www.vonbargaenundpartner.de/talentworkshop-schueler-berufsorientierung-talencube/>

Bereich **IDENTITÄT**

(Klarheit und Stabilität des Selbstbilds)

Fragst Du Dich: ‚Wo sind meine wahren Stärken und Schwächen, was sind meine wahren Vorlieben und Abneigungen?‘ Versuche, diese persönlichen Eigenschaften möglichst ehrlich zu formulieren. Sprache darüber mit einer Vertrauensperson und beobachte Dich intensiv in konkreten Alltagssituationen. Deine Talente führen Dich zu den passenden Berufsbildern.



Wenn Dir die Anforderungen der Berufsbilder nicht klar sind, informiere Dich z.B. im Internet unter <http://berufenet.arbeitsagentur.de/berufe/index.jsp>

Solltest Du immer noch nicht sicher sein, wo Deine persönlichen und fachlichen Stärken liegen, melde Dich zu unserem Workshop an.

Bereich **ENTSCHEIDEN**

(generelle Entscheidungsschwierigkeit)

Fällt es Dir oft und auch bei weniger wichtigen Angelegenheiten schwer, sich zu entscheiden? Zögerst Du Entscheidungen gerne hinaus? Antwortest Du auf Fragen oftmals mit ‚ich weiß nicht‘? Psychologisch gesehen haben diese Schwierigkeiten mit mangelndem Entscheidungs- oder auch Lebensmut zu tun. Dieser kann verschiedene Gründe haben. Für Entscheidungen braucht es Mut, einen gewissen Optimismus („es wird schon klappen“) wie auch die Bereitschaft zu Kompromissen („jeder Weg hat seine Vor- und Nachteile“). Diese Fähigkeiten kann man lernen.

Bereich **INFORMIEREN**

(Informationsbedarf)

Es braucht Zeit und ist aufwändig, sich die notwendigen Informationen für berufliche Entscheidungen zu beschaffen. Informationen über die Berufswelt, über bestimmte Berufe und die Bildungswege. Nicht nur Interviews mit Berufstätigen, Bücher und Zeitschriften, das Internet helfen hier weiter. Auch das Sammeln eigener persönlicher Erfahrungen im konkreten Berufsalltag (z.B. Praktika) ist hilfreich.

Bereich **HINDERNISSE**

(spezifische Einschränkungen)

Dieses Thema betrifft Einschränkungen in verschiedenen Gebieten: beschränkte finanzielle Ressourcen, Einfluss der Eltern, eingeschränkte Leistungsfähigkeit, Übernahmeverpflichtung des elterlichen Betriebes oder Weiteres. Nicht für alles gibt es eine einfache und schnelle Lösung. Es lohnt sich, nicht zu schnell aufzugeben und nach Möglichkeiten und gangbaren Kompromissen zu suchen oder Beratung in Anspruch zu nehmen.