



Materialien für Schüler\*innen

## **Berufsorientierung – Es geht los!**



**B** Meine Interessen



**Das interessiert  
mich!**



**Das könnte mich  
interessieren!**



**Das interessiert  
mich nicht!**

## B Interessensbereiche



### Landwirtschaft, Natur, Umwelt

Du hast Freude an Tätigkeiten mit Tieren oder Pflanzen oder setzt dich für deren Schutz ein.



### Medien

Texte, Bilder, Videos – Dir macht es Spaß, Inhalte für ein Publikum aufzuarbeiten und interessant zu gestalten.



### Bau, Architektur, Vermessung

Du interessierst dich für Gebäude aus unterschiedlichen Epochen und dafür, wie Bauwerke entstehen.



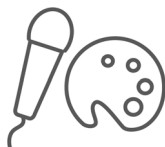
### IT, Computer

Ob Hard- oder Software, Programmierung oder Anwendung: Informatik fasziniert dich.



### Elektro

Du tüftelst gerne an elektrischen oder elektronischen Anlagen herum und interessierst dich für deren Funktionsweise.



### Kunst, Kultur, Gestaltung

Du bist gerne kreativ und hast Freude daran, andere an deiner Kunst teilhaben zu lassen.



### Naturwissenschaften

Du experimentierst gerne mit Reagenzglas und Co. und willst der Natur der Dinge auf den Grund gehen.



### Technik, Technologiefelder

Du interessierst dich für den technischen Fortschritt und wirkst aktiv daran mit.



### Wirtschaft, Verwaltung

Du magst es, Abläufe zu planen und zu organisieren, z. B. eine Veranstaltung im Sportverein.



### Verkehr, Logistik

Du begeisterst dich für Züge oder Flugzeuge und dafür, wie Personen und Waren von A nach B gelangen.



### Dienstleistung

Du magst es, andere zu beraten und dich um ihre Anliegen zu kümmern.



### Gesundheit

Gesundheit ist dir wichtig, deshalb beschäftigst du dich mit Themen wie Ernährung, Sport und einer gesunden Lebensweise.



### Soziales, Pädagogik

Es erfüllt dich, anderen zu helfen, der Umgang mit Menschen steht für dich im Mittelpunkt.



### Produktion, Fertigung

Du arbeitest gerne mit verschiedenen Materialien und dir macht es Spaß, Produkte aller Art herzustellen.



### Gesellschafts-, Geisteswissenschaften

Du interessierst dich für Geschichte, Kulturen, Sprache und/oder Literatur.



### Metall, Maschinenbau

Dich faszinieren Werkzeuge, Bauteile, Maschinen oder Produkte aus Metall.

**B** Meine beruflichen Vorlieben

**Lies dir die folgenden acht Beschreibungen genau durch.  
Welche Szenarien sagen dir am meisten zu? Kreuze höchstens vier an.**



| Tätigkeits-Szenario                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Du bist vielleicht ein | Sagt dir das zu? Dann mach dein Kreuz! |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|----------------------------------------|
| Dich interessiert vor allem das „Wie“ oder „Warum“. Du informierst dich und recherchierst gerne, stellst Versuche an und entwickelst deine eigenen Erklärungen. Um deinen Beruf auszuüben, kannst du dir beispielsweise vorstellen, in einem Archiv, in einem Versuchslabor oder auch an einer Ausgrabungsstätte zu arbeiten.                                                                                   | ... forschender Typ    |                                        |
| Du bist geschickt und arbeitest gerne mit den Händen. Der Umgang mit Akkuschauber, Schleifgerät, Pinsel und Co. bereitet dir keine Probleme. Du liebst es, deine Arbeit betrachten und anfassen zu können. Du bist zufrieden, wenn etwas am Ende genauso aussieht, wie du es geplant und dir vorgestellt hast.                                                                                                  | ... handwerklicher Typ |                                        |
| Die Bücher in deinem Regal sind alphabetisch sortiert, dein Terminkalender ist immer auf dem neuesten Stand und dein Schreibtisch stets aufgeräumt. Du behältst auch in stressigen Phasen den Überblick und planst gerne alles lange im Voraus. Planung und Organisation, Struktur und Ordnung sind dir wichtig. Du kannst dir gut vorstellen, in einem Büro oder in einer Behörde zu arbeiten.                 | ... verwaltender Typ   |                                        |
| Der Kontakt zu deiner Familie und deinen Freundinnen und Freunden ist dir wichtig und macht dich glücklich. Du bist gerne unter Menschen und liebst es, neue Kontakte zu knüpfen. Du bist ein*e gute*r Zuhörer*in, andere fragen dich schon mal um Rat. Du könntest dir eine Arbeit in einer Einrichtung vorstellen, bei der du Menschen betreust, ihnen bei Schwierigkeiten zur Seite stehst oder sie pflegst. | ... sozialer Typ       |                                        |

Auf der nächsten Seite geht es weiter! →

**B** Meine beruflichen Vorlieben

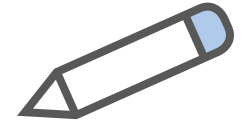


| Tätigkeits-Szenario                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Du bist vielleicht ein    | Sagt dir das zu? Dann mach dein Kreuz! |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|----------------------------------------|
| Wenn du eine Idee hast, bist du dafür Feuer und Flamme. Du kannst dir vorstellen, dein Produkt/dein Projekt in einem Start-up umzusetzen, mit anderen Menschen daran zu arbeiten und es zu verbessern. Egal ob es um eine neue App fürs Smartphone oder einen Catering-Service geht.                                                                          | ... unternehmerischer Typ |                                        |
| Deine Talente liegen im schöpferischen und sprachlichen Bereich? Du gestaltest oder dekorierst gerne und arbeitest lieber ohne feste Vorgaben und Strukturen? Vielleicht bist du auch musikalisch oder künstlerisch begabt.                                                                                                                                   | ... kreativer Typ         |                                        |
| Systeme und Maschinen faszinieren dich. Vielleicht hast du selbst schon einmal ein Gerät oder Werkzeug konstruiert, um eine Aufgabe schneller oder effizienter zu erledigen. Oder vielleicht schon mal einen alten Computer in seine Einzelteile zerlegt? Die Funktionsweise eines Geräts, Schaltkreise und mechanische Wechselwirkungen findest du spannend. | ... technischer Typ       |                                        |
| Wenn dir etwas seltsam vorkommt, schaust du nicht weg, sondern setzt dich damit auseinander. Es ist für dich eine Selbstverständlichkeit, dass bestimmte Regeln eingehalten werden müssen. Du kontrollierst gerne, ob alles so funktioniert, wie es funktionieren soll. Du führst das Klassenbuch oder hakst auf Klassenfahrten die Anwesenheitsliste ab.     | ... prüfender Typ         |                                        |

**TIPP:** Frage auch deine Banknachbarin oder deinen Banknachbarn, wie sie dich sehen.

## B Meine sozialen Kompetenzen

**Kannst du dich gut durchsetzen, bist du einfühlsam, arbeitest du gerne in Gruppen?**  
**Kreuze im Kreisdiagramm an, wie stark die folgenden acht Aussagen auf dich zutreffen.**  
**Je weiter du dein Kreuz in die Kreismitte setzt, desto mehr trifft die Aussage auf dich zu.**



1. Es fällt mir leicht, andere von meiner Meinung zu überzeugen. →

2. Ich muss nicht lange überlegen, um zu handeln. →

3. Ich kann Aufgaben gut unter Druck erledigen. →

4. Ich mache Dinge am liebsten mit anderen. →

5. Ich kann mich gut in andere hineinversetzen. ←

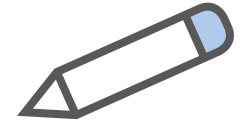
6. Ich erledige meine Aufgaben immer ordentlich und genau. ←

7. Wenn ich mit anderen nicht einer Meinung bin, suche ich immer nach Lösungen. ←

8. Ich fühle mich zuständig und übernehme Verantwortung. ←

Auf der nächsten Seite geht es weiter! →

## B Meine sozialen Kompetenzen



### Legende:

1. Durchsetzungsfähigkeit
2. Spontane Handlungsbereitschaft
3. Stressresistenz
4. Teamorientierung
5. Einfühlungsvermögen
6. Sorgfältiges Arbeiten
7. Konfliktbereitschaft
8. Verantwortungsbereitschaft

**TIPP:** Frag eine\*n Mitschüler\*in, wo sie dich einordnen und setze dort weitere Kreuze in einer anderen Farbe. Verbinde zunächst deine Kreuze, anschließend die deiner Mitschülerin oder deines Mitschülers. Vergleiche danach, ob und wo sich Eigen- und Fremdwahrnehmung unterscheiden. Wiederhole die Übung auch mit deinen Eltern oder anderen vertrauten Personen.



## B Meine Fähigkeiten

**Sieh dir die folgenden Fähigkeiten und ihre Erklärungen an.  
Kreuze jeweils an, ob du denkst, dass sie auf dich zutreffen oder nicht.**

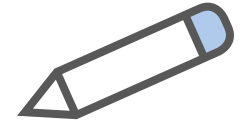


| Fähigkeit                     | Erklärung                                                                                                                                                | Trifft zu | Trifft nicht zu |
|-------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------------|
| Mathematisches Verständnis    | Du kannst in Zahlen denken und die richtigen Rechenoperationen ableiten.                                                                                 |           |                 |
| Textverständnis               | Du kannst logische Sinnzusammenhänge in schriftlichen und mündlichen Texten erkennen und begreifen.                                                      |           |                 |
| Räumliches Denken             | Du kannst dir die Bewegung von dreidimensionalen Objekten in Räumen gut gedanklich vorstellen und sie aus unterschiedlichen Perspektiven identifizieren. |           |                 |
| Abstrakt-logisches Denken     | Du kannst die Regeln und Muster erkennen, die sich hinter komplexen Informationen verbergen.                                                             |           |                 |
| Denkgeschwindigkeit           | Du kannst auch unter hohem Zeitdruck strukturiert und sinnvoll denken.                                                                                   |           |                 |
| Mechanisch-technisches Denken | Du kannst technische und mechanische Funktionsweisen erkennen und anwenden.                                                                              |           |                 |



## B Meine Fähigkeiten

Schreibe die Fähigkeiten auf, die deiner Meinung nach zu dir passen und ordne jeder eine oder mehrere Tätigkeiten zu, die dir leicht von der Hand gehen oder die du besonders gerne tust und für welche die jeweilige Fähigkeit erforderlich ist.

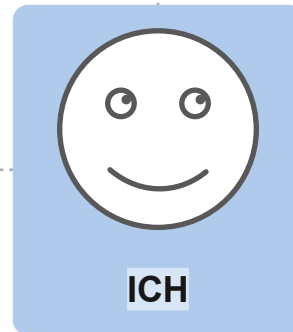


| Fähigkeit | Tätigkeit, dir mir leicht fällt und bei der die Fähigkeit erforderlich ist |
|-----------|----------------------------------------------------------------------------|
|           |                                                                            |
|           |                                                                            |
|           |                                                                            |
|           |                                                                            |
|           |                                                                            |
|           |                                                                            |
|           |                                                                            |

**B** Das bin ich!

Interessen

Berufliche Vorlieben



Soziale Kompetenzen

Fähigkeiten

**C** Wie geht es weiter?

## Deine nächsten Schritte

Du hast einen ersten Einblick in das Thema Berufsorientierung gewonnen und deine bisherigen Selbsterkenntnisse im Arbeitsblatt „Das bin ich!“ festgehalten. Damit hast du schon viel geschafft! Wie geht es jetzt für dich weiter?

### MÖGLICHE SCHRITTE:

- Gehe auf [abi.de](http://abi.de) und befasse dich tiefergehend mit der beruflichen Orientierung. Nutze zum Beispiel die Rubrik „Orientieren“, erkunde Berufs- und Studienfelder und stoße auf interessante Berufe und Studiengänge.
- Mach Check-U – das kostenfreie Online-Erkundungstool unter [www.check-u.de](http://www.check-u.de), lerne mehr über deine Fähigkeiten, sozialen Kompetenzen, beruflichen Vorlieben und Interessen und finde Ausbildungsberufe, die dazu passen. Gehe mit den Ergebnissen zur Berufsberatung deiner Agentur für Arbeit.
- Mache ein Schülerpraktikum in einem für dich interessanten Beruf.

**TIPP:** Behalte den Überblick zu deinen nächsten Schritten, wichtigen Terminen und Fristen mit dem **abi>> Berufswahlfahrplan**.



**Dein Fahrplan Berufswahl**

Die Berufswahl ist wie eine kleine Reise: Es gibt viele Wege, du triffst Richtungsentscheidungen und stellst die Weichen für deine Zukunft. Der **abi>> Fahrplan** Berufswahl hilft dir dabei, dich zu orientieren und zu organisieren. Du siehst wichtige Fristen und Termine im Überblick und erfährst, wo und wann du dich über Ausbildungen, Studiengänge und Berufe informieren kannst. Mach zwischendurch mal Halt, denke über deine Erfahrungen und Wünsche nach und überlege, welche Schritte du als nächstes gehen willst. Vielleicht hilft es dir, deine Gedanken schriftlich festzuhalten – etwa in einer persönlichen To-do-Liste.

Halte nach folgenden Symbolen Ausschau und finde weitere Infos und Antworten auf deine wichtigsten Fragen rund um die Berufswahl auf [abi.de](http://abi.de):

- Was sind meine Stärken und Interessen?
- Welche Ausbildungen gibt es?
- Welche Studienmöglichkeiten gibt es?
- Wie bewerbe ich mich?
- Wie bereite ich den Ausbildungs-/ Studienantrag vor?
- Wer unterstützt mich?

**4 JAHRE VOR DEM SCHULABSCHLUSS**

| WANN?              | WAS?                                                                                                                                                                             | WIE?                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|--------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| August / September | <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Schulbeginn – Berufsorientierung geht los</li> <li>2. Zukunftswünsche überlegen</li> <li>3. Stärken und Interessen erkunden</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>→ Gespräche mit Eltern, Lehrkräften, Freundinnen und Freunden, Bekannten</li> <li>→ Berufsberatung der Agentur für Arbeit</li> <li>→ <a href="http://abi.de">abi.de</a> &gt; Orientieren sowie &gt; Unterstützung</li> </ul>                                                                                                                                         |
| Oktober / November | <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Selbstprüfung: Stärken und Interessen mit passenden beruflichen Möglichkeiten abstimmen</li> </ul>                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>→ <a href="http://check-u.de">check-u.de</a></li> <li>→ <a href="http://Agentur.für.Arbeit/Berufswahltest">Agentur für Arbeit: Berufswahltest</a></li> </ul>                                                                                                                                                                                                         |
| Dezember           | <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Angebot finden: Girls Day / Boys Day</li> </ul>                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>→ <a href="http://girls-day.de">girls-day.de</a></li> <li>→ <a href="http://boys-day.de">boys-day.de</a></li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Januar / Februar   | <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Anmeldung: Girls Day / Boys Day</li> </ul>                                                                                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>→ <a href="http://girls-day.de">girls-day.de</a></li> <li>→ <a href="http://boys-day.de">boys-day.de</a></li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                  |
| März / April       | <ul style="list-style-type: none"> <li>1. An Girls Day / Boys Day teilnehmen</li> </ul>                                                                                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>→ Ausbildungsbetriebe / Hochschulen</li> <li>→ <a href="http://girls-day.de">girls-day.de</a></li> <li>→ <a href="http://boys-day.de">boys-day.de</a></li> </ul>                                                                                                                                                                                                     |
| Mai                | <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Erste Informationen zu Berufen und Studienfeldern suchen</li> <li>2. Erste Ideen für ein Betriebspraktikum sammeln</li> </ul>          | <ul style="list-style-type: none"> <li>→ <a href="http://abi.de">abi.de</a> &gt; Ausbildung &gt; Berufswahl</li> <li>→ <a href="http://abi.de">abi.de</a> &gt; Studium &gt; Studienfelder</li> <li>→ <a href="http://studienwahl.de">studienwahl.de</a></li> <li>→ <a href="http://berufst.v">berufst.v</a></li> <li>→ Berufsberatungszentrum (BIZ)</li> <li>→ Webseiten der Ausbildungsbetriebe</li> </ul> |
| Juni / Juli        | <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Betriebe besichtigen / Schnupperpraktikum machen</li> </ul>                                                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>→ Ausbildungsbetriebe</li> <li>→ <a href="http://arbeitsagentur.de/ausbildung/platzsuche">arbeitsagentur.de/ausbildung/platzsuche</a></li> <li>→ Praktikum / Trainee</li> </ul>                                                                                                                                                                                      |

**3 JAHRE VOR DEM SCHULABSCHLUSS**

| WANN?                       | WAS?                                                                                                                                                                                                                        | WIE?                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| August / September          | <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Konkrete Auseinandersetzung mit ausgewählten Berufs- und Studienfeldern</li> </ul>                                                                                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>→ <a href="http://abi.de">abi.de</a> &gt; Ausbildung &gt; Berufswahl</li> <li>→ <a href="http://abi.de">abi.de</a> &gt; Studium &gt; Studienfelder</li> <li>→ <a href="http://arbeitsagentur.de/broschue">arbeitsagentur.de/broschue</a></li> <li>→ <a href="http://arbeitsagentur.de/studienwahl">arbeitsagentur.de/studienwahl</a></li> <li>→ <a href="http://studienwahl.de">studienwahl.de</a></li> </ul> |
| Oktober / November          | <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Interessante Informationsveranstaltungen nachschauen, vorantreiben, besuchen</li> <li>2. Betriebspraktikum suchen und Bewerbungen schreiben</li> </ul>                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>→ <a href="http://studienwahl.de/veranstaltungen">studienwahl.de/veranstaltungen</a></li> <li>→ <a href="http://arbeitsagentur.de/veranstaltungen">arbeitsagentur.de/veranstaltungen</a></li> <li>→ Webseiten der Unternehmen / Hochschulen</li> <li>→ <a href="http://abi.de">abi.de</a> &gt; Bewerbung</li> <li>→ Praktikum &amp; Notepad</li> </ul>                                                        |
| Dezember                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Angebot finden: Girls Day / Boys Day</li> </ul>                                                                                                                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>→ <a href="http://girls-day.de">girls-day.de</a></li> <li>→ <a href="http://boys-day.de">boys-day.de</a></li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Januar / Februar            | <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Anmeldung: Girls Day / Boys Day</li> </ul>                                                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>→ <a href="http://girls-day.de">girls-day.de</a></li> <li>→ <a href="http://boys-day.de">boys-day.de</a></li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| März / April                | <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Teilnahme an Girls Day / Boys Day</li> </ul>                                                                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>→ Ausbildungsbetriebe / Hochschulen</li> <li>→ <a href="http://girls-day.de">girls-day.de</a></li> <li>→ <a href="http://boys-day.de">boys-day.de</a></li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                              |
| Mai                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Bilanz ziehen: Welche Erfahrungen habe ich auf den Aktionstagen gemacht?</li> </ul>                                                                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>→ Gespräche mit Eltern, Freundinnen und Freunden, Bekannten</li> <li>→ Gespräche mit Arbeitserfahrenden und Ausstellern des Girls Day/Boys Day-Aktionstags (möglicher Kontakt für ein Schülerbetriebspraktikum)</li> </ul>                                                                                                                                                                                    |
| durch die Schule festgelegt | <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Betriebspraktikum absolvieren, Erfahrungen auswerten, Berufswahl weiterverfolgen bzw. umorientieren</li> </ul>                                                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>→ <a href="http://abi.de">abi.de</a> &gt; Orientieren &gt; Praktikum</li> <li>→ <a href="http://arbeitsagentur.de/schule/ausbildung">arbeitsagentur.de/schule/ausbildung</a></li> <li>→ <a href="http://arbeitsagentur.de/berufswahl">arbeitsagentur.de/berufswahl</a> &gt; Checklisten für ein erfolgreiches Betriebspraktikum</li> <li>→ Berufsberatung der Agentur für Arbeit</li> </ul>                   |
| Mai / Juni                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Interessante Informationsveranstaltungen für nächstes Schuljahr vorantreiben</li> <li>2. Angebote suchen: Summer School, MINT-Camp, Schnupperwoche an einer Hochschule</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>→ <a href="http://studienwahl.de/veranstaltungen">studienwahl.de/veranstaltungen</a></li> <li>→ <a href="http://arbeitsagentur.de/veranstaltungen">arbeitsagentur.de/veranstaltungen</a></li> <li>→ Webseiten der Ausbildungsbetriebe / Hochschulen</li> <li>→ <a href="http://abi.de">abi.de</a> &gt; Veranstaltungstipps</li> </ul>                                                                         |

**ORIENTIEREN**

Dein persönlicher Fahrplan kann natürlich von diesem abweichen. Die Termine sind ungefähre Angaben, denn Bewerbungs- und Anmeldefristen an Schulen, Hochschulen oder bei Ausbildungsbetrieben können unterschiedlich sein. Weitere hilfreiche Infos findest du unter [abi.de](http://abi.de) und im **abi>> Magazin „Dein Navigator zur Berufswahl“** – Mitteilungsblatt.

**Noch Fragen?**  
Dann nimm an den **abi>> Chats** teil oder lies in den **abi>> Blogs**, wie andere bei der Berufs- und Studienwahl vorgehen. Die Beraterinnen deiner örtlichen Agentur für Arbeit unterstützen dich gerne persönlich bei der Berufsorientierung. Vereinbare deinen Termin online.

[arbeitsagentur.de/ausbildung/ausbildung](http://arbeitsagentur.de/ausbildung/ausbildung)