

Inhaltsverzeichnis

Über dieses Buch

Finde heraus, was in dir steckt	3
Was bringt dir dieses Buch?	4
Wie benutzt du dieses Buch?.....	7

DAS SOLLTEST DU WISSEN

1. Wie du wurdest, was du bist

Die Gene	9
Die Umwelt	10

2. Das macht dich aus

Persönlichkeitseigenschaften.....	11
Begabungen	15
Motivationen	21

DIR SELBST AUF DER SPUR

1. Geschichten aus deinem Leben

Dein Leben als heiße Spur	26
Geschichten schreiben.....	27
Drei Beispiele.....	30
Persönlichkeitseigenschaften, Begabungen und Motivationen erkennen	33

Über dieses Buch

2. Fragen zur Selbst- und Fremdeinschätzung

Selbst- und Fremdeinschätzung..... 38
 Fragen zu deinen Persönlichkeitseigenschaften 40
 Fragen zu deinen Begabungen..... 44
 Fragen zu deinen Motivationen 47
 Deine Ergebnisse: Grafik zum Selbsterstellen 50

DAS KANNST DU TUN

1. Grundfertigkeiten

Für Erfolg im Job und Spaß mit den Mitmenschen..... 54

2. Kompetenzen

Allgemeine und spezifische Kompetenzen..... 58
 Lernen ein Leben lang..... 59
 Ausbildung oder Studium? 60

3. Laufbahnen

Deine Laufbahn 62
 Verschiedene Positionen 63

4. Dein Traumjob

Welcher Beruf passt zu dir? 66
 Deinen Traumjob finden 68
 Praktikum und Ferienjob 74

Zum Schluss

Rund um den Wunschberuf..... 76
 Nur Mut!..... 77
 Register..... 78
 Glossar 80

Finde heraus, was in dir steckt

Jeder Mensch hat besondere Fähigkeiten und Eigenschaften: geduldig zuhören, genau analysieren, geschickt werkeln, auf andere zugehen, offen für Neues sein oder perfekte sportliche Leistungen erbringen.

Aber woher weißt du eigentlich, was genau in dir steckt? Deine Schulnoten und Lieblingsfächer sind ein erster Hinweis; sie erzählen dir aber nur einen Teil dessen, was du wirklich kannst. Deine Hobbys weisen zusätzlich darauf hin, welche Möglichkeiten in dir schlummern. Doch es reicht auch nicht, deine Freizeitbeschäftigungen aufzuzählen.

Wenn du dieses Buch liest, die Übungen bearbeitest und die Tipps ausprobierst, kannst du ziemlich genau herausfinden, was in dir steckt: Das ist dein Potenzial, deine ganz einzigartigen Anlagen. Du erarbeitest dir deine persönlichen Eigenschaften und Begabungen und findest heraus, was dich motiviert.

Das alles dient dazu, dass du einen Beruf findest, der zu dir passt wie deine Lieblingsjeans oder ein richtig schickes Oberteil. Mit einem Beruf, der zu dir passt, kannst du Erfolg haben und etwas Sinnvolles bewirken. Du wirst Spaß haben und zufrieden sein.

Ist das nicht der beste Grund, herauszufinden, was in dir steckt?

Über dieses Buch

Was bringt dir dieses Buch?

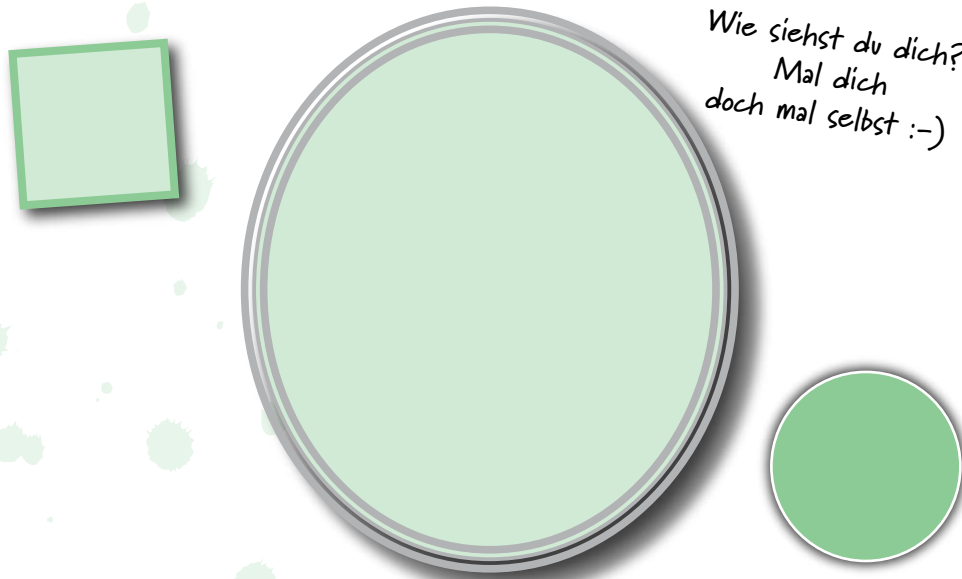
Mithilfe dieses Buches kannst du etwas erfahren, was für dein ganzes Leben entscheidend ist: Du kannst herausfinden, welcher Beruf für dich geeignet ist.

Erkenne dich selbst

Dieses Buch besteht allerdings nicht aus einer Liste von Berufen, aus denen du auswählen kannst, was dich interessiert. Stattdessen will es dir dabei helfen, dich selber besser kennenzulernen. Du kannst dir mithilfe dieses Buches erarbeiten, welche Persönlichkeitseigenschaften, Begabungen und Motivationen du besitzt. Finde zum Beispiel heraus, ob du ein offener, beständiger oder eher sensibler Typ bist; jemand, der praktisch begabt oder kreativ ist; einer, der von Geld, Leistung oder Sinn motiviert wird.

Wenn du das Buch durcharbeitest, wirst du in der Lage sein, einen Steckbrief deiner Persönlichkeit zu erstellen. Und mit seiner Hilfe kannst du für dich persönlich passende Berufe herausfinden. Denn **du** wirst deinen zukünftigen Beruf so gut, genial und gründlich erledigen können wie niemand sonst.

*Wie siehst du dich?
Mal dich
doch mal selbst :-)*



Du bist dran

Dein eigener Kopf, deine Ideen und Vorstellungen sind neben diesem Buch nötig, um deinen Wunschberuf zu finden. Du brauchst dazu ein paar Zettel und Stifte oder einen Computer, um dir Ideen und Ergebnisse zu notieren. Hilfreich sind außerdem ein guter Freund, Geschwister oder Eltern, mit denen du über dich und deine Ideen sprechen kannst.

Dieses Buch ist ein wenig wie ein Kochbuch: Die Zutaten und die Zubereitungsart stehen darin, aber wenn du eine leckere Mahlzeit genießen willst, musst du selbst einkaufen, schneiden, rühren und kochen.

Wie ein guter Freund

Sich selber besser kennenzulernen ist ein Prozess – ähnlich wie das Entstehen einer Freundschaft. Zuerst bemerkst du vielleicht, dass du gut mit anderen Menschen zurecht kommst. Dann findest du heraus, dass dir Abwechslung in deinen Aufgaben gefällt und du andere gern anführst. Später erkennst du, dass du besonders geschickt mit deinen Händen bist. Dann kommen noch viele weitere Eigenschaften dazu, die du nach und nach benennen kannst. Ein fertiges Bild von dir ergibt sich möglicherweise erst nach einiger Zeit und viel Nachdenken. Welche Berufe zu dir passen könnten, das kannst du am Ende dieses Prozesses ebenfalls herausarbeiten.

Wenn du eine Freundschaft knüpfst, lernst du auch erst nach und nach alle Vorlieben und Abneigungen deines neuen Freundes kennen. Ihr verbringt Zeit miteinander und merkt dabei, ob ihr auf einer Wellenlänge schwimmt. Nach Wochen oder Monaten des Kennenlernens entwickelt sich eine enge Freundschaft oder doch nur eine lose Bekanntschaft.

Über dieses Buch

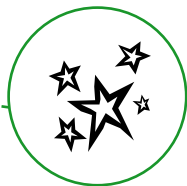
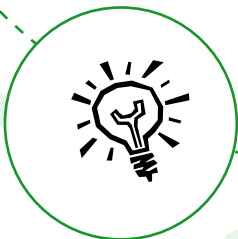
Alles nur für dich

Das klingt nach viel Arbeit, findest du? Das stimmt auch. Aber überlege einmal, warum du dich besser kennenlernen solltest: Es geht nicht darum, dass du anderen gefällst. Du tust es nicht für deine Eltern. Du machst es auch nicht, um bessere Schulnoten zu bekommen oder von deinen Freunden gemocht zu werden. Du tust es ganz allein für dich! Du beschäftigst dich mit diesem Buch, um einen guten Beruf für dich wählen zu können.

Ein guter Job

Eine gute Arbeit macht Spaß. Sie gibt dir das Gefühl, etwas in dieser Welt bewegen zu können. Sie geht leicht von der Hand und lässt dich die Zeit auch mal vergessen. Sie hat langweilige und schwierige Teile, die dich aber nicht abschrecken. Sie enthält viele interessante Aufgaben und solche, die du gut erledigen kannst. Sie fordert dich heraus und trägt so dazu bei, dass du immer wieder Neues lernst. Sie befriedigt die Bedürfnisse, die dir persönlich besonders wichtig sind. Dein Job ist nicht nur dazu da, dass du damit Geld zum Leben verdienst, sondern er macht dich auch zufrieden.

Was für dich eine gute Arbeit ist, kannst du mit Hilfe dieses Buches herausfinden. Dein Job ist für dich gut, wenn er genau zu dir passt – und umgekehrt; wenn du dabei die Eigenschaften und Begabungen anwenden kannst, die du besonders gut beherrschst; wenn die Dinge, die dich motivieren, erfüllt werden. Dann hast du auch bessere Chancen, erfolgreich zu sein. So einen Beruf wählen kannst du nur, wenn du sehr genau über dich Bescheid weißt.



Wie benutzt du dieses Buch?

Dieses Buch ist ein Arbeitsbuch. Wenn du es durchliest, lege immer Zettel und Stifte bereit. Streiche an, was dir interessant erscheint. Mache dir Notizen am Rand, wann immer dir etwas besonders auffällt. Schreibe neue Ideen beim Lesen auf ein Blatt Papier. Oder lege gleich ein Dokument auf dem Computer an.

Für die Übungen solltest du dir Zeit nehmen. Denke über die Fragen und Aufgaben in Ruhe nach, bevor du sie bearbeitest. Probiere Tipps nicht nur einmal, sondern mehrmals aus.

Stift u. Zettel hinlegen ✓
 Notizen machen ✓
 Ideen aufschreiben ✓



Dein Lebensordner

Es ist praktisch, alle Infos, Erkenntnisse und Notizen, die du dir mit diesem Buch erarbeitest, an einem Ort zu sammeln. Lege dafür einen neuen Ordner auf dem Desktop deines Computers an und speichere dort alle Dokumente mit Ideen und Materialien rund um deine Berufsfindung. Schreibst du lieber mit der Hand auf echtes Papier? Auch kein Problem. Kaufe im Schreibwarengeschäft eine Mappe oder ein Notizheft. Schreibe dort hinein bzw. hefte beschriebene Zettel, Informationsmaterial und Bilder darin ab.

Dein Lebensordner ist der Ort, an dem du alles über dich nachlesen und nachschlagen kannst. Das ist nützlich, falls du dich in einigen Monaten weiter mit deinem Potenzial beschäftigen willst.

Über dieses Buch

Das steht drin

Das Buch beginnt mit etwas Hintergrundwissen. In **Teil A DAS SOLLTEST DU WISSEN** erfährst du, wie deine Gene und die Umwelt dich geprägt haben (s. Kap. A1, S. → 9–10) und welche Eigenschaften, Begabungen und Motivationen jeden Menschen persönlich ausmachen (s. Kap. A2, S. → 11–25).

In **Teil B DIR SELBST AUF DER SPUR** findest du heraus, welche Eigenschaften, Begabungen und Motivationen dich und deine Persönlichkeit prägen. Kapitel B1 (s. S. → 26–36) zeigt dir, wie du deine Persönlichkeit mithilfe von eigenen Erlebnissen ergründen kannst. In Kapitel B2 (s. S. → 38–53) findest du zahlreiche Fragen, die du und ein enger Vertrauter beantworten sollten. Je nachdem, wie deine Antworten ausfallen, erfährst du, welche Eigenschaften, Begabungen und Motivationen du tendenziell besitzt. Du kannst, abhängig davon ob dir das Schreiben von Geschichten oder das Beantworten von Fragen besser gefällt, eines der Kapitel auswählen. Willst du dich besonders sorgfältig kennenlernen, solltest du beide Kapitel bearbeiten.

Teil C DAS KANNST DU TUN vermittelt dir Wissen darüber, was im Berufsleben wichtig ist. Es werden einige Grundfertigkeiten genannt, die jeder Mensch in jedem Beruf und im Privatleben beherrschen sollte (s. Kap. C1, S. → 54–57). Anschließend lernst du, was du – neben der Persönlichkeit und den Begabungen, die du schon mitbringst – für deinen Beruf noch lernen musst (s. Kap. C2, S. → 58–61). Um verschiedene Laufbahnen, die du einschlagen kannst, geht es in Kap. C3 (s. S. → 62–65). Kapitel C4 (s. S. → 66–77) beschäftigt sich schließlich damit, wie du konkrete, zu dir persönlich passende Berufe findest und besser kennlernst.

Für das ganze Buch gilt: Wir konnten aus Platzgründen nicht alle Möglichkeiten für Bildung, Beruf und Karriere aufzeigen, die jeweils in Fragen kommen. Stattdessen haben wir mit Beispielen gearbeitet. Denn dein Berufsweg wird so einzigartig sein wie du selbst.



1. Wie du wurdest, was du bist

Die Gene

Jeder Mensch hat sie: die Gene. Die Gene werden auch als Erbanlagen bezeichnet, denn sie tragen die Erbinformationen. Das bedeutet, dass deine Gene eine Art Bauanleitung für dich enthalten. Sie bestimmen deine Haar- und Hautfarbe, die Form deiner Augen und die Länge deiner Beine. Auch für deine Körperfunktionen sind die Gene zuständig, etwa für das Schlagen deines Herzens, die korrekte Arbeit der Nieren und den Sauerstofftransport im Blut. Deine Persönlichkeitseigenschaften und deine Begabungen sind, zumindest teilweise, ebenfalls genetisch festgelegt.

Du hast eine Hälfte deiner Gene vom Vater, die andere Hälfte von der Mutter bekommen. Sie mischen sich in jedem Menschen ganz neu zusammen, sodass ein einzigartiges Wesen entsteht. Dieses neue Wesen kann seinen Eltern recht ähnlich sein, sich aber genauso gut stark von ihnen unterscheiden. Wäre das nicht so, dann wären ja alle Geschwister völlig identisch. Unvorstellbar, oder?

Es ist niemals ein einziges Gen für ein einziges Merkmal, zum Beispiel für Eigensinnigkeit oder Sportlichkeit, bestimmend. Es gibt immer viele Gene, die zusammen eine Eigenschaft bestimmen. Je nach ihrem Zusammenwirken ist die Eigenschaft bei dir stärker oder weniger stark ausgeprägt.