ICH: DAS BIN ICH, DAS KANN ICH!

Inhalt

	Seite	✓	erledigt am:
ÜBER MICH			
Wer unterstützt mich bei meiner Bildungs- und Berufswahl?	5	❒	
Mein Steckbrief	6	❒	
Anleitung – Mein Schaufenster	7	❒	
INTERESSEN			
Was sind Interessen?	8	❒	
Meine Interessen	9	❒	
Interessen-Interview	10	❒	
STÄRKEN			
Was sind Stärken?	11	❒	
Interessante Stärken	12	❒	
Anleitung Stärkenkärtchen	13	❒	
Stärkenkärtchen		❒	
Stärkenstern	14	❒	
Stärken belegen	15	❒	
Ein Tag in meinem Leben	16	❒	
Stärken und Interessen sichtbar machen	17	❒	
Stärken und Interessen – Fremdeinschätzung	18	❒	
BO digital mit Jopsy	19	❒	
WERTE			
Was sind Werte?	20	❒	
Welche Werte sind mir wichtig?	21	❒	
Meine Werte	22	❒	
Werte-Interview	23	❒	
Werte im Beruf	24	❒	
		❒	
		❒	
		❒	
		❒	
		❒	
		❒	
		❒	
		❒	

WER UNTERSTÜTZT MICH BEI MEINER BILDUNGS- UND BERUFSWAHL?

Eltern

DEINE LEHRKRÄFTE

- fördern dich, deine Stärken und Fähigkeiten herauszufinden
- unterstützen dich dabei, dich über die Berufs- und Arbeitswelt zu informieren
- helfen dir auf dem Weg zur Wunschschule / zum Wunschberuf
- stellen zum Teil Firmenkontakte her

DIVERSE EINRICHTUNGEN

- Arbeiterkammer
- Arbeitsmarktservice
- Messe „Jugend und Beruf" und viele mehr

DEINE ELTERN/VERWANDTEN

- informieren dich über die Berufs- und Arbeitswelt
- erzählen aus eigener Erfahrung
- geben dir Feedback
- unterstützen dich bei deiner Entscheidung

BETRIEBE/SCHULEN

- informieren über Anforderungen
- organisieren „Tage der offenen Tür"
- stellen Schnuppertage zur Verfügung

Wer sind meine persönlichen Ansprechpartner:innen?

Hinweis: Die AK Oberösterreich bietet für Schulklassen verschiedene Workshops an. Unter anderem „14 – was nun?"

Frag die AK

MEIN STECKBRIEF

Vor- und Nachname:

Geburtsdatum: Geburtsort:

Größe: Gewicht:

Augenfarbe: Haarfarbe:

In meiner Freizeit beschäftige ich mich gerne mit ...

In der Schule interessiere ich mich für ...

Ich kann besonders gut ...

Ein besonderes Merkmal von mir ist ...

Mir ist besonders wichtig, dass ...

Ich würde gerne lernen wie ...

Ein Traumberuf für mich ist ... weil ...

Ein Vorbild für mich ist ...

Ich bin glücklich, wenn ...

Ich muss lachen, wenn ...

Wenn ich drei Wünsche frei hätte ...

ANLEITUNG – MEIN SCHAUFENSTER

Im Arbeitsblatt „Mein Steckbrief“ hast du dir bereits Gedanken über dich gemacht. Gestalte nun auf einem A3-Blatt oder Plakat ein Schaufenster über DICH! Entscheide selbst in welcher Form: Collage, Zeichnungen, Text, Mind-Map, Fotografien, usw.

Was möchtest du in deinem Schaufenster präsentieren?

- Vor- und Nachname
- Geburtsdatum
- Dein „Logo“ (ein Symbol, das für dich steht)
- Wichtige Menschen in deinem Leben
- Hobbys und Interessen
- Lieblingsfächer
- Was du gut kannst
- Wichtige Erfahrungen, die du in deinem Leben gemacht hast
- Ziele, die du erreichen willst
- Träume und Wünsche
- Was dir sonst noch wichtig ist

Platz für deine Notizen:

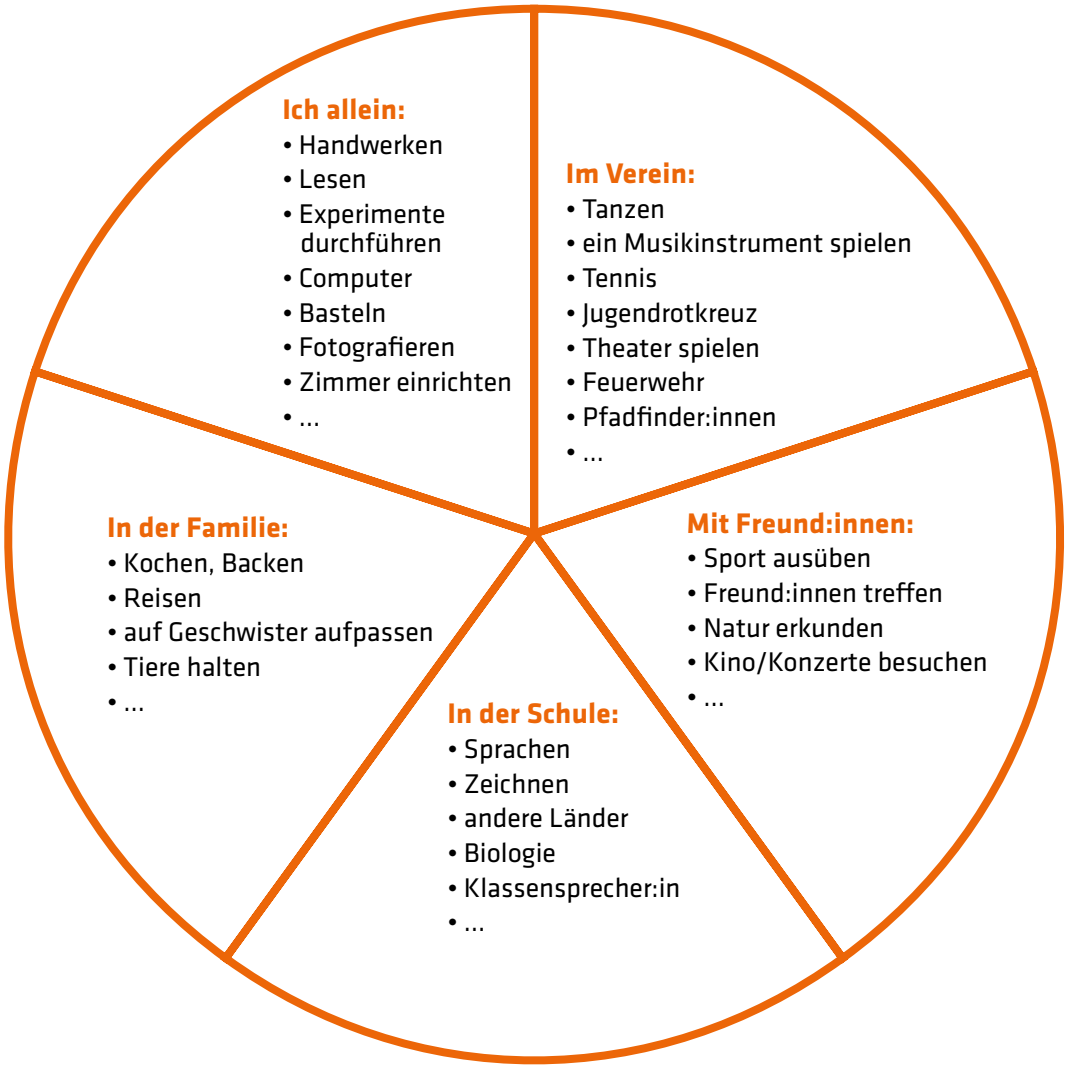
WAS SIND INTERESSEN?

Valentina, Mehmet und Armin gehen in dieselbe Klasse. Daher verbringen sie einen Teil ihrer Zeit gemeinsam in der Schule. Mehmet freut sich besonders auf die Stunden in Bewegung und Sport, weil er dort laufen und spielen kann. Dafür fragt er sich, warum er Geschichte lernen soll. In diesem Fach ist Valentina spitze. Sie interessiert sich sehr für alte Völker und Kulturen und bringt auch manchmal tolle Bilder aus einem ihrer Bücher in den Unterricht mit. Armin mag weder Sport noch Geschichte besonders. Dafür blüht er in den Stunden für Ernährung und Haushalt auf. Er ist sehr geschickt und liebt es, für andere zu kochen.

Am Ende des Schultages gehen alle nach Hause. Nach Erledigung von Hausaufgaben und vielleicht auch anderer Aufgaben im Haushalt, nach dem Lernen für eine Schularbeit bleibt noch einiges an Freizeit. Jeder kann machen, was er will, tun was ihm Freude bereitet.

Mehmet geht Radfahren, Valentina liest ein Buch und Armin trifft sich mit Freunden. An den Wochenenden und in den Schulferien bleibt besonders viel Zeit, in der Mehmet, Valentina und Armin ihren Lieblingsbeschäftigungen und dem, was sie interessiert, nachgehen können.
Jeder hat unterschiedliche Interessen, sowohl in der Schule als auch in der Freizeit.

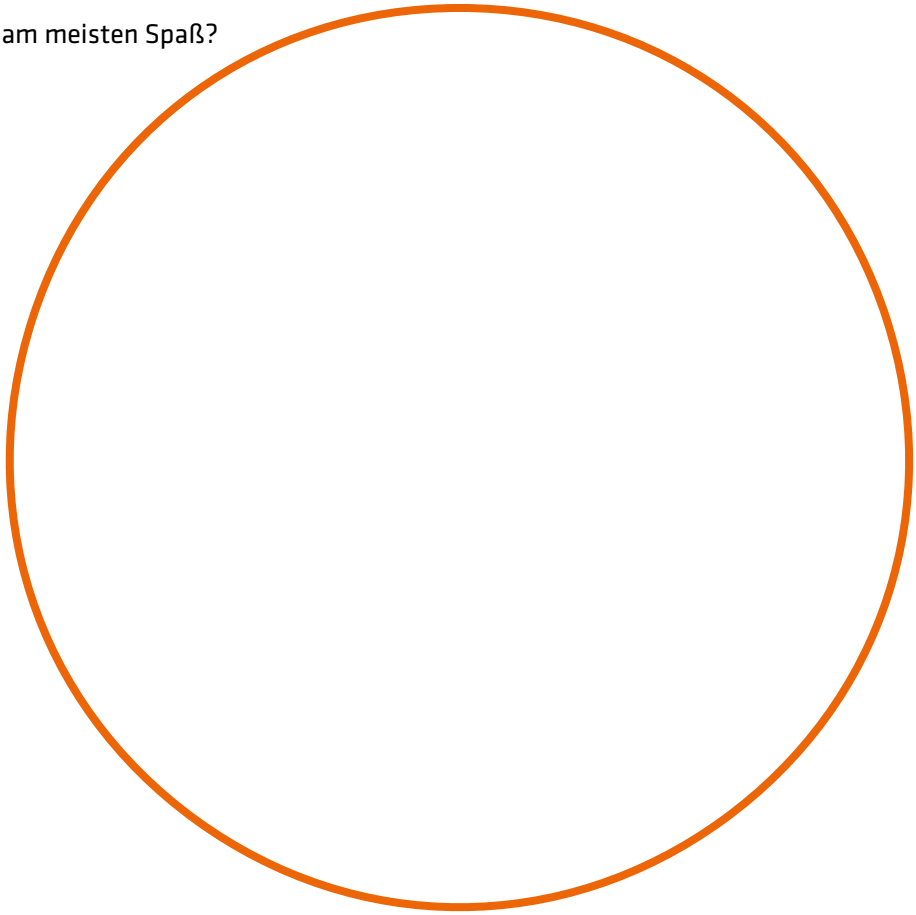
Einige Beispiele für Interessen in den verschiedenen Lebensbereichen:



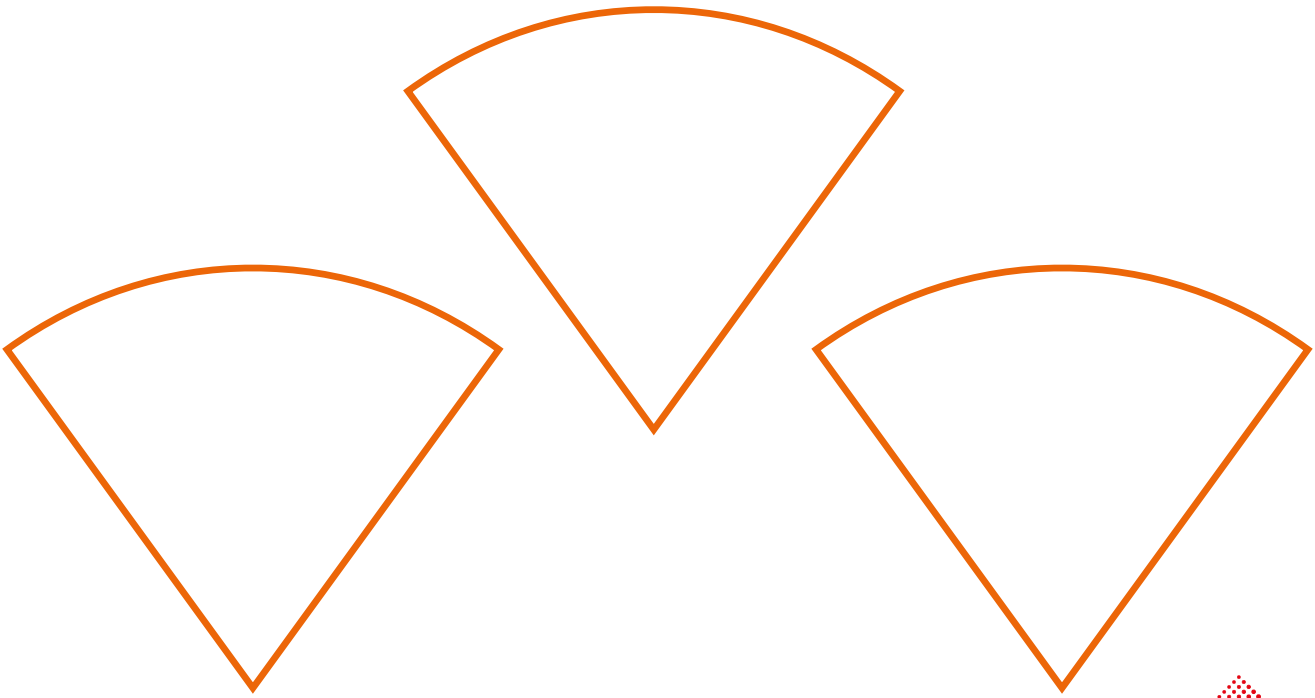
MEINE INTERESSEN

Und wie sieht diese Grafik bei dir aus?

- Welche Schulfächer machen dir am meisten Spaß?
- Was machst du gerne in der Freizeit oder in den Ferien?
- Was sind deine Hobbys?
- Welche Aufgaben übernimmst du gerne zuhause, in der Schule, bei Freund:innen?
- Was interessiert dich noch?
- Wofür hättest du gerne mehr Zeit?
- Was würdest du gerne lernen?



Wähle aus den gesammelten Interessen jene 3 aus, welche für dich am wichtigsten sind. Schreibe sie jeweils in ein Tortenstück und überlege, wie du dein Interesse in ein paar Stichworten beschreiben kannst.



INTERESSEN-INTERVIEW

Ein Mitschüler oder eine Mitschülerin befragt dich zu einem Interesse von dir. Er/sie soll dieses Interviewblatt für dich ausfüllen.

Interviewer:in: _____

In diesem Interview geht es um folgendes Interessensgebiet:

Wie viel Zeit pro Woche widmest du diesem Interesse?

Was gefällt dir besonders an diesem Interesse?

Wie bzw. durch wen hast du dieses Interessensgebiet kennengelernt?

Was musst du alles können, um dieses Interesse ausüben zu können?

Wie könntest du dich bei diesem Interesse verbessern bzw. dich intensiver damit beschäftigen?

In welchen Schulen oder Berufen ist dieses Interesse besonders wichtig?

Danke für das Interview!

WAS SIND STÄRKEN?

„Ich habe keine Stärken!“
Stimmt nicht – JEDER Mensch besitzt ganz viele Stärken. Aber schauen wir uns erst mal an, was Stärken überhaupt sind.

Als Stärke bezeichnet man etwas, das man besonders gut kann. Da man Dinge, die man gut kann, meistens auch gerne macht, kannst du dich auch fragen: Was macht mir besonders Spaß? Habe ich ein Talent? Für was bin ich begabt? Viele Stärken sind für uns so selbstverständlich, dass sie uns gar nicht mehr auffallen und speziell erscheinen. Lass dir also zusätzlich von Freund:innen oder Familienmitgliedern sagen, welche Fähigkeiten du deren Meinung nach besonders gut beherrscht.

Schau dir mal an, welches Potenzial in Paul, Lisa, Ivano und Kelly liegt:
Paul ist ein begabter Sportler. Seine Leidenschaft ist Skateboard fahren. Dafür braucht er viel Ausdauer und Ehrgeiz. Stundenlang übt er ein und denselben Trick. Er ist sicher, dass er ihn früher oder später beherrschen wird.

Lisa ist eine Vollblutmusikerin. Ihre Liebe zur Musik entdeckte sie schon als kleines Kind. Als Bandleaderin übernimmt sie Verantwortung, organisiert die Proben und schreibt die Songs. Weil sie es gerne tut, erscheinen ihr diese Aufgaben nicht als Arbeit.

Ivano hat eine besondere Begabung für Sprachen. Er ist zweisprachig aufgewachsen und spricht Kroatisch und Deutsch. Beim Besuch der Partnerschule aus Kroatien unterstützte er die Lehrer:innen und Schüler:innen beim Übersetzen. Er hat mit seinem Sprachentalent viel zu einem gelungenen Treffen beigetragen und viele neue Menschen kennengelernt.

Kelly meint, sie hätte keine hervorstechenden Eigenschaften. Sie kann zwar vieles, aber nichts besonders gut. Ihre Lehrerin hingegen meint, sie wäre eine richtige Allrounderin. Alles was sie angeht, gelingt ihr auch – ob Handwerken, Mathematik, Sprachen oder Musikunterricht. Auch ihre soziale Kompetenz würde Kellys Charakter auszeichnen. Aber was bedeutet das? Als Beispiel nennt ihr Frau Dallinger den Einsatz als engagierte Klassensprecherin und die fürsorgliche Art, mit der sie sich für Schwächere einsetzt.

Und was macht dich aus? Du hast viele Stärken – sei nicht bescheiden und gestehe sie dir ein!

Überleg dir Begriffe, die man statt dem Wort „Stärke“ noch verwenden kann.
Einige Begriffe kommen in der Geschichte bereits vor.

Statt Stärke kann man auch

_____ oder _____ oder _____ sagen.

INTERESSANTE STÄRKEN

Feedback

Trage vom Übungsblatt „Meine Interessen“ (Seite 9) deine 3 wichtigsten Interessensgebiete in die Kuchenstücke ein. Überlege dir, welche Stärken man in den einzelnen Interessensgebieten einsetzen kann. Du kannst die Stärkenkärtchen zur Hilfe nehmen.

INTERESSEN **STÄRKEN**

Diese Stärken treffen besonders auf mich zu:

An diesen Stärken möchte ich noch arbeiten:

ANLEITUNG – STÄRKENKÄRTCHEN

Eltern Feedback

Bei dieser Übung geht es darum, eine Auswahl deiner Stärken zu treffen. Mach die Übung zuerst für dich alleine und hole dir dann eine Fremdeinschätzung ein.

1. Schneide die Kärtchen aus.
In das leere Kärtchen kannst du noch weitere Stärken eintragen. Vielleicht hast du bei der Übung „Interessante Stärken" schon welche gefunden.

2. Sortiere die Kärtchen in drei Stapel:
- Passt zu mir
- Passt nicht zu mir
- Bin mir nicht sicher (dieser Stapel wird in einem 2. Durchgang noch einmal sortiert)

Am Schluss sollen 6 Stärken übrig bleiben, die am besten auf dich zutreffen.

3. Übertrage deine 6 Stärken mit der Beschreibung in das Übungsblatt „Stärkenstern" (Seite 14).

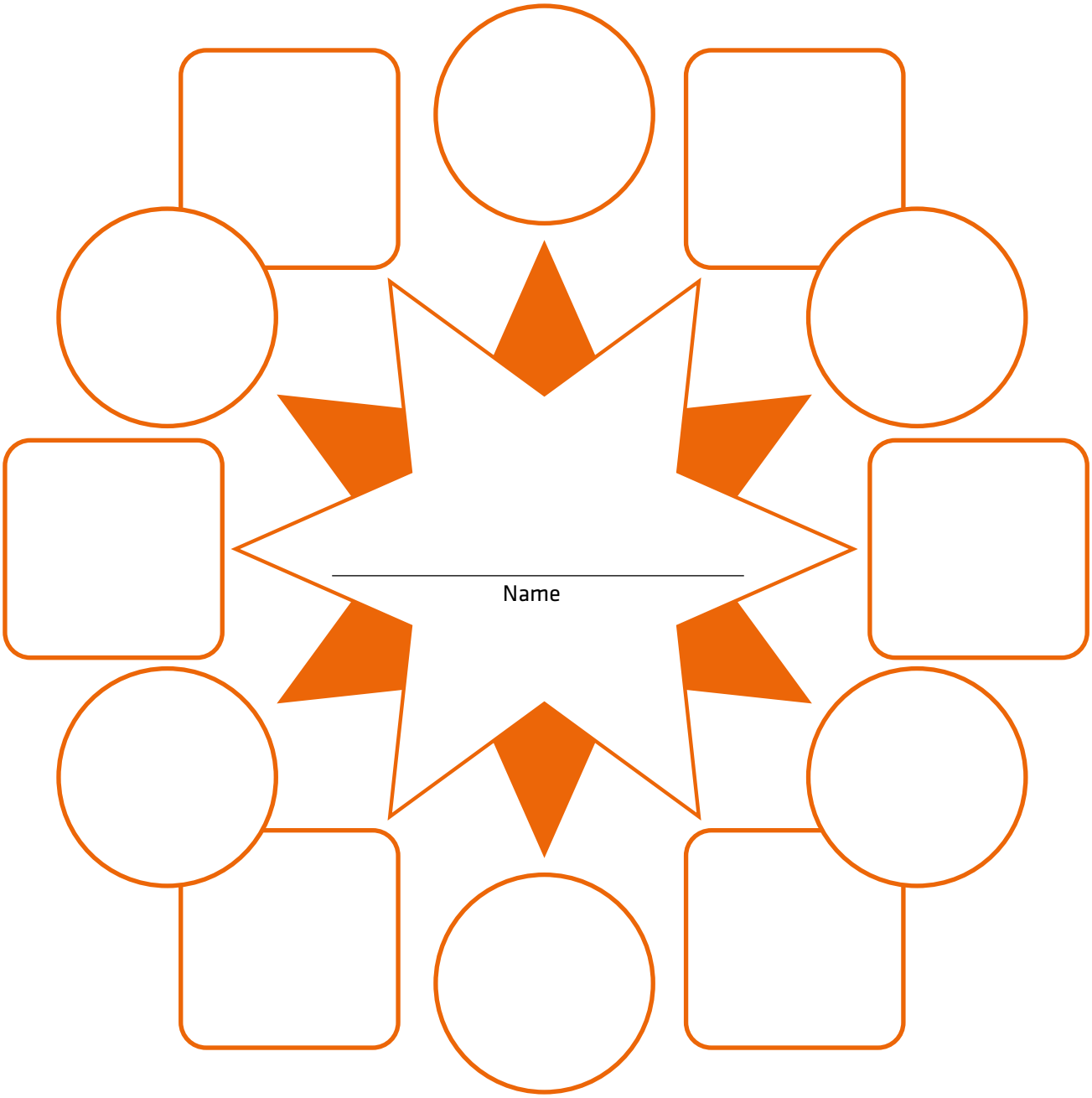
4. Bitte nun deine Eltern oder Freunde, die Stärkenkärtchen gemeinsam mit dir zu sortieren.
Der oder die andere sortiert für dich die Kärtchen nach seiner bzw. ihrer Einschätzung und trägt das Ergebnis ebenfalls im Stärkenstern ein. So bekommst du auch eine Fremdeinschätzung über deine Stärken.

Quelle: Kompetenzwerkstatt Zukunftszentrum Tirol, modifiziert durch AK OÖ

STÄRKENSTERN

Selbsteinschätzung:

Fremdeinschätzung:



STÄRKEN BELEGEN

Suche zwei für dich wichtige Stärken aus deinem Stärkenstern (Seite 14) aus.
Damit du mit diesen Stärken überzeugen kannst, finde konkrete Beispiele bei denen du sie einsetzt.

MEINE STÄRKE:

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

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

In welchen Schulen/Berufen sollte man diese Stärke haben?

MEINE STÄRKE:

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

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

In welchen Schulen/Berufen sollte man diese Stärke haben?

Besprich nun diese Ergebnisse mit einem Mitschüler oder einer Mitschülerin und ergänze für dich wichtige Rückmeldungen.

Quelle: Felix Winter und Martin Keller, Berufswahl- Bewerbungs- und Abschlussportfolio
für die Sekundarstufe I – Version für Deutschland und Österreich

EIN TAG IN MEINEM LEBEN

Verfasse einen Tagebucheintrag.

Das lerne ich daraus .../ Das zeigt die Situation über mich .../ Diese Eigenschaften waren dafür wichtig .../
So geht es weiter .../ Das war ein Reinfall, aber ...

Tipp:
Besuche mit deiner Klasse den Workshop „14 – was nun?“
in der AK Oberösterreich. Dort bekommst du „MiniMe“ – für deine
persönlichen Momentaufnahmen!

Frag die AK
fragdieak.at

STÄRKEN UND INTERESSEN SICHTBAR MACHEN

Stärken und Interessen zeigen sich auch in gelungenen Arbeiten aus **Freizeit oder Schule**. Erinnere dich bitte an die Arbeiten, auf die du stolz bist. Fähigkeiten und Interessen können dadurch anschaulich belegt werden. Gib diese Nachweise bzw. ein Foto davon in das Register „Das ist mir sonst noch wichtig".

Beispiele für solche Nachweise sind Referate, Projekte, Exkursionen, Werkstücke, PowerPoint-Präsentationen, Zusammenfassungen, Buchvorstellungen, Aufsätze, Computerarbeiten, Fotos, Videos, Musik, Tests, Mindmaps, Zeichnungen, besonders gestaltete Hefte, Urkunden, Abzeichen ...

BEISPIEL:

RÜCKBLICK AUF GELUNGENE ARBEITEN:		
Titel der Arbeit	**Ein Interesse, das sich dabei zeigte**	**Eine Fähigkeit, die sich dabei zeigte**
Selbst gebasteltes Modellflugzeug	Interesse an Mechanik, Technik, Elektrik	Geschicklichkeit, kreatives Gestalten, Genauigkeit, technisches Verständnis
Australien Projektmappe	Interesse an anderen Kulturen	Kreativität, Ausdauer, Infos sammeln
Zeichnungen in GZ	Interesse an Konstruktionen	Genauigkeit, Vorstellungskraft, Raumvorstellung

GELUNGENE ARBEITEN VON MIR:

Titel der Arbeit	**Ein Interesse, das sich dabei zeigte**	**Eine Fähigkeit, die sich dabei zeigte**

STÄRKEN UND INTERESSEN – FREMDEINSCHÄTZUNG

Bitte nun eine Lehrperson, einen Freund oder eine Freundin oder Verwandte um eine Einschätzung deiner Stärken und Interessen. Sie können deine Sicht bestätigen oder ergänzen.

Diese Fragen können für eine Rückmeldung hilfreich sein:

Was kann _____ besonders gut?

Was sind die größten Stärken von _____ und wo zeigen sich diese Stärken?

Wo hat _____ in letzter Zeit besonders viel dazu gelernt bzw. großes Interesse gezeigt?

BEISPIEL

So sehe ich Martin!
Martin kann wunderbar mit Menschen umgehen und sich um sie kümmern. Er ist immer für seine Geschwister da, wenn sie ihn brauchen. Er hilft ihnen zum Beispiel bei den Hausübungen und hat dabei viel Geduld. Martin kann gut zuhören und ich kann mich auf ihn verlassen. Außerdem ist er beim Jugendrotkreuz sehr aktiv, weil es ihm wichtig ist, anderen Menschen zu helfen. Sein Freundeskreis ist groß, da er ein kommunikativer und offener Mensch ist. Seine Hobbies sind Skateboarden, Kochen und Fußballspielen.

Rosa Huber (Mutter von Martin)

So sehe ich ...

Hinweis: Die Fremdeinschätzung kann auch in einer anderen Sprache geschrieben sei.

BO DIGITAL MIT JOPSY

Jopsy zeigt dir 60 Bilder. Du bewertest, was dich interessiert und Jopsy liefert dir deine persönlichen Berufsvorschläge! Anschließend begleitet dich das digitale Portfolio auf deinem Weg zum Wunschberuf/zur Wunschschule. Das E-Portfolio findest du unter „Angebote – Arbeiterkammer OÖ“.

Jopsy
als App
Kostenlos im App Store und in Google Play.
Download on the App Store
GET IT ON Google Play
oder online
www.jopsy.at

Dein Jopsy-Ergebnis (%)	Typ	Tätigkeiten	Berufe
	MACHER:IN	Wer gerne mit seinen Händen arbeitet, Sachen baut, Computer auseinandernimmt oder an Autos rumschraubt, ist bei diesem Typ richtig aufgehoben. Wenn du ein Macher bist, gefällt es dir, nach deiner Arbeit direkt etwas zum Anfassen, Ausprobieren oder Präsentieren zu haben.	Hier passen Berufe gut, wo man anpacken kann und etwas selber erschafft, wie zum Beispiel im Handwerk oder in der Landwirtschaft. Es gehören aber auch Jobs dazu, in denen man selber etwas plant und dies dann von anderen umgesetzt wird (z.B. als Bauingenieur:in).
	DENKER:IN	Menschen, die richtige Denker sind, mögen es, Probleme zu lösen, Dinge zu hinterfragen und einer Sache auf den Grund zu gehen. Denker interessiert es zum Beispiel, worin sich Tierarten unterscheiden, wie Computer-Programme funktionieren oder wie unser Universum aufgebaut ist.	Denker arbeiten im Allgemeinen gerne in Berufen,in denen es darum geht, einem Problem so lange auf den Grund zu gehen, bis es gelöst ist. Dies ist sowohl in akademischen Feldern, z.B. als Mathematiker:in, Biologe:in oder Chemiker:in, aber auch in handwerklichen Berufen, z.B. als Radio- oder Fernsehtechniker:in, möglich.
	GESTALTER:IN	Gestalter mögen Aktivitäten, in denen sie viel Freiraum haben und ihre Kreativität ausleben können. Das kann sowohl in Form von Kunst, Schauspiel oder Musik, als auch im Schaffen von innovativen und kreativen Produkten sein.	Zu Gestaltern passen einerseits künstlerische und freie Berufe, z.B. Schauspieler:in, Grafikdesigner:in und Musiker:in, aber andererseits auch Handwerksberufe, in denen man Dinge ausprobieren kann und kreative Ideen geschätzt werden, z.B. als Kunsttischler:in.
	HELFER:IN	Helfer möchten gern mit anderen Menschen zusammenarbeiten. Ihnen gefallen Aktivitäten, in denen sie anderen Menschen helfen, ihnen etwas beibringen oder sie trainieren.	Helfer arbeiten gerne im Gesundheits- und Sozialsystem, zum Beispiel als Lehrer:in, Pfleger:in, Arzt:Ärztin oder Psychologe:in. Aber auch die Arbeit in der Personalabteilung von Unternehmen kann das Richtige sein.
	ÜBERZEUGER:IN	Überzeuger übernehmen gerne Verantwortung und mögen es, Gruppen zu leiten. Ihnen gefällt es, in der Zusammenarbeit mit anderen die eigene Meinung durchzusetzen, Einfluss zu haben und Menschen zu überzeugen.	Überzeuger arbeiten oft in Berufen, in denen sie ihre Führungs- und Überzeugungskraft nutzen können. Dazu gehören unter anderem Verkaufsberufe, aber auch selbständige Jobs wie Handwerksmeister:in oder Start-Up Gründer:in.
	ORGANISIERTE	Organisierte mögen es, sich sehr detailreich mit Zahlen oder Texten auseinanderzusetzen. Dazu gehört beispielsweise das Erstellen von Sparplänen, das Sortieren von Unterlagen oder das genaue Dokumentieren von Dingen.	Organisierte arbeiten gerne in Jobs, wo sie ihre Detailtreue und ihre verwaltenden Fähigkeiten einsetzen können. Dafür eignen sich zum Beispiel Berufe in der Buchhaltung, in der Steuerberatung oder in juristischen Feldern.

DEINE JOPSY-BERUFSVORSCHLÄGE: (Nähere Infos zu den Berufen findest du unter **www.berufslexikon.at**)

1.) _____ 2.) _____

3.) _____ 4.) _____

Jetzt: Die schnelle Online-Hilfe!

Frag die AK
fragdieak.at

BO DIGITAL MIT JOPSY

SCHRITT 1

DOWNLOAD

Lade die App JOPSY auf dein Smartphone / Tablet

GET IT ON Google Play

Download on the App Store

oder besuche die Website
www.jopsy.at

Registriere dich, falls du deine Ergebnisse später wieder abrufen möchtest.

Merk dir dein Passwort, da wir keine Mail-Adresse abfragen und keine Passwörter abspeichern.

SCHRITT 2

INTERESSENS-CHECK

JOPSY zeigt dir 60 Bilder.
Du bewertest, was dich interessiert!

SCHRITT 3

DEIN ERGEBNIS

Klicke auf die Balken und erfahre mehr über dein Interessensprofil.

Setze ein Herz bei deinen Lieblingsberufsvorschlägen.

SCHRITT 4

FILTER

Filtere deine Berufsvorschläge nach Ausbildungsgrad.

SCHRITT 5

ZUM E-PORTFOLIO

Weiter geht's unter ANGEBOTE

AK Oberösterreich auswählen

SCHRITT 6

DEIN E-PORTFOLIO

Starte mit dem Erklärvideo.

Danach kannst du die einzelnen Kapitel zu deinen Interessen, Stärken und vielem mehr bearbeiten.

SCHRITT 7

ZUSAMMENFASSUNG

Deine wichtigsten Ergebnisse werden automatisch zusammengefasst.

Verschicke dein fertiges Portfolio per Mail und besprich es mit deinen Eltern!

WAS SIND WERTE?

Werte sind jene Grundhaltungen in unserem Leben, die wir vor allem durch Erziehung, Vorbilder und durch unser bisheriges Leben erfahren und verinnerlicht haben.
Um etwas besser zu verstehen, wie Werte in unserem Leben wirken, hier eine Geschichte:

LAURAS ENTSCHEIDUNG

Laura ist gerade 16 Jahre alt geworden und hat sich für mehrere Lehrstellen als Konditorin beworben und schon eine Zusage einer kleinen Café-Bäckerei aus dem Nachbarort erhalten. Nun bekommt sie auch noch ein Angebot eines weltweit bekannten Hotels im 200 Kilometer entfernten Wien. Auf der einen Seite ist das für sie sehr spannend, weil sie bei einem Schnuppertag gesehen hat, dass sie im Hauben-Restaurant des Hotels ihre Ausbildung erhalten würde und sie dort viel mehr lernen könnte. Auf der anderen Seite würden ihre Familie und besonders ihr kleiner Bruder ihr sehr fehlen. Vater und Mutter versuchen sie zum Bleiben zu überreden, da sie zu Hause wohnen kann und damit viel Geld sparen würde. Zudem sind die Eltern auf sie angewiesen, weil Laura oft auf ihren kleinen Bruder aufpassen muss. Laura ist hin und her gerissen.

Fragen:

1. **Wie würdest du an Lauras Stelle reagieren? Was würdest du deinen Eltern sagen?**
2. **Gibt es noch andere Möglichkeiten zu entscheiden?**
3. **Wovon wird deine Entscheidung abhängen? Welche Werte stecken dahinter?**
4. **Wie wird die Geschichte weitergehen?**

Du wirst im Gespräch mit deinen Mitschüler:innen feststellen, dass es unterschiedliche Fortsetzungen für diese Geschichte gibt. Der Grund dafür sind unterschiedliche Werte. Sie bestimmen wesentliche Entscheidungen, Meinungen und Handlungen von uns.
Auch die Berufswahl ist eine wichtige Entscheidung. Deshalb ist es interessant, die eigenen Werte genauer zu kennen, da sie diese Entscheidung mitbestimmen werden.

Quelle: Bearbeitet nach einer Dilemmageschichte von Projekt Mixopolis, Schulen ans Netz

WELCHE WERTE SIND MIR WICHTIG?

Finde heraus, welche Werte dir besonders wichtig sind. Trage dazu die Wichtigkeit in die Tabelle ein. Bei deinen wichtigen Werten überlege, wer dir dazu als Vorbild dient.

MEINE WERTE	unwichtig 1	2	3	4	5	6	sehr wichtig 7	Mein Vorbild
Freiraum, um mich zu entfalten								
Mein Leben genießen								
Eine:n Freund:in haben, der oder dem ich vertrauen kann								
Mein Leben selbständig in die Hand nehmen								
Zeit mit Menschen verbringen, die mir wichtig sind								
Menschen, auf die ich mich verlassen kann								
Regeln, an denen ich mich orientieren kann								
Mir finanziell viel leisten können								
Erfolg haben und anerkannt werden								
Dinge zu Ende bringen								
Auf andere Menschen zugehen								
Möglichst viel Sicherheit haben								
Freund:innen haben, die mich so nehmen, wie ich bin								
Nach meiner Religion leben								
Ein gutes Familienleben haben								
Menschen jeder Art respektieren								
Menschen, die anders oder benachteiligt sind, helfen								
Ein Ziel verfolgen								

Vergleiche deine Werte mit denen einer Mitschülerin oder eines Mitschülers. Sprecht darüber, wie sich diese Werte in eurem Tun ausdrücken und wer euer Vorbild bei den einzelnen Werten ist.

In Anlehnung an: Projekt Mixopolis, Schulen ans Netz

MEINE WERTE

Hier findest du viele mögliche Bezeichnungen für Werte. Du kannst auch für dich weitere wichtige Werte hinzufügen, die hier nicht erwähnt sind.

Markiere vier bis sechs Werte, die für dich besonders wichtig sind und die dein Handeln beeinflussen. Wenn es ein oder zwei allerwichtigste Werte gibt, dann färbe diese mit einer besonderen Farbe ein.

Freiheit
Durchhaltevermögen
Anerkennung
Sicherheit
Zielstrebigkeit
Gesundheit
Toleranz
Ordnung
Hilfsbereitschaft
Höflichkeit
Unabhängigkeit
Selbständigkeit
Verantwortungsbewusstsein
Sparsamkeit
Verlässlichkeit
Ehrlichkeit
Freundschaft
Familie
Freizeit
Gerechtigkeit
Offenheit
Gemeinschaft
Geduld
Genauigkeit
Leistungsbereitschaft
Vertrauen
Ehrgeiz
Neugier
Mut

Kritisches Denken
Respekt
Sinn für Schönes
Bewegung
Ruhe
Fleiß
Disziplin
Humor
Geld
Natur
Selbstvertrauen
Ordnung
Lebensgenuss
Liebe
Kritikfähigkeit
Mitbestimmung
Einfühlungsvermögen
Glaube
...
...
...
...

WERTE-INTERVIEW

Eltern

Feedback

Bitte eine Person in der Familie, im Freundeskreis, im Verein usw., die dir sehr wichtig ist oder die du als Vorbild siehst, um ein Interview zu ihren Werten.
Nimm zur Unterstützung das Arbeitsblatt „Meine Werte“ (Seite 22) mit.

Ich habe folgende Person, die mir viel bedeutet, interviewt:

Welche Werte sind dir besonders wichtig? Was ist einer deiner wichtigsten Werte?

Warum sind diese Werte besonders wichtig für dich?

In welcher Situation ist es schwierig, dich für deine Werte einzusetzen?

Welche Werte sind für dich in deinem Berufsleben wichtig?

WERTE IM BERUF

Stell dir vor, du beginnst deinen ersten Job.
Welche Werte sind wichtig, um deinem oder deiner Chef:in und deinen Kolleg:innen gut klar zu kommen?

Gibt es Werte, die in bestimmten Berufen eine besonders wichtige Rolle spielen?

Berufsbezeichnung		Werte, welche in diesem Beruf wichtig sind
	→	
	→	
	→	
	→	
	→	

Diese drei Werte sind für mein Berufsleben ganz besonders wichtig:

Diesen Werten möchte ich noch mehr Bedeutung geben: