

Berufswahlpass

Der Berufswahlpass ist persönliches Eigentum der Inhaberin bzw. des Inhabers.

Name: _____

Straße: _____

Wohnort: _____

erhalten am: _____

Klassenleitung:

Schulleitung:

Schulstempel

Liebe Schülerin, lieber Schüler!

Am Ende deiner Schulzeit entscheidest du, welchen Beruf du erlernen wirst oder ob und wie es schulisch weitergeht. Dieser Ordner – dein Berufswahlpass – soll dir auf dem Weg dahin helfen und dir deine Entscheidung erleichtern.

Er enthält eine Reihe von Informationen, Anregungen und Hilfen für diese wichtige Entscheidung. Du lernst, deine persönlichen Voraussetzungen und Stärken einzuschätzen und für deinen beruflichen Werdegang zu nutzen.

Die Ergebnisse deiner Arbeit mit dem Berufswahlpass werden die Beratung mit anderen (zum Beispiel mit deinen Eltern, den Berufsberaterinnen und Berufsberatern der Agentur für Arbeit, den Betreuerinnen und Betreuern in den Betrieben während deines Betriebspraktikums und deinen Freundinnen und Freunden) unterstützen und die Beratungsergebnisse verbessern. Damit wird deine Entscheidung für einen Beruf sicherer und du wirst erfolgreicher und schneller deine Ziele erreichen.

Der Berufswahlpass bietet dir auch die Möglichkeit, anderen zu zeigen, was du alles im Bereich Berufsorientierung unternommen hast. Das wird dir eine große Hilfe bei deinen Bewerbungsgesprächen sein.

Darüber hinaus hilft dir der Berufswahlpass auch bei deiner persönlichen Lebensplanung.

Wir wünschen dir viel Erfolg.

Dein Berufswahlpass besteht aus vier Teilen:

- Im ersten Teil findest du das Angebot deiner Schule und Hinweise auf Unternehmen, die mit deiner Schule zusammenarbeiten, Institutionen oder Beratungsstellen, bei denen du dich über Berufe informieren kannst.
- Im zweiten Teil erhältst du Anregungen, wie du zielsicher, ergebnisorientiert und selbstständig deinen Weg planen und umsetzen kannst.
- Im dritten Teil bewahrst du Nachweise über deine Lernerfahrungen auf, die wichtige Aussagen über deinen Berufsorientierungsprozess enthalten.
- Im vierten Teil erhältst du Hinweise und Hilfen zur Lebensplanung, z.B. zur Wohnungssuche, zum Umgang mit Geld, zu Abschluss einer Versicherung, usw..

Weitere Materialien für deine Arbeit mit dem Berufswahlpass findest du im Internet unter www.berufswahlpass.de

Wer macht was bei der Berufsorientierung?

Die Berufswahl ist ein komplexer und über mehrere Jahre laufender Prozess, der aus mehreren Schritten besteht.

An diesem Prozess wirken viele Partner mit. Du selbst stehst im Mittelpunkt, bist der Motor deiner Berufsorientierung und entscheidest selbstständig, wann du welche Beratung bzw. Unterstützung anforderst. Es geht hier um dich, denn am Ende entscheidest du, welchen Weg du nimmst. Damit du am Ende deiner Schulzeit eigenverantwortlich eine begründete Berufswahlentscheidung treffen kannst, musst du aktiv werden und deinen Teil übernehmen.



Angebote und Konzept meiner Schule zur Berufsorientierung

Auf den folgenden Seiten stellt zunächst deine Schule ihr Angebot und ihr Konzept zur Berufsorientierung dar.

Deine Lehrerinnen und Lehrer werden dir die entsprechenden Seiten aushändigen. Damit zeigt deine Schule dir und den Partnern deiner Berufsorientierung, wie sie dich unterstützen wird.

Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner in der Schule

Name	Telefon	E-Mail

Außerdem enthält dieser Teil Angebote

- der Schule für Eltern
- von Unternehmen und Institutionen, die mit meiner Schule zusammenarbeiten
- der Agentur für Arbeit
- zur geschlechtsspezifischen Berufsorientierung

So kannst du deine Aktivitäten besser planen und dir rechtzeitig überlegen, an welchen Stellen du dir weitere Informationen beschaffen willst oder welche zusätzlichen Partner (Eltern, Berufsberatung, Betriebe) du hinzuziehen willst.

Du hast die Möglichkeit, deinen Weg zu einem großen Teil selbst bestimmt zu gestalten.

Angebote zur Berufsorientierung von Unternehmen und Institutionen, die mit meiner Schule zusammenarbeiten

Name des Unternehmens:

Wer wir sind:

Wie du uns für deine Berufsorientierung nutzen kannst:

An wen du dich im Unternehmen wenden kannst:

Name:

Adresse:

Telefon:

Telefax:

E-Mail:

Angebote der Agentur für Arbeit

Was kann die Berufsberatung für Dich tun?

Wir, die Berufsberaterinnen und Berufsberater der Agentur für Arbeit können Dir bei Deiner Berufswahl helfen. Du kannst unsere Hilfe vor und während Deiner Ausbildung aber auch beim Übergang von der Ausbildung in die Berufstätigkeit in Anspruch nehmen. Unsere Angebote sind für Dich kostenlos, der Inhalt unserer Gespräche ist selbstverständlich vertraulich und wir nehmen uns die Zeit, die Du für Deine Entscheidung brauchst.

Wir informieren

... in der Schule, im Berufsinformationszentrum (BIZ) und natürlich auch in der Agentur für Arbeit über Ausbildungsmöglichkeiten, über Aufgaben- und Tätigkeiten in Berufen, über Spezialisierungs- und Weiterbildungsformen, über Aussichten auf dem Arbeitsmarkt, über Bewerbungsverfahren und Bewerbungstermine und vieles mehr.

Wir beraten

... Dich in einem persönlichen Gespräch. Du kannst mit uns über Deine beruflichen Wünsche, Ziele, Erwartungen oder auch über Deine Befürchtungen und Probleme sprechen. Unser Beratungsangebot verstehen wir dabei als „Hilfe zur Selbsthilfe“. Du bestimmst was Du besprechen möchtest und Du selbst triffst die Entscheidung für oder gegen eine bestimmte Ausbildung.

Wenn Du genauer klären möchtest, zu welchen Berufen Deine Interessen, Fähigkeiten und Kenntnisse am besten passen, dann kannst Du auch an unserem Berufswahltest (BWT) teilnehmen.

Wir vermitteln Ausbildungsplätze

... da wir die Ausbildungsangebote und die Erwartungen von Betrieben und Schulen kennen, können wir Dir bei Deiner Bewerbung helfen.

Informationen „rund um die Ausbildung“ enthalten auch unsere Datenbanken. Das Angebot an betrieblichen Ausbildungsstellen oder Praktikumsplätzen findest Du unter www.arbeitsagentur.de und Informationen zu schulischen Ausbildungen enthält unsere Datenbank KURSNET, die Du ebenfalls im Internet findest.

Wir helfen finanziell

... zur Aufnahme einer betrieblichen Berufsausbildung und für die Zeit einer solchen Ausbildung können wir (unter bestimmten Voraussetzungen) finanziell helfen. Ob dies auch für Dich gilt, solltest Du mit uns besprechen.

Du findest uns

... in jeder Agentur für Arbeit und häufig auch zu Sprechzeiten in Deiner Schule. Die Anschrift der Berufsberatung und des Berufsinformationszentrums kannst Du Dir auf der folgenden Seite notieren.

Angebote der Agentur für Arbeit

Wo finde ich meine Berufsberatung und das Berufsinformationszentrum?

Meine Berufsberatung

Anschrift: _____

Die Telefonnummer unter der ich mich anmelden kann oder falls ich Fragen habe:

Der Name meiner Berufsberaterin oder meines Berufsberaters:

Das Berufsinformationszentrum

Anschrift: _____

Öffnungszeiten: _____



Berufs Informations Zentrum

Internet-PC

... ermöglichen Dir den Zugang zu den Programmen und Datenbanken der Agentur für Arbeit und auf die Internetseiten von Schulen, Hochschulen und anderen Bildungseinrichtungen.

Filme

... auch die Filme zu einzelnen Berufen oder berufsbezogenen Themen kannst Du über die Internet-PC aufrufen.

Lesemappen

... enthalten die wichtigsten Informationen zur Ausbildung, Tätigkeit, Spezialisierung und Weiterbildung in den einzelnen Berufen oder zu bestimmten Fragen, die für Deine Berufswahl wichtig sein können.

Bücher

... ergänzen die in den Lesemappen enthaltenen Informationen

Informationsmaterial zum Mitnehmen

... findest Du in Form von Broschüren, Prospekten, Berufsbeschreibungen, Merkblättern und vieles mehr

Angebote der Agentur für Arbeit

Der Berufswahltest

Wenn Du vor der Frage stehst, wie es nach Deiner Schulzeit weitergehen soll, dann wirst Du sicherlich auch überlegen:

- Wie kann ich mehr über meine Fähigkeiten und Interessen erfahren?
- Welche Berufe könnten zu mir passen?
- Erfülle ich die Voraussetzungen, die für meinen Wunschberuf erforderlich sind?

Mit dem Berufswahltest (BWT) möchten wir Dir helfen, diese und weitere Fragen zu klären.

Der BWT besteht aus mehreren Tests und einen Interessenfragebogen.

Mit den Tests kann zum Beispiel geklärt werden,

- wie sicher Du im Rechnen bist,
- wie gut Du die deutsche Sprache beherrscht,
- ob es Dir gelingt, logische Zusammenhänge zu erkennen,
- ob Du Dir technische Bewegungsabläufe oder Gegenstände anhand von Zeichnungen richtig vorstellen kannst.

Der Interessenfragebogen hilft Dir zu erkennen,

- an welchen beruflichen Tätigkeiten Du besonders interessiert bist,
- wo Du Deine beruflichen Stärken oder Schwächen siehst.

Du kannst an dem BWT teilnehmen,

- wenn Du zwischen 13 und 18 Jahre alt bist,
- eine Haupt- oder Realschule oder eine vergleichbare Schule besuchst oder besucht hast und
- die deutsche Sprache sicher beherrscht.

Wenn Du an dem BWT teilnehmen möchtest, dann spreche mit Deiner Berufsberaterin oder Deinem Berufsberater darüber. Von ihr oder von ihm wirst Du dann zur Teilnahme angemeldet und vom psychologischen Dienst der Agentur für Arbeit zum Test eingeladen.

Der BWT dauert ca. 3 Stunden. Die Aufgaben kannst Du am PC bearbeiten.

In einem folgenden Gespräch erklärt Dir Deine Beraterin oder Dein Berater ausführlich, zu welchen Ergebnissen Du gekommen bist und wie Du diese Ergebnisse bei Deiner Berufswahl berücksichtigen kannst.

Angebote der Agentur für Arbeit

Schriften und Medien zur Vorbereitung Deiner Berufswahl

Bei der Vielzahl von Medien, die von der Bundesagentur oder der örtlichen Agentur für Arbeit herausgegeben werden, fällt es nicht immer leicht zu erkennen, welche davon für Deine eigene Berufswahl hilfreich sein können. Um Dir einen Überblick zu ermöglichen, haben wir die wichtigsten kurz beschrieben.

Die aufgeführten Schriften werden entweder an Deiner Schule verteilt oder Du erhältst sie im BiZ der örtlichen Agentur für Arbeit

	<p>„BERUF AKTUELL“</p> <p>...ist ein Taschenbuch, in dem Berufe, die in Betrieben, Schulen oder Behörden erlernt werden können, in kurzer, lexikonartiger Form beschrieben werden.</p> <p>Außerdem wird in diesem Taschenbuch unter anderem erklärt, was ein anerkannter Ausbildungsberuf ist, welche gesetzlichen Grundlagen für die Berufsausbildung wichtig sind und welche finanziellen Hilfen es gibt.</p> <p>BERUF AKTUELL erscheint 1x jährlich.</p>
	<p>planet-beruf.de – Berufswahlmagazin</p> <p>...erscheint 6 x im Jahr, du erhältst es kostenlos an deiner Schule. Jedes Heft enthält spannende Beiträge über Ausbildung und Beruf. Deine Stars erzählen von ihren eigenen Erfahrungen mit diesem Thema.</p>
	<p>planet-beruf.de – Schritt für Schritt zur Berufswahl</p> <p>...ist ein Arbeitsheft, das du kostenlos von deinem Lehrer/deiner Lehrerin bekommst. Es hilft dir dabei, deine Interessen und Stärken herauszufinden. Damit wird es für dich leichter, einen Beruf zu finden, der zu dir passt.</p>
	<p>Regionale Informationsschriften</p> <p>...die Berufsberatung und das BiZ Deiner örtlichen Agentur für Arbeit hält für Dich auch eine regionale Informationsschrift bereit.</p> <p>Der Titel dieser Schrift (z.B. „WEGWEISER Ausbildung-Beruf“) ist von Agentur zu Agentur unterschiedlich aber die Inhalte sind sich ähnlich.</p> <p>Jede Schrift</p> <ul style="list-style-type: none"> • vermittelt Dir einen in der Regel Überblick über betriebliche und schulische Ausbildungsmöglichkeiten, die „vor Ort“ angeboten werden, • informiert über weiterführende Schulen und • enthält alle wichtigen Adressen. <p>Die regionalen Informationsschriften erscheinen 1x jährlich</p>

Angebote der Agentur für Arbeit






Internetprogramme zur Vorbereitung Deiner Berufswahl

Wenn Du im Internet die Adresse

www.arbeitsagentur.de

aufrufst, findest Du dort eine Vielzahl von Programmangeboten zum Thema Ausbildung und Beruf. Es sind Datenbanken, interaktive Programme und Online-Ausgaben von Magazinen, die Dir bei Deiner Berufswahl helfen können.

Die wichtigsten Programme haben wir für Dich kurz beschrieben.

	<p>In dieser Datenbank findest Du alles, was Du über Berufe wissen möchtest.</p> <p>Das Programm enthält ausführliche Informationen zur Ausbildung, Tätigkeit, Spezialisierung, Weiterbildung und vieles mehr.</p>
	<p>Wenn Du Dich über schulische Berufsausbildungen informieren möchtest oder Anschriften von beruflichen Schulen suchst, dann findest Du sie in dieser Datenbank</p>
	<p>planet-beruf.de ist das Internetportal, das dich auf dem Weg zu deinem Beruf begleitet. Hier findest du jede Woche spannende Beiträge über alles rund um Ausbildung und Beruf. Auf planet-beruf.de kannst du auch das BERUFE-Universum und das Bewerbungstraining starten.</p>
	<p>Mit dem BERUFE-Universum kannst du deine Stärken, Interessen und Verhaltensweisen einschätzen. Damit findest du heraus, welche Ausbildungsberufe genau zu dir passen. Das BERUFE-Universum kannst du unter www.planet-beruf.de starten. Das Programm gibt es auch auf CD-ROM</p>
	<p>Das Bewerbungstraining macht dich fit für deine Bewerbung. Es zeigt dir, wie Lebensläufe und Anschreiben aussehen müssen, damit sie bei Arbeitgebern gut ankommen. Außerdem erfährst du alles über Auswahltest und Vorstellungsgespräch. Das Bewerbungstraining kannst du unter www.planet-beruf.de starten. Das Programm gibt es auch auf CD-ROM</p>

Angebote zur geschlechtsspezifischen Berufsorientierung

Nach wie vor gibt es traditionelle Frauen- und traditionelle Männerberufe: Mädchen wählen zum großen Teil Berufe im sozialen, kaufmännischen, gestalterischen und Gesundheitsbereich, Jungen technische und handwerkliche Berufe. Wenn diese Entscheidung deinem persönlichen Profil entspricht, ist das in Ordnung.

Es gibt mehr interessante Berufe als du dir vermutlich vorstellen kannst. Die folgenden Veranstaltungen und Internetseiten sind Angebote, die dich unterstützen, damit du möglichst viel Klarheit über deine Interessen und Fähigkeiten und die Anforderungen der Berufs- und Arbeitswelt erlangst. Du entscheidest eigenverantwortlich, welche Angebote du nutzt.

- Girls' Day – Mädchen-Zukunftstag: jährlich am 4. Donnerstag im April
- Veranstaltungen der regionalen Kammern und Verbände
- Überregionale Internetadressen

– **www.girlsday.de**

Auf diesen Seiten finden sich jede Menge Berufsbilder, Links, Anregungen und Tipps für die Berufsorientierung von Mädchen.

– **www.neue-wege-fuer-jungs.de**

Internetportal, das Jungen die Möglichkeit bietet, sich mit persönlichen Lebenszielen und Berufswünschen auseinander zu setzen. Hier werden Informationsmaterialien, Praxishilfen, Checklisten, usw. rund um das Thema Berufs- und Lebensplanung von Jungen angeboten.

– **www.bibb.de**

Das Bundesinstitut für Berufsbildung (BIBB) informiert über verschiedene Berufsbilder und stellt umfangreiche Statistiken rund um das Thema Ausbildung zur Verfügung.

– **www.fluter.de**

Das Online-Jugendmagazin der Bundeszentrale für politische Bildung mit zahlreichen Beiträgen zu aktuellen politischen Themen sowie Film- und Literaturtipps.

– **Berufsportal für Mädchen (www.girlsfirst.mainz.de)**

Portal zur Berufsfindung von Mädchen

– **www.idee-it.de**

Webseiten für Mädchen zu den IT- und Medienberufen mit Berufsbeschreibungen, Bewerbungstipps, Verdienstmöglichkeiten, Azubi-Interviews, Links und vieles mehr

- Webseiten der Initiative des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend mit Informationen zur Berufswahl in der IT- und Medienbranche

– **www.kids-hotline.de**

Diese Webseite bietet Jugendlichen eine Onlineberatung. In diversen Foren können sich Jugendliche mit Gleichgesinnten über alle Fragen des Lebens austauschen, wie z.B. Freundschaft, Familie, Schule, Sucht und Gewalt. Es ist aber auch möglich, eine Einzelberatung zu bekommen.

– **www.lizzynet.de**

LizzyNet ist ein Online-Portal von Schulen ans Netz e.V. für Mädchen und junge Frauen. Die breite Palette von aktuellen ausgewählten Informationen, z. B. zu den Bereichen Leben & Politik, Schule & Beruf, Forschung & Wissen, Körper & Geist, Netz & Multimedia ist sicherlich nicht nur für Mädchen sondern auch für Jungen interessant.

– **www.planet-beruf.de**

Hier bietet die Arbeitsagentur viele Informationen zur Berufsorientierung sowie zahlreiche Bewerbungstipps.

– **www.berufenet.de**

Das ist eine Datenbank der Arbeitsagentur, aus der heraus alle wichtigen Informationen zu einer Vielzahl von Berufen aufrufbar sind mit anschaulichen Filmen oder Diaserien.

– **www.bibb.de/de/846.htm**

Auf der Seite des Bundesinstituts für Berufsbildung, BIBB, könnt ihr euch über neu geordnete und neue Ausbildungsberufe informieren.

– **Frauen in Technik- und Informatikberufen (www.werde-informatikerin.de)**

Eine Initiative des Bundesministeriums für Bildung und Forschung; Informationen zu Tätigkeiten und Studium, Schnupperstudien sowie Praktikumsangeboten im Bereich Informatik und Technik speziell für Mädchen.

- Regionale Angebote:

– **www**.....

– **www**.....

Abschnitt 2.1. Mein persönliches Profil

- Erläuterungen zum persönlichen Profil
- Meine Stärken bestimmen (Selbsteinschätzung, Fremdeinschätzung, Auswertung, Zusammenstellen)
- Meine Interessen klären
- Meine Ziele klären
- Mein persönliches Kompetenzprofil (Zusammenstellen von Stärken, Interessen und Zielen zum persönlichen Profil)

Mit deinem persönlichen Profil zeigst du, wer du bist und was du kannst. So wie sich dein Aussehen verändern wird, werden sich auch deine Interessen und Fähigkeiten verändern. Wie du das Profil deiner Stärken, Fähigkeiten und Interessen bestimmen und mit deinem Kompetenzprofil arbeiten kannst, zeigen die nächsten Seiten.

An dieser Stelle kannst du jeweils ein aktuelles Foto von dir einkleben.

Klasse 7

Klasse 8

Klasse 9

Klasse 10

Mein persönliches Profil

Erläuterungen zum persönlichen Profil

Wer weiß, wohin er will, kann dort auch ankommen. Es lohnt sich, Klarheit über die eigenen Stärken, Fähigkeiten, Interessen und Ziele zu erlangen.

So schätze ich meine Stärken ein und kläre meine Fähigkeiten¹

Deine Kompetenzen entwickelst du in der Schule, aber auch in der Freizeit und in der Familie. Fragen, die dich bei der Bestimmung deiner Fähigkeiten unterstützen:

- Kann ich mir selbstständig Wissen erarbeiten, kann ich Referate oder Vorträge planen?
- Kann ich Informationen sicher beschaffen und auswerten? Kann ich auftretende Probleme lösen?
- Beherrsche ich Grundkenntnisse und Fachbegriffe in einzelnen Schulfächern?
- Besitze ich besondere Fähigkeiten, die zum Beispiel bei der Arbeit im Unterricht oder in Projekten, in Jugendgruppen oder bei der Lösung von Konflikten sichtbar werden?
- Beteilige ich mich an besonderen Aktivitäten (Klassenämter, Schülerzeitung, Lernpatenschaften)?
- Bin ich aktiv, engagiere ich mich für meine Ziele und setze ich mich auch für andere ein?
- Bin ich ausdauernd, zuverlässig?

Wie du dich selbst siehst, (Selbsteinschätzung) und wie dich deine Mitschülerinnen und Mitschüler, Eltern, Verwandten und Lehrerinnen und Lehrer sehen (Fremdeinschätzung) zeigen jeweils aus unterschiedlicher Sicht dein Stärkenprofil. Welches trifft am ehesten zu?

So bestimme ich meine Ziele

Ziele, Meinungen und Pläne ändern sich. In welche Richtung du dabei gehst, beeinflusst du ein ganzes Stück selbst.

Folgende Fragen helfen dir bei der Klärung:

1. Wie lebst du heute?

- Wie gefällt dir das Zusammenleben in deiner Familie?
- Was machst du in deiner Freizeit? Mit wem verbringst du sie?
- Bist du mit deinen Schulleistungen zufrieden?
- Womit bist du in deinem Leben zufrieden, womit unzufrieden?

2. Was wünschst du dir für deine Zukunft?

- Wie möchtest du später wohnen?
- Möchtest du eine Familie gründen und Kinder haben? Wer sollte welchen Teil der Hausarbeit machen? Wer sollte kochen, einkaufen, die Wohnung in Ordnung halten? Wie möchtest du Familie und Beruf vereinbaren?
- Welchen Beruf möchtest du erlernen? Möchtest du ganztags berufstätig sein oder halbtags?
- Wie möchtest du deine Freizeit gestalten? Möchtest du dich in einem Verein oder in einer anderen Gruppe engagieren, ehrenamtlich tätig werden?

Deine Stärken, Fähigkeiten, Interessen und Ziele können sich ändern. Deshalb solltest du von Zeit zu Zeit die Bestimmung deiner Stärken Fähigkeiten, Interessen und Ziele wiederholen. Es ist spannend zu verfolgen, wie du dich entwickeln wirst.

¹ Zur Ermittlung deiner Fähigkeiten findest du im Schülerarbeitsheft „Schritt für Schritt zur Berufswahl“ von planet-beruf.de viele Hinweise und Anregungen.

Mein persönliches Profil

Meine Stärken bestimmen

Deine Stärken kannst du bestimmen und überprüfen. Du selbst schreibst deine Stärken auf und bittest mehrere andere Personen, dich ebenfalls einzuschätzen. Dafür kannst du die Bögen auf den folgenden Seiten verwenden.

Beim Vergleichen der Einschätzungen wirst du Übereinstimmungen und Unterschiede finden. Damit bekommst du wichtige Hinweise für deine weitere Planung.

Hinweise für Arbeit mit den Bögen:

- Bei der Bearbeitung der Bögen setzt du jeweils ein Kreuz in die Felder von +2 bis -2. Wenn etwas vollkommen zutrifft, wird das Kreuz bei +2 gesetzt, wenn es überhaupt nicht zutrifft bei -2.
- In dem Auswertungsbogen erhältst du ein Ergebnis, wenn du die Kreuze aller Bögen zusammen einträgst. Dann kannst du ablesen, wo es Übereinstimmungen oder Unterschiede gibt.
- Jetzt kannst du planen, welche Stärken du weiter ausbauen willst.

Außerdem solltest du weitere Gelegenheiten nutzen, um deinen Fähigkeiten, Interessen und Zielen auf die Spur zu kommen:

- Im Internetangebot www.planet-beruf.de kannst du dir alle Arbeitsblätter zu deinen Fähigkeiten und Interessen einzeln ausdrucken (Heftübersicht -> Schritt für Schritt zur Berufswahl -> Berufliche Interessen)
- Du kannst deine Fähigkeiten aufschreiben – ein Beispiel für einen Auswertungsbogen findest du ebenfalls im Internet – und dann dazu passende Berufe bestimmen.

Dabei hilft dir:

- Das BERUFE-Universum unter www.planet-beruf.de (Das Programm gibt es auch auf CD-ROM)
- Das Schülerarbeitsheft „Schritt für Schritt zur Berufswahl“ von planet-beruf.de (frag deinen Lehrer/deine Lehrerin danach)
- Eine weitere Möglichkeit, um dich selbst besser einschätzen zu können, ist die Teilnahme an Verfahren zur Kompetenzfeststellung. Erkundige dich, welche Möglichkeiten an deiner Schule, in deiner Region hierzu angeboten werden.

Deine Fähigkeiten, Interessen und Ziele können sich ändern (z.B. nach einem Betriebspraktikum). Deshalb solltest du von Zeit zu Zeit die Bestimmung deiner Fähigkeiten, Interessen und Ziele wiederholen. Möglicherweise entdeckst du ganz neue Fähigkeiten, die du beherrschst.

Mein persönliches Profil

Meine Stärken bestimmen

Selbsteinschätzung

Ich über mich

Name: _____ Datum: _____

+2 +1 -1 -2

Organisation

- A. Ich kann meine Zeit einteilen (z.B. bei Hausaufgaben)
- B. Bevor ich einen Auftrag erledige, überlege ich mir die einzelnen Schritte
- C. Unter Zeitdruck gerate ich nicht in Panik
- D. Ich kann schnell und überlegt entscheiden
- E. Ich halte ein, was ich zugesagt habe und vergesse keine Termine

Arbeitsweise

- A. Ich lege Wert auf Ordnung
- B. Schriftliche Arbeiten fertige ich schnell und übersichtlich an
- C. Ich kann rasch und zügig arbeiten
- D. Ich arbeite meistens selbstständig und benötige kaum Hilfe
- E. Ich kann länger konzentriert bei einer Sache bleiben
- F. Ich arbeite sehr sorgfältig und genau
- G. Ich kann Wichtiges von Unwichtigem unterscheiden

Gruppenverhalten

- A. Ich kann gut in einer Gruppe arbeiten
- B. Ich bin kontaktfreudig und lerne schnell neue Leute kennen
- C. Anderen helfe ich gern
- D. Ich übernehme Aufgaben für die Schulgemeinschaft
- E. Ich kann bei einem Streit auch nachgeben
- F. Ich kann es hinnehmen, wenn ich für Fehler kritisiert werde

Begabung

- A. Ich kann Entfernungen und Größen gut einschätzen
(räumliches Vorstellungsvermögen)
- B. Ich komme mit Mathematik-Aufgaben gut zurecht
- C. Ich kann Zusammenhänge schnell und leicht begreifen
- D. Texte lese und verstehe ich schnell
- E. Ich kann mich mündlich und schriftlich gut ausdrücken
- F. Fremdsprachen erlerne ich schnell
- G. Bei Problemen fallen mir verschiedene Lösungswege ein
- H. Ich bin handwerklich geschickt und arbeite gern praktisch

Mein persönliches Profil

Meine Stärken bestimmen

Fremdeinschätzung

Andere (Lehrkraft/Eltern/Betrieb/ Mitschülerin/Mitschüler) über mich

Name: _____ ausgefüllt von: _____ Datum: _____

+2 +1 -1 -2

Organisation

- A. ... kann ihre/seine Zeit einteilen (z.B. bei Hausaufgaben)
- B. ... überlegt die einzelnen Schritte, bevor sie/er einen Auftrag erledigt
- C. ... gerät unter Zeitdruck nicht in Panik
- D. ... kann schnell und überlegt entscheiden
- E. ... hält ein, was sie/er zugesagt hat und vergisst keine Termine

Arbeitsweise

- A. ... legt Wert auf Ordnung
- B. ... fertigt schriftliche Arbeiten schnell und übersichtlich an
- C. ... kann rasch und zügig arbeiten
- D. ... arbeitet meistens selbstständig und benötigt kaum Hilfe
- E. ... kann länger konzentriert bei einer Sache bleiben
- F. ... arbeitet sehr sorgfältig und genau
- G. ... kann Wichtiges von Unwichtigem unterscheiden

Gruppenverhalten

- A. ... kann gut in einer Gruppe arbeiten
- B. ... ist kontaktfreudig und lernt schnell neue Leute kennen
- C. ... hilft anderen gern
- D. ... übernimmt Aufgaben für die Schulgemeinschaft
- E. ... kann bei einem Streit auch nachgeben
- F. ... kann es hinnehmen, wenn sie/er für Fehler kritisiert wird

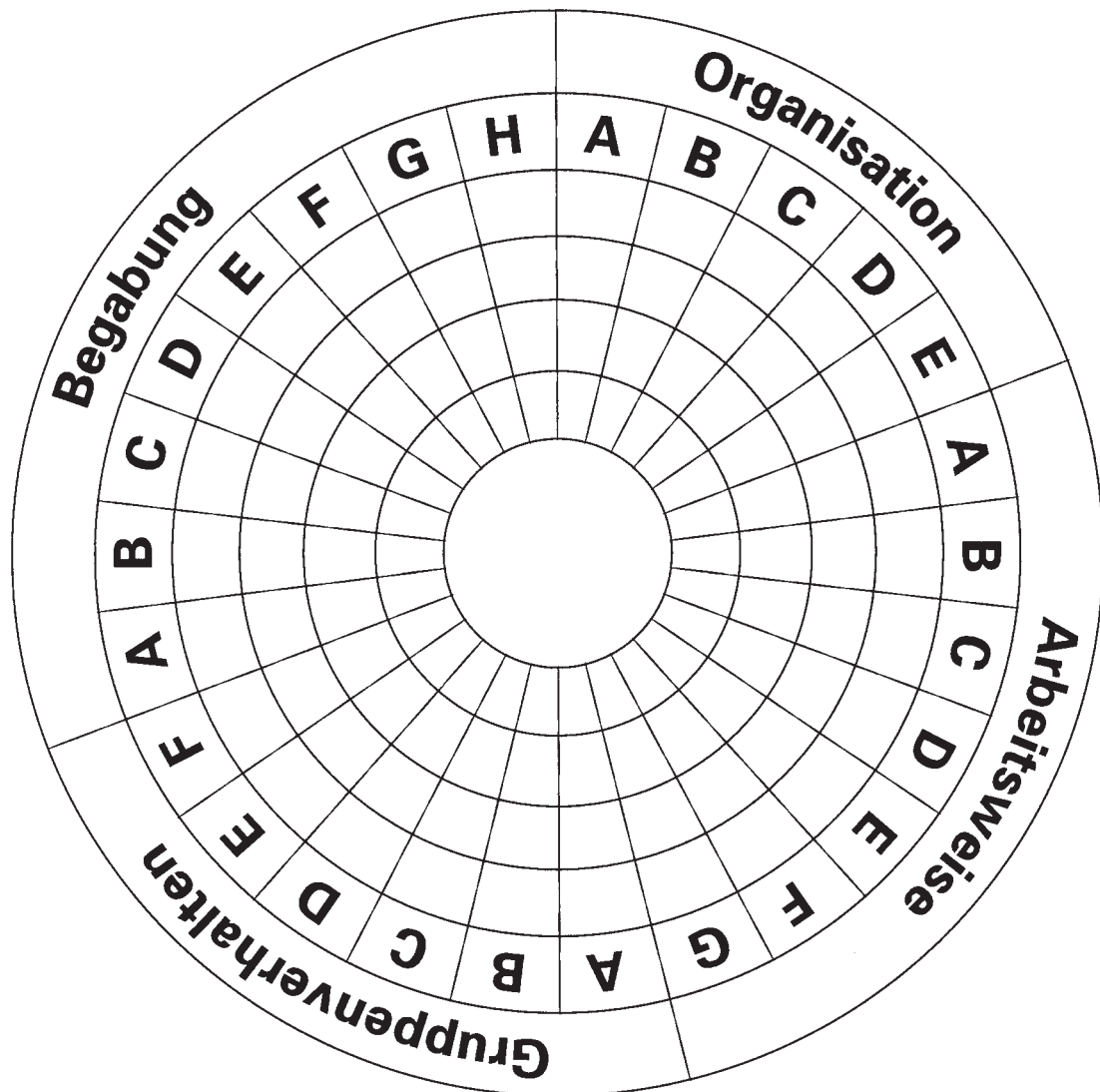
Begabung

- A. ... kann Entfernungen und Größen gut einschätzen
(räumliches Vorstellungsvermögen)
- B. ... kommt mit Mathematik-Aufgaben gut zurecht
- C. ... kann Zusammenhänge schnell und leicht begreifen
- D. ... liest und versteht Texte schnell
- E. ... kann sich mündlich und schriftlich gut ausdrücken
- F. ... erlernt Fremdsprachen schnell
- G. ... fallen bei Problemen verschiedene Lösungswege ein
- H. ... ist handwerklich geschickt und arbeitet gern praktisch

Mein persönliches Profil

Auswertung der Selbst- und Fremdeinschätzung: Mein Stärkenprofil

Die Auswertung der Selbst- und der Fremdeinschätzungen ergeben dein Profil. Übereinstimmungen zeigen dir, welche Stärken eindeutig auf dich zutreffen. Abweichungen fordern dich auf, zu überprüfen, was stimmt. Die Auswertung gibt dir wichtige Hinweise für deine weitere Planung.



Mein persönliches Profil

Zusammenstellen von Stärken zum persönlichen Profil

Name: _____

Datum: _____

Auswertung der Selbst- und Fremdeinschätzung

Hier stimmen die Aussagen anderer zu meinen Stärken mit meiner Sicht überein:

Hier stimmen die Aussagen anderer zu meinen Stärken mit meiner Sicht nicht überein:

Um zu überprüfen, welche Einschätzung zutrifft, werde ich:

Unterschrift (Schülerin/Schüler): _____

Mein persönliches Profil

Mein persönliches Kompetenzprofil

Wenn man klare Ziele vor Augen hat, versucht man, sie auch zu erreichen. Die von dir ermittelten Tätigkeiten geben dir wichtige Hinweise, um deine Ziele zu klären. In einem zweiten Schritt überlegst du, was du tun wirst, um diese Ziele zu erreichen: Welche Stärken und Fähigkeiten du bereits besitzt und welche dir zum Erreichen des Zieles noch fehlen.

Name: _____

Datum: _____

Persönliches Kompetenzprofil		
Das sind meine wichtigsten Stärken:	Das sind meine wichtigsten Fähigkeiten:	Das sind meine wichtigsten Ziele:

Das will ich erreichen

Um meine Ziele zu erreichen, werde ich folgendes tun:
(Gemeinsame Überlegungen für die weitere Planung)

Unterschrift (Schülerin/Schüler): _____

Unterschrift (Lernbegleitung): _____

Abschnitt 2.2. Meine Lernplanung

- Ermitteln und kennen lernen von beruflichen Anforderungsprofilen
- Vergleich meines persönlichen Profils mit den Anforderungen
- Anregungen zur Lernplanung
- Lernplanung und Lernvereinbarung
- Ergänzen meines persönlichen Profils und planen meines weiteren Lernens

Ermitteln und kennen lernen von beruflichen Anforderungsprofilen

Das eigene Profil muss zu den Anforderungen in der Berufs- und Arbeitswelt passen. Je früher du weißt, welche Anforderungen mit deinen beruflichen Zielen auf dich zukommen und ob du diesen Anforderungen gewachsen bist, desto eher kannst du deine Lernplanung darauf einstellen.

Um zu ermitteln, ob die Anforderungen zu deinem persönlichen Profil passen, kannst du die Anforderungen in einem Profil zusammenfassen und mit deinen Fähigkeiten vergleichen.

Das Anforderungsprofil für deinen gewünschten Beruf erstellst du, in dem du z.B.:¹

- Betriebserkundungen, Lehrstellenbörsen, Informationsveranstaltungen der Kammern, „Tage der Offenen Tür“ in beruflichen Schulen oder Hochschulen, usw. auswertest
- Betriebs- und Ferienpraktika auswertest
- mit dem BERUFE-Universum oder dem Schülerarbeitsheft „Schritt für Schritt zur Berufswahl“ von planet-beruf.de arbeitest
- im Berufsinformationszentrum der Agentur für Arbeit Informationen auswertest und dich von Berufsberaterinnen/Berufsberatern der Agentur für Arbeit beraten lässt.

Das Anforderungsprofil der weiterführenden Schule kannst du erstellen, in dem du z.B.:

- in Gesprächen mit Schülerinnen oder Schülern und den in der weiterführenden Schule unterrichtenden Lehrerinnen und Lehrern die Anforderungen erkundest
- an Unterrichtsstunden an weiterführenden Schulen teilnimmst
- mit einem spezifischen Arbeitsauftrag die weiterführende Schule erkundest.

Wenn du feststellst, dass deine Fähigkeiten nicht zu den Anforderungen passen, entscheidest du, ob du deine Ziele den Anforderungen anpasst oder deine Fähigkeiten erweiterst. Hierzu kannst du die Übersicht „Ich plane meine Lernarbeit“ verwenden.

Übersteigen deine Fähigkeiten die Anforderungen, solltest du dir mehr zutrauen und dir neue Ziele setzen.

¹ Hinweise und Anregungen wie du dich richtig informieren kannst, findest du bei planet-beruf.de unter der Rubrik „Jetzt starten -> Hol dir Infos“

Meine Lernplanung

Ermitteln und kennen lernen von beruflichen Anforderungsprofilen: Praktika planen, realisieren, auswerten

Ein wichtiger Meilenstein deiner Berufsorientierung sind aber auch Betriebspraktika. Was dir das Praktikum bringen wird, hängt auch davon ab, ob du

- dein Praktikum rechtzeitig und richtig vorbereitetest
- während des Praktikums auf die richtigen Dinge achtest und genau beobachtest und
- die Ergebnisse in einem Praktikumsbericht auswertest und dokumentierst.

Vorbereitung

- Entscheide dich früh, welchen Beruf du während des Praktikums erkunden willst
- Erkundige dich, was du vor Beginn des Praktikums organisieren musst (z.B. Arbeitskleidung, Hinfahrt/Rückfahrt, Bescheinigungen, usw.)
- Entscheide dich und halte schriftlich fest:
 - deine Erwartungen an das Praktikum
 - ob und ggf. welche besondere Lernaufgabe du in Absprache mit dem Betrieb und deinen Lehrerinnen oder Lehrern bearbeiten möchtest
- Vereinbare mit deinem Betrieb vor Beginn des Praktikums den Ablauf.

Durchführung

- Schreibe während des Praktikums auf,
 - die Aufgaben, Zielsetzung und Marktbedingungen des Betriebes
 - welche Tätigkeiten (Arbeitsschritte und Arbeitsabläufe) du übernimmst und welche Arbeitsmittel du dabei verwendest
 - welche Anforderungen an dich gestellt werden und welche deiner Fähigkeiten du bei der Ausübung dieser Tätigkeiten anwenden kannst.
- Arbeite an deiner besonderen Lernaufgabe
- Befrage die Auszubildenden nach ihren Erfahrungen mit der Berufsausbildung
- Bitte den Betrieb um eine qualifizierte Bescheinigung
- Bitte die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Betriebes um Rückmeldungen über deine Arbeit.

Auswertung

- Erstelle deinen Praktikumsbericht. Untersuche dabei folgende Aspekte:
 - inwieweit deine Erwartungen an das Praktikum erfüllt/nicht erfüllt wurden
 - welche Kenntnisse, Fähigkeiten und Fertigkeiten du während des Betriebspraktikums erworben hast
 - ob dein persönliches Profil zu den Anforderungen im Betriebspraktikum passt
 - welche Konsequenzen du für deinen weiteren Bildungsweg aus den Erfahrungen im Betriebspraktikum ziehst.
- Berichte über die von dir angefertigte besondere Lernaufgabe und überprüfe, ob und inwieweit du die von dir selbst gesetzten Ziele erreicht hast.

Meine Lernplanung

Vergleich meines persönlichen Profils mit den Anforderungen

Name: _____

Datum: _____

Interessen		
Diese Interessen wurden bestätigt (Praktikum, Lehrstellenbörse usw.):	Neue Interessen:	Änderung des angestrebten Berufs/Bildungsgangs:
		nein
		ja

Interessen

a. Welche Anforderungen entsprechen meinen Kompetenzen?

b. Welche Anforderungen werden nicht durch meine Kompetenzen gedeckt?

Wenn du Fähigkeiten ausbauen oder zusätzlich erwerben möchtest, kannst du die folgende Übersicht zur Lernplanung verwenden:

Das will ich erreichen

Ich möchte mich in einigen Bereichen verbessern und nehme mir deshalb vor:
(Gemeinsame Überlegungen für die weitere Planung)

Unterschrift (Schülerin/Schüler): _____

Unterschrift (Lernbegleitung): _____

Meine Lernplanung

Anregungen zur Lernplanung

Um deine Ziele zu erreichen, solltest du darüber nachdenken:

- Welche Fähigkeiten fehlen mir, um meine schulischen Leistungen zu verbessern/um mein Berufsziel zu erreichen? (In welchem Fach z.B. muss ich bessere Leistungen erbringen?)
- Welche persönlichen Stärken muss ich zur Erreichung meines Berufsziels noch ausbauen?
- Kann ich mein Lernen organisieren? (Wie plane ich mein Vorgehen? Setze ich mir Ziele und konkrete Arbeitsschwerpunkte? Lege ich fest, bis wann ich was erledigt haben möchte? Plane ich einzelne Lernschritte und bitte ich meine Lehrerinnen und Lehrer um Unterstützung?)
- Kann ich meinen Lernfortschritt auswerten und meine Lernfähigkeit realistisch einschätzen?

Es ist wichtig, dass du selber über dein Lernen nachdenkst und dir Ziele setzt.

Deine Lehrerinnen und Lehrer können dich durch ihre Beratung dabei unterstützen. Sie können dich bei folgenden Fragen beraten:

- Wie habe ich bisher gearbeitet? Reichen meine Leistungen für das gewünschte Ziel aus?
- Welche Lern- und Arbeitsschritte muss ich festlegen, damit ich meine selbst gesteckten Ziele erreichen kann? Wer kann mich dabei unterstützen?
- Wie kann ich meine Lernrückstände beheben? Wer erarbeitet dazu mit mir ein zu mir passendes Vorhaben? Wie kann ich meine Lernfortschritte überprüfen?
- Wie kann ich einen Zeitplan zur Bearbeitung meiner Vorhaben aufstellen? Mit wem kann ich Termine zur Überprüfung der Zwischenschritte vereinbaren?
- Wie kann ich Hilfe/Unterstützung bei meiner Lernplanung erhalten?

Im Internet (www.berufswahlpass.de) findest du Arbeitsmaterialien, die du bei der Durchführung deiner persönlichen Lernplanung – auch während deines Betriebspraktikums – benutzen kannst.

Meine Lernplanung

Lernplanung und Lernvereinbarung:

Ich plane meine Lernarbeit

Name: _____

Datum: _____

Diese Fähigkeiten möchte ich erwerben/ausbauen	
So setze ich das um	
bis wann	
erledigt am	
Lernfortschritte	Diese Fähigkeiten habe ich erworben: Daran will ich weiter arbeiten:

Unterschrift (Schülerin/Schüler): _____

Unterschrift (Lernbegleitung): _____

Meine Lernplanung

Lernplanung und Lernvereinbarung: Auswertungsfragen

Nicht alles, was man sich vornimmt, erreicht man immer. Vielleicht hat man sich zuviel vorgenommen oder besondere Probleme standen im Weg. Wer weiß, woran es lag, kommt besser voran.

Wenn du weißt, ob du erreicht hast, was du dir vorgenommen hast, was dir dabei geholfen hat oder was dich gehindert hat, kannst du die Erfahrung für den nächsten Schritt nutzen.

Für die Auswertung der Lernschritte sind folgende Fragen hilfreich. Deine Antworten geben dir Hinweise, welche Schritte du erfolgreich gegangen bist und an welchen Stellen du deine Lern- und Arbeitsorganisation eventuell verändern solltest:

- Welche Ziele wollte ich erreichen bzw. welche Fähigkeiten wollte ich erwerben oder entwickeln?
- Wie weit ist mir das gelungen?
- Was hat mich daran gehindert, meine Ziele zu erreichen?
- Was habe ich getan, um Schwierigkeiten zu überwinden?
- Welche Hilfestellungen/Unterstützung habe ich angefordert und welche Hilfe habe ich bekommen?
- Was würde ich anders machen, wenn ich nochmals beginnen würde?
- Wobei hat mir die Lernplanung geholfen?
- Welche weiteren Arbeitsschwerpunkte nehme ich mir vor?

Deine Lernplanung und die Auswertung kannst du im Teil 3 deines Berufswahlpasses dokumentieren.

Meine Lernplanung

Lernplanung und Lernvereinbarung: Lernvereinbarung

Wenn du deinen Lernprozess organisierst, d.h.

- Lernschritte festlegst
- Lernberatung abrufst
- die Zielerreichung überprüfst
- und den Lernprozess und die Lernergebnisse auswertest,

kannst du das eigene Lernen optimieren und die Erfahrungen für deine nächsten Schritte nutzen.

Fragen Was will ich wissen?	Schritte Wie gehe ich vor? An wen wende ich mich?	Termine Bis wann erledigt?	Zielerreichung/ weitere Fragen

Um mich noch mehr festzulegen, teile ich meine Pläne folgendem/r Paten/in mit:

_____ und bitte diesen Paten,
nach Ablauf des genannten Termins nachzufragen, ob und was ich tatsächlich unternommen habe.

Unterschrift der Schülerin/des Schülers: _____

Unterschrift der Patin/des Paten: _____

Meine Lernplanung

Ergänzen meines persönlichen Profils und planen meines weiteren Lernens

Im Rahmen zahlreicher Entscheidungen während deiner bisherigen Schullaufbahn hast du festgestellt, wie hilfreich Klarheit hinsichtlich der eigenen Stärken, Fähigkeiten, Interessen und Ziele gewesen ist.

Von Zeit zu Zeit hast du dein Kompetenzprofil fortgeschrieben, dabei immer mehr über deine Stärken, Fähigkeiten, Interessen und Ziele erfahren und durch Lernplanung die Ziele und Fähigkeiten immer stärker in Übereinstimmung gebracht.

Verfolge diesen erfolgreichen Weg weiter und schreibe dein Kompetenzprofil weiter fort. Dies kann wie bisher durch die individuelle Überprüfung der erstellten Kompetenzprofile und Zielperspektiven geschehen, aber auch durch die Teilnahme an einem Zielorientierungseminar oder anderen Kompetenzfeststellungsverfahren.

Um den Übergang von der Schule in das Berufsleben bzw. eine weiterführende Schule erfolgreich planen und realisieren zu können, solltest du möglichst viele Informationen auswerten.

Hierzu gehören:

- Planung und Besuch von Informationsveranstaltungen (Agentur für Arbeit, Berufsorientierende Messen, Kammern, weiterführende Schulen)
- Planung und Durchführung von Betriebs- oder Sozialpraktika, Betriebserkundungen, Expertengesprächen und Shadowing.

Die genannten Erkundungen planst und wertest du interessen- und zielgeleitet aus:

- Sie können berufsorientierende Inhalte haben, z.B.:
 - Berufsbilder erstellen und dokumentieren, präsentieren
 - Weiterführende Schulen erkunden; dokumentieren, präsentieren
 - Finanzierungsmöglichkeiten der Ausbildung erkunden und dokumentieren, präsentieren
 - Arten von Zusatzqualifikationen erkunden, bewerten und dokumentieren, präsentieren
- Aspekte des Fachunterrichts aufgreifen, z.B.:
 - Expertenbefragungen zu wirtschaftlichen Fragestellungen erarbeiten, durchführen und dokumentieren, präsentieren
 - Expertenbefragungen zu Verbindungen zwischen schulischen Fächern und Berufen erarbeiten, durchführen und dokumentieren, präsentieren
 - Erkundung und Dokumentation aktueller Berufsbilder, Ausbildungsbedingungen, Arbeitsplätze rund um (Fach oder Themenbereich innerhalb eines Faches)
- oder sich mit dem Erschließen von gesellschaftlichen Handlungsmöglichkeiten befassen, z.B.:
 - Erkundung und Dokumentation zum Freiwilligen Sozialen Jahr, Freiwilligen Ökologischen Jahr, Bundeswehr, Zivildienst.

Abschnitt 2.3. Meine Übergangsschritte (Berufs- und Arbeitswelt/Schule)

- Hinweise zur Übergangsplanung
- Übergangsschritte planen, umsetzen, auswerten

Hinweise zur Übergangsplanung

Am Ende der Sekundarstufe I entscheidest du, ob du

- eine betriebliche Berufsausbildung beginnst
- eine schulische Berufsausbildung beginnst
- deine schulische Ausbildung an einer weiterführenden Schule fortsetzt.

Deinen Übergang solltest du rechtzeitig vorher, spätestens mit Beginn deines letzten Schuljahres, planen und vorbereiten.

Wenn du eine Berufsausbildung anstrebst, erstellst du Bewerbungsunterlagen¹, planst die einzelnen Schritte und legst in einem Zeitplan fest, wann du die einzelnen Schritte erledigst.

Wenn du eine weiterführende Schule besuchen möchtest, erkundigst du dich in Informationsveranstaltungen weiterführender Schulen und besorgst dir die Unterlagen für die Anmeldungen bzw. Bewerbung.

¹ Hinweise dazu findest du in der Materialsammlung im Internet (www.berufswahlpass.de) oder im Bewerbungstraining unter www.planet-beruf.de (das Programm gibt es auch als CD-ROM)

Meine Übergangsschritte

Übergangsschritte planen, umsetzen, auswerten

Die Aufgabe ist ...	So setze ich das um	wann	erledigt
Berufe (ggf. weiterführende Schulen) erkunden – Wo ich meine Ziele und Fähigkeiten am besten verwirklichen kann	• Ich bestimme meine Stärken, Interessen und Fähigkeiten		
	• Ich kläre meine Ziele		
	• Ich erkunde die Ausbildungsstellensituation bzw. die Zulassungsbedingungen		
	• Ich überprüfe die gesundheitlichen Voraussetzungen (Allergien z.B. können die Möglichkeiten einschränken und auch Farbenblindheit in Elektro- und Elektronikberufen)		
	• Ich werte Informationen aus (Internetrecherche, Zeitschriften, Berufs- und Studienberatungsschriften, Expertengespräche, Praktika, Erkundungen in Betrieben, weiterführenden Schulen, Messe für Berufsausbildung und Ausstellungen)		
	•		
Leistungen verbessern – Wie ich Ziele erreiche und mein Lernen plane	• Ich bestimme meine Leistungsrückstände und mein Leistungspotenzial in wichtigen Fächern		
	• Ich setze mir Lernziele, die mich meinem Berufsziel und/oder dem Besuch einer weiterführenden Schule näher bringen		
	• Ich plane meinen Lernweg und vereinbare Zwischenschritte		
	•		
Ich entscheide mich	• Ich überprüfe mein persönliches Profil und bewerte den aktuellen Stand		
	• Ich korrigiere ggf. meine Ziele und entwickle mögliche Alternativen		
	• Ich überprüfe in Beratungsgesprächen (an weiterführenden Schulen unterrichtende Lehrerinnen und Lehrer, Berufsberatung, Fachleute aus Unternehmen) meine Überlegungen und gewinne Entscheidungssicherheit		
	• Ich berate mich mit meinen Eltern und Vertrauten		
	•		
Ich plane meinen Übergang	• Ich erstelle einen Arbeits- und Zeitplan		
	• Ich informiere mich über Bewerbungsfristen, evtl. Zulassungsbeschränkungen, Bewerbungsverfahren, usw.		
	• Ich erstelle mein Kompetenzprofil und stelle meine Bewerbungsunterlagen zusammen (Bewerbungsschreiben, Lebenslauf)		
	• Ich verschicke meine Bewerbungsunterlagen		
	• Ich bereite mich auf die Test- und Vorstellungsverfahren vor (z.B. Bewerbungstraining)		
	•		
	•		

Aktivitätenübersicht

Die folgende Übersicht zeigt dir Beispiele für mögliche Aktivitäten im Bereich der Berufsorientierung. Wenn du diesen Bogen verwendest, kreuzt du an, welche Angebote du wahrnimmst und heftest die Bescheinigungen im Dokumentationsteil ab.

Klasse 7 8 9 10

Beratung

Mutter, Vater, Verwandte, Freunde, Bekannte
Klassenlehrer(in), Beratungs-, Fachlehrer(in)
Berufsberatung durch die Agentur für Arbeit

Aktivitäten außerhalb der Schule

Erkundung von Anforderungsprofilen im BIZ
Erkundung von Anforderungsprofilen in der Handwerkskammer
Erkundung von Anforderungsprofilen in der Handelskammer
Betriebserkundungen
Erkundungen im Betrieb der Eltern oder anderer Personen
Bewerbungstraining
Erkundungen an „Tagen der offenen Tür“ (Schulen, Betriebe)
Teilnahme am Unterricht in beruflichen Schulen
Erkundungen auf Berufsorientierenden Messen
Weitere außerschulische Aktivitäten wie z.B.
Mitarbeit innerhalb der kulturellen Bildungsarbeit
Teilnahme an einem Erste-Hilfe-Kurs

Aktivitäten innerhalb der Schule

Projekt zur Vereinbarkeit von Beruf und Familie
Lebensplanung
Bewerbungstraining
Erarbeiten von Anforderungsprofilen unterschiedlicher Berufe
Erarbeiten eines Basiswissens Wirtschaft
Erarbeiten von Grundlagen zur informationstechnischen Bildung
Mitarbeit in Kooperationsprojekten Schule/Betrieb

Praktika

schulische Praktika
Ferienpraktika
Praktikumstage (zusätzlich)

Von mir erstellte Unterlagen und Selbstbewertungen

Hier sammelst du die von dir selbst erstellten Unterlagen und Selbstbewertungen, die anschaulich zeigen, wie du dich persönlich entwickelt und welche Leistungen du im Rahmen deiner beruflichen Orientierung erbracht hast.

Du kannst zum Beispiel darüber berichten und dich dabei selbst einschätzen,

- welche und wie gut du Kenntnisse und Fertigkeiten im Unterricht erlernt hast
- welche Aktivitäten du in der Schule durchgeführt und welche Kenntnisse und Fähigkeiten du dabei erworben hast, z.B.:
 - bei Übernahme von Ämtern (Klassenbuchführerin bzw. -führer, Klassensprecherin oder Klassensprecher, Mitarbeit in den Mitbestimmungsgremien, Mitarbeit im Schulsanitätsdienst)
 - beim Engagement in der Schulgemeinschaft (Lernpatenschaften mit jüngeren Schülerinnen und Schülern, Arbeit als Streitschlichterin bzw. als Streitschlichter, Mitherausgabe einer Schülerzeitung, Gründung oder Mitarbeit in einem Schülerunternehmen)
- welche Aktivitäten du außerhalb der Schule durchgeführt und welche Kenntnisse und Fähigkeiten du dabei erworben hast, z.B.
 - Betriebspraktika, Ferienpraktikum
 - Mitarbeit in Vereinen, Jugendverbänden, Einrichtungen und Projekten im kulturellen Bereich (Musikgruppen, Chor, Orchester, Theater, Medien usw.).
 - freiwilliges Engagement, zum Beispiel bei der Feuerwehr, in kulturellen, sozialen oder ökologischen Einrichtungen, in Jugendgruppen oder in der Nachbarschaft
 - Unterlagen und von dir erstellte Berichte über die Teilnahme an Austauschprogrammen im Ausland
 - Unterlagen über eigene Erfindungen/Projekte
 - Unterlagen über Sprachkenntnisse

Außerdem sammelst du hier

- Unterlagen zu deinem persönlichen Profil
 - Kompetenzanalysen
 - Auswertungsbogen zu verschiedenen Zeitpunkten
 - von dir selbst erstellten Anforderungsprofile über Berufe und weiterführende Schulen
 - Lernvereinbarungen
- deine Bewerbungsunterlagen
 - Anschreiben und Bewerbungsschreiben
 - Lebenslauf

Selbstbewertung

Mit diesem Blatt kannst du besondere Unterrichtsarbeiten oder andere Aktivitäten, mit denen du deine Schritte zur Berufswahl zeigen willst, beschreiben und dabei die Qualität der erworbenen Kenntnisse selbst bewerten.

Projekt- bzw. Tätigkeitsbeschreibung:

Dabei habe ich gelernt (Was kann ich bereits gut?):

- Fachkenntnisse

- Arbeitsweisen

- Umgang mit Materialien und/oder Werkzeugen

- Zusammenarbeit mit anderen

- sonstiges

Dabei habe ich noch Schwierigkeiten:

- Fachkenntnisse

- Arbeitsweisen

- Umgang mit Materialien und/oder Werkzeugen

- Zusammenarbeit mit anderen

- sonstiges

Schlussfolgerungen (An diesen Kenntnissen und Fähigkeiten möchte ich weiter arbeiten):

Dokumentation meiner Sprachkenntnisse

Diese Liste soll auf einen Blick zeigen, mit welchen Sprachen du dich bisher beschäftigt hast. Hier ist wichtig zu wissen, ob du eine Sprache als Muttersprache, als Fremdsprache, als Zweitsprache oder als Sprache im Urlaub gelernt hast und in welcher Form, zum Beispiel im herkunftssprachlichen Unterricht, in einer Arbeitsgemeinschaft, ganz allein mit einem Computerprogramm, in der Volkshochschule oder während eines Auslandsaufenthalts alleine oder mit der Familie.

Sprache	wann begonnen/ weitergeführt?	wie gelernt/wo erlernt/wie gut gelernt?

Von mir erworbene Bescheinigungen

In diesem Abschnitt stellst du die Bescheinigungen zusammen, mit denen du nachweisen kannst, dass du bestimmte Qualifikationen erworben hast.

Aufgenommen werden können z.B.:

- Bescheinigungen über die Durchführung von Betriebserkundungen
- Bescheinigungen über die Durchführung von Betriebspraktika
- Teilnahmebescheinigungen über betriebliche Veranstaltungen oder Seminare
- Bescheinigungen über Auslandsaufenthalte
- Bescheinigungen über Fremdsprachenkenntnisse
- Bescheinigungen über Ferien-, Aushilfs- oder Honorarjobs
- Bescheinigungen über Teilnahme an Seminaren, Workshops oder Ferienakademien
- Bescheinigungen der Schule, z.B. Computerführerschein, Streitschlichterseminar, Klassensprecherseminar usw.
- Bescheinigungen über die Teilnahme an Kursen der Volkshochschulen, über Veranstaltungen in Betrieben oder an Hochschulen
- Bescheinigungen über Aktivitäten in der Jugendarbeit
- Bescheinigungen über besondere Leistungen im Sport, z. B. Sportabzeichen, Übungsleiterlizenz.

Jedes Unternehmen oder jeder Partner verwendet in der Regel seine eigene Bescheinigung oder sein eigenes Zertifikat. Es ist aber auch möglich, die Mustervordrucke zu verwenden oder sich daran zu orientieren.

Jede Bescheinigung kannst du auch durch eine Selbstbewertung ergänzen. An deiner Selbstbewertung kann man genauer erkennen, wie du mit den neuen Erfahrungen umgegangen bist. Für die Selbstbewertung ist das Formblatt „Selbstbewertung“ bestimmt.

Bescheinigung und Zertifikat

Name der Schülerin / des Schülers _____

hat in unserem Betrieb _____ unserem Verein _____

_____ absolviert.

Betrieb/Praxisstelle:

Adresse: _____ Stempel

Zeitraum: _____

Fehlzeiten: _____ Tage, entschuldigt _____ unentschuldigt _____ verspätet _____

Tätigkeiten: _____

Erworbene Kenntnisse: _____

Beurteilung:

Qualität der Arbeit	Ergebnis voll brauchbar	Ergebnis meist brauchbar	Ergebnis manchmal brauchbar	Ergebnis kaum brauchbar
Interesse an der Arbeit	stets sehr interessiert	zumeist sehr interessiert	interessiert	selten interessiert
Arbeitsstil	große Eigeninitiative/selbständig	selbständig mit anfänglicher Hilfe	zumeist selbständig	unselbständig
Zuverlässigkeit/Sorgfalt	arbeitet sehr zuverlässig und sorgfältig	arbeitet zuverlässig und sorgfältig	arbeitet zumeist zuverlässig und sorgfältig	arbeitet wenig zuverlässig und sorgfältig
Verstehen/Umsetzen von Aufgaben	verstehet und setzt schon nach kurzer Erläuterung um	verstehet nach Erläuterung und setzt meist auf Dauer um	verstehet nach mehrmaliger Erläuterung und setzt meist auf Dauer um	verstehet nach mehrmaliger Erläuterung, vergisst bei der Umsetzung aber vieles
Ausdauer/Zielstrebigkeit	fleißig, ausdauernd und zielstrebig	fleißig	muss häufiger wieder motiviert werden	bricht die Arbeit ab
Zusammenarbeit	kann gut mit anderen zusammenarbeiten	kann mit anderen zusammenarbeiten	benötigt bei der Zusammenarbeit Hilfe	hat Schwierigkeiten mit anderen zusammen zu arbeiten
Kritikfähigkeit	setzt sich mit Kritik/Hinweisen stets sachlich auseinander	setzt sich mit Kritik/Hinweisen sachlich auseinander	setzt sich mit Kritik/Hinweisen unter Hilfestellung auseinander	bedarf bei Kritik intensiver Betreuung, um sich damit auseinander zu setzen
Auftreten	sehr höflich und freundlich	zumeist höflich und freundlich	sehr zurückhaltend	unhöflich und unfreundlich

Ort, Datum, Unterschrift: _____

Wie gehst du mit persönlichen Unterlagen um?

Bisher haben deine Eltern alle wichtigen Papiere gesammelt:

Jetzt beginnst du in deinem Berufswahlpass deine persönlichen Unterlagen zu sammeln:

- für eine Berufsausbildung deine Bewerbungsunterlagen,
- für das erste Zimmer oder sogar die erste Wohnung, die du mietest,
- für die Ordnung bei deinen Geldausgaben und
- für die Versicherungen, die du abschließen willst.

Irgendwann wird dein Berufswahlpass dafür nicht mehr ausreichen.

Hier siehst du, wie du diesen „kleinen Lebensordner“ zu einem Ordner für deine Lebensplanung umwandeln kannst, der dann alle wichtigen Papiere enthält und den du dann extra führst.

Du brauchst später einen zweiten Ordner, den du neben dem Berufswahlpass führst und der alle anderen wichtigen Papiere enthält.

Lebensordner

Was macht man mit persönlichen Akten?

Bisher haben deine Eltern alle wichtigen Papiere gesammelt: Geburtsurkunde, Impfbücher, Zeugnisse, Lebenslauf, Mietvertrag, Kaufverträge, Bonusheft (Zahnarzt) ...

Bald machst du das selber und das geht so:
Besorg dir einen Aktenordner, in den du alles einheften kannst, was du an wichtigen Schriftstücken erhältst.
Das ist dein „Lebensordner“.

Du brauchst dazu:

- 1 Aktenordner
- 20 Trennblätter mit Register (9 grau/3 orange/3 blau/2 gelb/2 grün/1 rot)
- 20 Klarsichthüllen

Du machst damit:

1. Trennblätter von oben nach unten ordnen:
2 grau/2 grün/3 blau/2 orange/2 grau/1 gelb/1 grau/
1 gelb/2 grau/1 rot/1 orange/2 grau
2. Register schneiden,
alle 20 Blätter in den Ordner hängen. Du arbeitest vom letzten Blatt nach vorn. Das letzte Blatt wird nicht abgeschnitten. Bei Blatt 19 das untere Kästchen abschneiden, bei Blatt 18 zwei untere Kästchen abschneiden, bei Blatt 17 drei und so weiter.
3. Register beschriften,
an der Seite (rechts) kannst du sehen, was auf den Registern steht. (Die Farben ordnen die Bereiche: grau ist alles, was privat ist, grün ist das Thema Arbeit, blau ist für Versicherungen, orange für Geld, gelb für Fahrzeug und Wohnung, rot für Planung.)
4. Das Inhaltsverzeichnis schreibst du auf die vordere Innenseite des Ordners.

Unterlagen, die nicht gelocht werden dürfen (z.B. die Geburtsurkunde oder die Zeugnisse) oder gelocht werden können, kommen in die Klarsichthüllen und werden an der passenden Stelle eingeordnet.

Persönliche Akten	(grau)
Schule	(grau)
Arbeit	(grün)
Agentur für Arbeit	(grün)
Sozialversicherung	(blau)
Krankenversicherung	(blau)
Sonstige Versicherung	(blau)
Lohn	(orange)
Steuern	(orange)
Jugend-/Sozialamt	(grau)
Recht	(grau)
Fahrzeug	(gelb)
Bundeswehr/Zivildienst	(grau)
Wohnung	(gelb)
Mitglied	(grau)
Garantie	(grau)
Finanzplan	(rot)
Geld	(orange)
Kinder	(grau)
Verschiedenes	(grau)

Das erste Zimmer oder die erste Wohnung

Vorbereitung auf den Mietvertrag	Beratung und Hilfe	Was kannst du tun?
<p>Wohnungssuche</p> <ul style="list-style-type: none"> • In allen Regionalzeitungen findest du einen Anzeigenteil mit Wohnungsangeboten (meistens in der Wochenendausgabe). • Entweder ist eine Telefonnummer angegeben oder eine Chiffre-Nummer. • Wenn ein Wohnungsmakler die Annonce aufgegeben hat, musst du mit Kosten für eine Vermittlungsgebühr rechnen. • Du bereitest dich auf das Telefongespräch mit Hilfe der Checkliste vor, oder • du schreibst einen Brief an die Zeitung und gibst die Chiffre-Nummer an. 		<p>Schreiben an die Zeitung unter „Chiffre“</p> <p>Checkliste für eine Telefonat</p> <ul style="list-style-type: none"> • monatliche Miete? • Nebenkosten? • Mietabschlag? • Vermittlungsgebühr? • Grundriss? • Einbauküche, Einbauschränke? • besondere Auflagen? •?
<p>Besichtigung</p> <p>Du vereinbarst einen Besichtigungstermin mit dem Vermieter.</p> <p>Bevor du einen Mietvertrag unterschreibst, kläre alle wichtigen Fragen beim Besichtigungstermin (Checkliste).</p>	<p>Nimm jemanden mit, der dich gut beraten kann (Eltern, ältere Geschwister). Wenn du selbst noch nicht volljährig bist, müssen deine Eltern den Vertrag für dich unterschreiben.</p>	<p>„Einrichten“ auf einem Grundriss aus Millimeterpapier</p> <ul style="list-style-type: none"> • mit einer maßstabsgenauen Zeichnung kannst du ausprobieren, wie du dein Zimmer oder deine kleine Wohnung einrichten kannst, • ob und wie deine Möbel gestellt werden können.
<p>Mietvertrag</p> <p>im Buchhandel erhältlich oder unter www.mieterbund.de</p> <p>Suchbegriff: Service Mietvertrag</p> <p>Der Vertrag ist schwer zu verstehen. Besorge dir deshalb vorher einen Mustermietvertrag. So erfährst du, welches die üblichen Mietbedingungen sind und kannst besser erkennen, an welcher Stelle dein Vertrag abweicht.</p>	<p>Beim örtlichen Mieterverein kannst du nachfragen, wenn dir etwas unklar ist. www.mieterbund.de, Suchbegriff: Vereine</p> <p>Auf den Internetseiten des Mieterbundes findest du außerdem Beispiele für</p> <ul style="list-style-type: none"> • die Hausordnung • ein Übergabeprotokoll, in das Mängel an der Wohnung eingetragen werden, damit du später nicht haften musst. 	<p>Abweichungen</p> <p>Wenn du selbst eine Vereinbarung mit dem Vermieter treffen willst, musst du eine genaue Formulierung vorbereiten, die in den Vertrag aufgenommen werden soll (z.B. Haustierhaltung, üben auf einem Musikinstrument).</p>

Deine Wohnung wird gekündigt

Zunächst wirst du dich über die ersten „eigenen vier Wände“ freuen.
Damit das auch so bleibt, solltest du auf die folgenden „Fälle“ vorbereitet sein:

Kündigung	Beratung und Hilfe	Was kannst du unternehmen?
<p>Ungültige Kündigung</p> <p>Die Kündigung liegt nur mündlich vor:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Du kannst in der Wohnung bleiben. • Du musst damit rechnen, dass die schriftliche Kündigung sofort nachgereicht wird. 	<p>www.mieterbund.de</p> <p>Unter dieser Adresse werden dir 350 örtliche Mietervereine angezeigt.</p> <p>Suchbegriff: Vereine</p> <p>Suche die Anschrift, die deinem Wohnort am nächsten ist. Der örtliche Mieterverein hilft dir bei den Mietstreitigkeiten und gibt dir eine erste Rechtsauskunft.</p>	<p>Schreiben an den Vermieter:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Du schreibst an den Vermieter, dass du aufgrund der mündlichen Kündigung nicht ausziehst. • Du benutzt ein Musterschreiben.
<p>Fristgerechte Kündigung</p> <p>Die Kündigung liegt schriftlich vor:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sie ist vom Vermieter unterschrieben. • Es sind Gründe angeführt. • Es ist eine Frist angegeben, bis zu der du ausgezogen sein sollst. 	<p>Mietrückstände sind bei jungen Mietern der häufigste Kündigungsgrund.</p> <p>Damit dir das nicht passiert, kannst du weitere Tipps für deinen ersten Haushalt vom Sparkassenverlag einholen unter der Internetadresse:</p>	<p>Widerspruch einlegen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wenn die Frist noch nicht abgelaufen ist, kannst du Widerspruch einlegen. • Zunächst kannst du in der Wohnung bleiben, bis der Vermieter antwortet: Wenn er auf der Kündigung besteht, brauchst du einen Rechtsanwalt und die Sache geht vor Gericht.
<p>Fristlose Kündigung</p> <p>Du sollst sofort ausziehen: Die Kündigung liegt schriftlich vor und sie ist vom Vermieter unterschrieben.</p> <p>Außerdem sind schwerwiegende Gründe genannt, z.B.:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beleidigung des Vermieters, • Bedrohung des Vermieters, • körperliche Gewalt gegen ihn, • Störung des Hausfriedens, • keine Mietzahlungen. <p>Wenn einer der Gründe stimmt, musst du ausziehen.</p>	<p>www.geldundhaushalt.de</p>	<p>Widerspruch einlegen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rechtsanwalt einschalten • Stimmen die vom Vermieter genannten Gründe nicht, dann kannst du Widerspruch einlegen: • Du schreibst einen Brief an den Vermieter. • Wenn der Vermieter nachgibt, kannst du in der Wohnung bleiben, sonst • brauchst du einen Rechtsanwalt und das Gericht entscheidet, ob du ausziehen musst.

Auskommen mit dem Einkommen

Ganz gleich, wie viel Geld du monatlich verdienst, du musst deine Ausgaben planen. Du findest unter www.verbraucherzentralen.de (Bundesland anklicken, dann Suche Haushaltsbuch) wichtige Angaben und weitere Tipps zum sorgsamem Umgang mit deinem Geld.

Vorläufig kann dir die folgende Tabelle helfen:

Einkommen: (monatlicher Betrag, den du zur Verfügung hast) €	
feste Ausgaben und Kosten: (alle Ausgaben, die du für jeden Monat einplanen musst) Manche Beiträge (z.B. für den Sportverein oder Versicherungen) werden oft vierteljährlich oder sogar halbjährlich von deinem Konto abgebucht. Rechne dir den anteiligen Monatsbetrag aus und trage ihn in diese Aufstellung ein.	<ul style="list-style-type: none"> • Miete • Versicherungen • Fahrgeld • Beitrag Verein • Fitnessstudio • Sparbeitrag • Telefon • Rundfunk- und Fernsehgebühren • € € € € € € € € €
Zwischensumme: €	
Sonderausgaben: (umgerechnet auf Betrag je Monat)	<ul style="list-style-type: none"> • Urlaubsreise • Kleidung • Anschaffungen • Geburtstagsgeschenke • € € € € € €
Zwischensumme: €	

Auskommen mit dem Einkommen

Monatlicher Betrag, der dir für den Lebensunterhalt und für deine Freizeit zur Verfügung steht. Auch für diesen Betrag solltest du dir eine Grobplanung anlegen. Trage ein, welche Geldbeträge du regelmäßig ausgeben willst:	 €
Lebensunterhalt: (monatlich)	<ul style="list-style-type: none"> • Kantine • Lebensmittel • Reinigung • Kino • Bücher, Zeitschriften • Karten für Fußballspiele • Karten für Rockkonzerte • • € € € € € € € €
Zwischensumme:	 €
Verbleibender Rest nicht geplante Mehrausgaben	 €

Wenn dir diese Aufstellung zeigt, dass dein Einkommen nicht reicht, wirst du kürzen müssen. Hast du mehrere Monate nicht geplante Mehrausgaben, dann brauchst du Hilfe, um dich nicht dauerhaft zu verschulden.

Hier erhältst du Informationen, wie du aus der Schuldenfalle wieder herauskommst:

www.vse-essen.de

Über die Internetadresse kannst du:

- die Beratungsstellen in deiner Nähe abfragen anklicken: Schuldnerberatung in Ihrer Nähe...
- eine besonders für Jugendliche geschriebene Faltblattreihe lesen und bestellen anklicken: Faltblattreihe Jugend und Geld
- wertvolle „Schulentipps“ erhalten. anklicken: Testen Sie Ihr Schuldenrisiko

Auskommen mit dem Einkommen

Über die Internetadresse (Inforeihe) kannst du darüber hinaus

- VSE Schuldentipps zu den folgenden Themen lesen und herunterladen/bestellen:
 - **Aber sicher** – Über Versicherungen und Verunsicherungen
 - **Alt genug** – Kids und Knete
 - **Come together** – Mit dem Handy unterwegs
 - **Endlich erwachsen** – Geschäftsfähigkeit und die Folgen
 - **Trautes Heim** – Die erste Wohnung
 - **Ich kauf mir was** – Kaufen macht Spaß
 - **Leben am Limit** – über Girokonto und Kredite
 - **Aus lauter Liebe** – Bürgschaften und ihre Folgen
 - **Shoppen per Mouseclick** – Vom Kaufen und Bezahlen im Internet

Diese Faltblätter kannst du auch per Post kostenlos beziehen:

Verein Schuldnerhilfe e.V. Essen (VSE)
Pferdemarkt 5
45127 Essen
Telefon: 0201/82 72 60

Weitere Adressen für Schuldnerberatungsinfos erhältst du bei der

Bundesarbeitsgemeinschaft Schuldnerberatung (BAG SB)
Frau Claudia Kurzbruch
Wilhelmsstraße 11
34117 Kassel

Du solltest dich nicht scheuen, dich an diese Stellen zu wenden und Hilfe anzunehmen.

Eine Voraussetzung musst du allerdings mitbringen:

Von dir wird bei der Schuldnerberatung erwartet, dass du den festen Willen hast, wieder schuldenfrei zu werden.

Versicherungen

Du bist automatisch über deine Arbeitsstelle oder die Agentur für Arbeit sozialversichert und damit kranken-, arbeitslosen-, renten- und pflegeversichert. Dies ist gesetzlich vorgeschrieben und gilt für alle. Über weitere Versicherungen entscheidest du allein.

	Beratung und Hilfe	Was kannst du unternehmen?
<p>Haftpflichtversicherung</p> <p>Diese Versicherung brauchst du unbedingt. Sie tritt für Schäden ein, die du aus Versehen jemandem zufügst.</p>	<p>Versicherungsvergleiche findest du z.B. www.stiftung-warentest.de</p> <p>Suchbegriff: Versicherung und Vorsorge</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Frage bei der Versicherung deiner Eltern nach. Möglicherweise wird dir ein günstiger Anschlussvertrag angeboten. • Frage in der Stadtbibliothek oder bei der Verbraucher-Zentrale nach. Dort sind die Zeitschriften wie z. B. Finanztest (Themenheft Versicherungen) meistens erhältlich oder können bestellt werden. www.verbraucherzentralen.de • Nimm dir immer einen Tag Bedenkzeit, bevor du einen Vertrag unterschreibst.
<p>Hausratsversicherung</p> <p>Diese Versicherung ist zu empfehlen, wenn du einen eigenen Haushalt hast, in dem sich schon teure Gegenstände und Möbel befinden.</p>		<p>Die Hausratsversicherungen legen im Vertrag fest, wie hoch der Wert für die Haushaltseinrichtung festgesetzt werden soll.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Du brauchst eine genaue Auflistung über den Wert der Gegenstände, damit du dich nicht zu „hoch“, d.h. zu teuer versicherst.
<p>Weitere Versicherungen</p> <p>Es gibt viele weitere Versicherungen. Die meisten brauchst du nicht wirklich.</p>		<p>Überlege dir genau:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Welche Versicherungen brauche ich? • Wie viel Geld habe ich, um sie zu bezahlen? • Welche Versicherungsgesellschaft ist die günstigste? • Nimm dir immer Bedenkzeit, bevor du unterschreibst.

Versicherungsverträge

Du bist endlich 18 und erwachsen. Niemand kann mehr reinreden. Du darfst Verträge selbst abschließen und unterschreiben. Das bedeutet für dich aber auch, dass du die volle Verantwortung für deine Entscheidungen hast.

Versicherungen

Versicherungen	Beratung und Hilfen	Was kannst du unternehmen?
<p>Kündigung</p> <p>Du kannst einen Vertrag kündigen und beenden.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Informiere dich in der Verbraucher-Zentrale. • Informiere dich in der Schuldenberatung. 	<p>Beachte die Fristen und kündige rechtzeitig schriftlich.</p>
<p>Widerrufsrecht</p> <p>Du kannst einen neuen Vertrag, den du doch nicht möchtest, rückgängig machen und widerrufen.</p> <p>Meistens ist dies bis zu 14 Tagen möglich, nachdem du unterschrieben hast.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Informiere dich in der Verbraucher-Zentrale. • Informiere dich in der Schuldenberatung. 	<p>Beachte die Fristen und widerrufe rechtzeitig schriftlich.</p>
<p>Nebenbestimmungen</p> <p>Viele Verträge enthalten klein gedruckte, aber wichtige Nebenbestimmungen</p> <p>Sie sind deshalb so wichtig, weil darin festgelegt ist, in welchen Fällen die Versicherung nicht haftet.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Informiere dich in der Verbraucher-Zentrale. • Informiere dich in der Schuldenberatung. 	<p>Lies bei allen Verträgen unbedingt das Kleingedruckte.</p>

Ämter

sind Stellen, bei denen du wichtige Papiere wie Urkunden oder Formulare erhältst.

Welches Amt ist zuständig?	Dies sind wichtige Papiere für dich:	Was kannst du unternehmen?
Die für dich zunächst wichtigen Ämter befinden sich meistens im Rathaus oder der Gemeindeverwaltung.		<p>Informiere dich an deinem Wohnort, wo die für dich zuständigen Ämter sind. Häufig kosten das Ausstellen von Urkunden oder Beglaubigungen Gebühren.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erkundige dich nach der Höhe der Kosten.
Standesamt	Abstammungsurkunde Geburtsurkunde	<p>Diese Urkunden sind wichtig, um deine Herkunft nach zu weisen. Du brauchst sie beispielsweise, wenn du heiratest.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Du kannst dir auf dem Standesamt Kopien anfertigen und beglaubigen lassen. <p>Eine Beglaubigung</p> <ul style="list-style-type: none"> • besteht aus einem Stempel und einer Unterschrift, mit der ein Amt feststellt, dass eine Kopie genauso aussieht wie das Original.
Einwohnermeldeamt	Anmeldung des Wohnortes	<p>Wenn du eine eigene Wohnung beziehst oder umziehst, musst du dies möglichst schnell dem Einwohnermeldeamt melden.</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Du benötigst hierfür die Unterschrift deines Vermieters.</i>
Einwohnermeldeamt	Personalausweis	<p>Im Einwohnermeldeamt bekommst du auch deinen Personalausweis. Du benötigst ihn, um dich ausweisen zu können. Dies ist gesetzlich vorgeschrieben.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Besorge dir die Antragsformulare und ein aktuelles Passfoto.
Sozialamt	Antrag auf Wohngeld	<p>Wenn du wenig verdienst, kannst du eventuell einen Mietzuschuss bekommen.</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Lass dich im Sozialamt beraten.</i> • <i>Fülle das Antragsformular sorgfältig aus und reiche es ein.</i>