

## **Arbeitsblatt: Kriterien zur Auflistung der persönlichen Entwicklung und des beruflichen Werdegangs**

### **Schule**

Welche Schulen haben Sie besucht? Wer hat entschieden, welche Schulform gewählt wurde? Wissen Sie, warum so entschieden wurde?

---

---

Daten: außergewöhnliche Dauer der Schulzeit? Gründe dafür?

---

Lieblingsfächer (warum gerade diese Fächer?)

---

---

Betätigungen/Interessen außerhalb des Unterrichts, z. B. Schülerzeitung, Klassensprecher, Schüleraustausch, Vereine, Gruppen, Hobbys, Ferienjobs, ...?

---

---

Aus welchem Grund haben Sie bestimmte Fächer bevorzugt oder gewählt? Warum haben Sie sich für Betätigungen außerhalb des Unterrichts entschieden? Oder auch dagegen? Welche Empfindungen haben Sie heute, wenn Sie an diese Entscheidungen denken?

---

---

### **Ausbildung**

Welche Ausbildung, welches Studium haben Sie gemacht?

---

Was haben Sie sich von Ihrer Ausbildung erwartet?

---

---

Daten, Motivation, erworbene Kenntnisse und Fähigkeiten (fachlich und persönlich), positive und negative Erfahrungen, ...

---

---

Gab es wichtige Personen, die Sie in Ihrer Berufswahl beeinflusst haben?

---

---

### **Berufliche Tätigkeiten**

Überlegen Sie auch hier, wie die Entscheidungen fürs Bleiben oder Gehen jeweils zustande kamen! Warum kamen Sie auf die Idee? Mit wem haben Sie sich beraten? Wer hat Sie beeinflusst? Auf wen haben Sie bei Ihrer Entscheidung gehört?

---

---

Welches war Ihre erste Tätigkeit nach Ihrer Ausbildung? Warum haben Sie diese Aufgabe und diesen Arbeitgeber gewählt? Wie lange waren Sie dort?

---

Gab es in Ihrer Entwicklung Wechsel der Arbeitgeber?

---

Wenn nein, wieso sind Sie in der Firma geblieben? Was haben Sie sich davon versprochen? Haben Sie Ihre Erwartungen erfüllt? Was hat sich anders entwickelt als gedacht? Was besser? Was schlechter?

---

---

---

Wenn ja, beantworten Sie diese Fragen bitte für jeden einzelnen Ihrer Arbeitgeber:

Wieso sind Sie in ein anderes Unternehmen gewechselt? Warum haben Sie diese Firma gewählt?

---

---

Welche Ziele hatten Sie zu Beginn Ihres beruflichen Werdegangs?

---

---

Wie entwickelte sich Ihre berufliche Tätigkeit im Hinblick auf diese Ziele?

---

---

An welchem Punkt haben Sie eine Veränderung angestrebt und warum?

---

---

Welche Entwicklungen und Ereignisse haben dazu geführt, dass Sie sich gerade jetzt mit Ihrer beruflichen Zukunft auseinandersetzen?

---

---

Welche Teile Ihrer beruflichen Tätigkeit machen Ihnen Spaß? Was stört Sie? Gibt es Arbeitsbereiche, die Sie kaum aushalten?

---

## **Fremdsprachen**

Welche Sprachen sprechen und schreiben Sie wie gut?

---

---

Wie kommt es, dass Sie sie so gut (oder auch: gar nicht gut) sprechen?

---

---

Wo und in welchem Umfang haben Sie diese Sprache(n) in der Vergangenheit angewendet? Wie ist es im Moment damit bestellt?

---

---

Sollten diese Kenntnisse verbessert werden? Welche Möglichkeiten gibt es dazu? (Sprachkurs, Auslandsaufenthalte und/oder -tätigkeiten, ...)

---

---

## **Wehrdienst/Ersatzdienst/Soziales Jahr**

Haben Sie einen solchen Dienst geleistet? Wenn ja, warum haben Sie sich für die von Ihnen gewählte Möglichkeit entschieden? Mit welcher Motivation?

---

---

Haben Sie dabei beruflich verwertbare Erfahrungen und Kenntnisse erworben?

---

---

## **Weiterbildung**

Lehrgänge, Seminare, Fachliteratur, Zeitungen/Zeitschriften, Motivation für die jeweilige Entscheidung,  
...

---

---

### **Sonstiges**

Mitgliedschaften, Engagement, Funktionen, Freizeitinteressen, ...: Warum engagieren Sie sich?  
Warum gerade dort und nicht woanders?

---

---

Haben Sie Ihren roten Faden schon gefunden? Sonst geht es hier weiter:

Markieren Sie die Stationen, in denen Richtungswechsel stattgefunden haben: für oder gegen eine  
Schule oder Ausbildung, für oder gegen einen Ortswechsel, für oder gegen eine Arbeitsaufnahme in  
einem bestimmten Unternehmen – alles Situationen, in denen Entscheidungen getroffen wurden: von  
Ihnen, Ihrer Familie, Ihrem beruflichen Umfeld usw.

Wo haben Sie Ihre eigenen Entscheidungen getroffen und sind ihnen gefolgt?

---

---

Wo haben Sie nichts getan und einfach abgewartet?

---

---

Wo hatte der Zufall seine Hand im Spiel?

---

---

Wo sind Sie den Empfehlungen anderer gefolgt?

---

---

Wo haben Sie den (vermeintlich) leichteren Weg gewählt?

---

---

Wo haben Sie sich gequält und sich durchgebissen?

---

---

Mit welcher Entscheidung waren oder sind Sie auch heute noch zufrieden?

---

---

Welche Entscheidungen bedauern Sie aus heutiger Sicht?

---

---

Welche davon ließen sich bei einem Stellenwechsel wiedergutmachen oder bei welchen ließen sich mindestens die Auswirkungen verbessern?

---

---

Welche davon sollen oder müssen Sie abhaken? (z. B. nicht das richtige Alter, falscher Ort etc.)

---

---

Welche Fähigkeiten haben sich an den unterschiedlichen Wendepunkten gezeigt?

---

---

Welche standen Ihnen von Anfang an zur Verfügung? Welche haben Sie sich im Laufe Ihres Berufslebens erworben? Welche (aus heutiger Sicht) fehlen Ihnen?

---

---

Markieren Sie nun die Fragestellungen und Themen, die immer wiederkehren:  
Welche Fragestellungen und Themen sind das? Listen Sie sie auf!

---

---

Welche der Fragestellungen und Themen haben Sie bisher auf die lange Bank geschoben und wollen sich jetzt – endlich – damit auseinandersetzen?

---

---

Welche sind leicht zu lösen – jetzt, wo Sie sie kennen?

---

---

Wie aktuell sind sie für die Situation, in der Sie sich im Moment befinden, nämlich die Stellensuche? Stellen Sie eine Rangfolge her von „sehr wichtig“ bis „absolut unwichtig“.

---

---

---

---

Beschreiben Sie in zwei oder drei Sätzen, wie sich diese Fragestellungen auf Ihre Stellensuche auswirken könnte. Wo sind sie hinderlich? Wo förderlich?

---

---

---

---