Beispiel zum Profilvergleich

- Gehe zu dem Beispiel auf www.berufsberatung.ch/berufs-check und schaue, welche Anforderungen (schulische Anforderungen und «Soft-Skills») dein ausgewählter Beruf an dich stellt.
- Schreibe nun in die Spalte «Mein Kommentar», ob du in deinem Alltag diese Anforderungen/Soft-Skills bereits zeigst/übst – und falls ja, wo.
- Markiere dann mit drei verschiedenen Farben die einzelnen Anforderungen/Soft-Skills:
  grün = diese Anforderung bringe ich schon mit / gelb = da kann ich mich noch verbessern / rot: diese Anforderung erfülle ich (noch) nicht.

Ausgewählter Beruf: Koch / Köchin EFZ

Anforderungen des Berufs	Mein Kommentar
• Gesunder Rücken, gesunde Beine und Füsse (stehende Arbeit)	Keine Probleme (Fussballspielen)
• Freude am Umgang mit Lebensmitteln und am Kochen	Koche gerne in der Freizeit und ist mein Lieblingsfach
• Guter Geruchs- und Geschmackssinn	Ich glaube schon
• Geschickte Hände	Ja, bin gut im Werken
• Abgeschlossene Volksschule mit mittleren oder hohen Anforderungen	Sek B
• Fremdsprachenkenntnisse sind von Vorteil	Es geht so; mehr lernen (Ferien?)
• Rasche Auffassungsgabe	Hat mir die Lehrerin bestätigt
• Gute Mathematikkenntnisse (Rezepte)	Note 4-5 → verbessern auf 5
• Arbeit überblicken und koordinieren	Ja, zeigt sich im Fussball

• Fantasie	Hat mir die Werklehrerin bestätigt
• Sauberkeit, Hygienebewusstsein	Hat mir meine Mutter bestätigt
• Ordnungssinn	Muss ich verbessern (mein Zimmer)
• Teamfähigkeit	Bevorzuge Gruppenarbeit
• Ruhe bewahren bei Stress (Stosszeiten)	Das wird sich zeigen
• Sorgfältig und schnell	(Hausaufgaben) Sorgfalt, schnell
• Bereitschaft für unregelmässige Arbeitszeit (Wochenende)	Daran muss ich mich gewöhnen

Zusammenfassung

Diese Voraussetzungen erfülle ich
Ich habe gesunde Füsse, einen stabilen Rücken, geschickte Hände und einen guten Überblick. Ausserdem verfüge ich über einen guten Geruchs- und Geschmackssinn, eine rasche Auffassungsgabe, gute Teamfähigkeit, ein ausgeprägtes Hygienebewusstsein und Fantasie.
Ich arbeite sauber, organisiert und schnell.
Mir bereiten der Umgang mit Lebensmitteln und Kochen an sich viel Freude.

Diese Voraussetzungen erfülle ich weniger oder nicht

Das möchte ich verbessern:

- Ich bin in der Sek B und möchte meine Leistungen noch etwas verbessern: besonders in Mathematik und den Fremdsprachen. In Mathematik kann ich vielleicht die Hausaufgabenhilfe der Schule in Anspruch nehmen und für die Fremdsprachen in unseren geplanten Frankreichferien nur in der Landessprache kommunizieren.
- Ausserdem möchte ich schauen, dass ich die Hausaufgaben sorgfältiger erledige
- Ich nehme mir vor, mein Zimmer und meine Sachen besser zu organisieren und aufzuräumen. Damit kann ich hoffentlich meinen Ordnungssinn verbessern.

Was ich (noch) nicht weiss:

- Wie reagiere ich auf Stress in der Stosszeit? Und kann ich die Ruhe bewahren? → Überprüfe ich in der Schnupperlehre
- Bereitschaft für unregelmässige Arbeitszeiten → Das wird sich zeigen und daran muss ich mich gewöhnen.

Fertige eine solche Tabelle für jeden Beruf deiner Berufs-Hitparade an.