



## Beispiel zum Profilvergleich

- Gehe zu dem Beispiel auf [www.berufsberatung.ch/interessen](http://www.berufsberatung.ch/interessen) 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
• <span style="background-color: #90EE90;">Gesunder Rücken, gesunde Beine und Füße (stehende Arbeit)</span>	Keine Probleme (Fussballspielen)
• <span style="background-color: #90EE90;">Freude am Umgang mit Lebensmitteln und am Kochen</span>	Koche gerne in der Freizeit und ist mein Lieblingsfach
• <span style="background-color: #90EE90;">Guter Geruchs- und Geschmackssinn</span>	Ich glaube schon
• <span style="background-color: #90EE90;">Geschickte Hände</span>	Ja, bin gut im Werken
• <span style="background-color: #FFFF00;">Abgeschlossene Volksschule mit mittleren oder hohen Anforderungen</span>	Sek B
• <span style="background-color: #FFFF00;">Fremdsprachenkenntnisse sind von Vorteil</span>	Es geht so; mehr lernen (Ferien?)
• <span style="background-color: #90EE90;">Rasche Auffassungsgabe</span>	Hat mir die Lehrerin bestätigt
• <span style="background-color: #FFFF00;">Gute Mathematikkenntnisse (Rezepte)</span>	Note 4-5 → verbessern auf 5
• <span style="background-color: #90EE90;">Arbeit überblicken und koordinieren</span>	Ja, zeigt sich im Fussball



• <b>Fantasie</b>	Hat mir die Werklehrerin bestätigt
• <b>Sauberkeit, Hygienebewusstsein</b>	Hat mir meine Mutter bestätigt
• <b>Ordnungssinn</b>	Muss ich verbessern (mein Zimmer)
• <b>Teamfähigkeit</b>	Bevorzuge Gruppenarbeit
• Ruhe bewahren bei Stress (Stosszeiten)	Das wird sich zeigen
• <b>Sorgfältig</b> und <b>schnell</b>	(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 bereitet 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.