



Toolbox Arbeitsblatt Mittelschüler/-innen

Meine Interessen

Ziel des Arbeitsblatts

Das eigene Interesse stellt ein entscheidendes Kriterium für eine gelungene Ausbildungswahl dar. Mit diesem Arbeitsblatt werden Sie sich Ihrer Interessen bewusst und können sich mit diesen auseinandersetzen.

Aufgabe

Sie haben bereits mehrere Jahre Lebenserfahrung und haben nun Zeit, zurückzublicken. Beantworten Sie die folgenden Fragen möglichst spontan – was Ihnen gerade in den Sinn kommt, ohne dabei bereits an eine Ausbildung oder Beruf zu denken. Beziehen Sie also auch Aspekte aus der Freizeit ein. Es ist okay, wenn sich Antworten wiederholen oder Ihnen bei einer Frage nichts einfällt. Reflektieren Sie folgende Fragen für sich oder im Partnerinterview.

Notieren Sie die ersten fünf Ideen, die Ihnen spontan zur Frage «Was interessiert mich besonders?» einfallen.

1.

2.

3.

4.

5.

Welche Tätigkeiten bevorzugen Sie in Ihrer Freizeit? Was ist heute anders als früher?

Welche Beiträge verfolgen Sie regelmässig in der Medienwelt (z.B. Internet, Apps, Podcasts, Bücher)?
Zu welchen Fachgebieten zieht es Sie immer wieder hin?

Welches sind oder waren Ihre Lieblingsfächer?

In welchen Fächern oder Themen sind Sie schon freiwillig aktiv geworden, z.B. indem Sie engagiert mitdiskutierten oder sich ausserhalb der Schule damit befassten?

Welche Interessen werden oder wurden in Ihrer Familie (auch nur mit einem Familienmitglied) speziell gepflegt?

Worüber reden Sie gerne mit Freund/-innen?

Zu welchen Themen fragen andere Personen Sie um Rat?

Was würden Sie gerne noch häufiger tun, wenn Sie könnten?

Was tut die Person, die Sie am meisten bewundern?

Welche aktuellen Themen oder Probleme der Gesellschaft sind Ihnen ein Anliegen?
Wo möchten Sie zu einem besseren Verständnis, zu einer Entwicklung, zu Lösungen beitragen?

Welche Berufswünsche oder Traumberufe hatten oder haben Sie?

Welche Ausbildung würden Sie wählen, wenn alles möglich wäre?

Reflexion

1. Was ist Ihnen bei der Beantwortung der Fragen aufgefallen? Gibt es Themen, die immer wieder vorkommen? Notieren Sie mindestens drei Ihrer Interessen in die folgende Liste.
2. Schätzen Sie die Stärke des einzelnen Interessens ein:
1 = kleines/wenig Interesse; 3 = mittleres Interesse; 5 = sehr starkes Interesse
3. Bei welchen Interessen haben Sie eher das Gefühl, dass es ein privates Interesse bzw. Hobby bleiben wird? Bei welchem Interesse haben Sie das Gefühl, dass Sie es in der Ausbildung oder/und Beruf umsetzen möchten?

Stärke 1-5	Interessengebiete	eher privat, Hobby	evtl. Ausbildung, Beruf
Bsp. 5	Sport	x	?

Dies sind nun mögliche Interessensgebiete von Ihnen. Diese können sich wandeln. Vermutlich haben Sie festgestellt, dass sich nicht alle Interessen in Ausbildung und Beruf umsetzen lassen. Diese Differenzierung ist normal und auch notwendig, um sich am Schluss für eine Ausbildung entscheiden zu können. Die favorisierten Interessensgebiete können Hinweise auf mögliche Ausbildungen geben.

Sind Sie neugierig geworden? In einem nächsten Schritt könnten Sie auf www.berufsberatung.ch nach möglichen Studiengängen, Ausbildungen und Berufen recherchieren, die Ihren Interessen entsprechen: [Infos zu allen Fachgebieten und Studienrichtungen.](#)