



## 1. Die „Meine Stärken-Methode“

Mit dieser Methode kannst du herausfinden, welche Fähigkeiten und Stärken du hast. Das kann dir dabei helfen, Berufe herauszufinden, die zu deinen Stärken passen könnten. Bist du zum Beispiel eher kreativ und an Kunst interessiert, könnte man daraus ableiten, dass ein Beruf im Einzelhandel eher weniger zu dir passen würde usw.

### Fragen beantworten

Drucke dir die Seite unten aus oder gestalte deine eigene „Meine Stärken-Seite“, auf der du deine Gedanken und Notizen eintragen kannst. Nimm dir für die Beantwortung der Fragen ein paar Minuten Zeit und antworte wie immer ganz ehrlich. Wenn du dir nicht sicher bist, antworte einfach aus dem Bauch heraus. Hier wie immer ein paar Beispiele, die dir helfen können:

#### 1. Was macht mir Spaß?

- Bestimmte Hobbies (Fußball, Schwimmen, Musik machen etc.)
- Bestimmte Bereiche (Handwerken, Kreatives Schreiben etc.)
- ...

#### 2. Was interessiert mich? Wo bin ich neugierig?

- Geschichte/ historische Ereignisse, Politik
- Natur- oder Tierwelt
- Literatur oder Kunst
- Autos, Technik
- ...

#### 3. Was fällt mir leicht?

- Kreativ und fantasievoll sein
- Motiviert bleiben/andere motivieren
- Knifflige Aufgaben lösen
- Auf Menschen zugehen, offen sein
- ...

#### 4. Wobei bitten andere mich um Hilfe?

- Handwerkliches
- Aufgaben mit logischem Denken
- kreative Aufgaben
- ...



Was macht mir Spaß?

Was interessiert mich?  
Wo bin ich neugierig?

Was fällt mir leicht?

Wobei bitten andere  
mich um Hilfe?