



Talenteschmiede®

Seminarunterlagen

- Selbsteinschätzung
- Fremdeinschätzung
- Übungen

Das Angebot der „Talenteschmiede bewegt“ in der Region Chemnitz-Zwickau-Erzgebirge wird durchgeführt durch:

potential.akademie eG
Innere Klosterstraße 15, 09111 Chemnitz
www.talenteschmiede-bewegt.de
info@talenteschmiede-bewegt.de



Dieses Dokument einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt.
Jede Verwertung ist ohne Zustimmung der NaturTalent Stiftung unzulässig.
Dies gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen
und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Copyright © 2017 NaturTalent Stiftung, München

NaturTalent Stiftung gemeinnützige GmbH
Arnulfstraße 15
80335 München
www.naturtalent-stiftung.de
facebook.com/naturtalentstiftung

Selbsteinschätzung – Auf der Suche nach meinem Talent

Bitte beantworte die folgenden Fragen ehrlich, spontan und so ausführlich wie möglich. Vielleicht kannst Du nicht alle Fragen beantworten. Das ist zum einen ganz normal und zum anderen für das Seminar nicht entscheidend. Wundere Dich nicht, manchmal können sich einige Deiner Antworten wiederholen.

1. Womit habe ich mich als Kind am liebsten beschäftigt und dabei (öfter) die Zeit vergessen?

.....

2. Womit beschäftige ich mich am liebsten, wenn ich frei habe?

.....

3. Wofür bringe ich vollen Einsatz?

.....

4. Für welche Dinge gebe ich am meisten Geld aus?

.....

5. Welche Bücher oder PC-Spiele fesseln mich?

.....

6. Was macht mir besonders Spaß und Freude?

.....

7. Ich würde dafür bezahlen, um täglich Folgendes machen zu dürfen:

.....

8. Wenn ich über Folgendes rede, leuchten meine Augen:

.....

Persönliche Erfolge

9. In welchen Momenten war ich voll und ganz zufrieden mit mir?

.....

10. Was habe ich schon getan, was ist mir schon gelungen, worauf ich richtig stolz bin?

.....

11. Ich habe schon folgende Erfolge gehabt (in Sport, Musik, Schule, in Familie/Freundschaften, Praktikum, soziale Aufgabe, Nebenjob: Babysitten, Leitung einer Jugendgruppe, Nachhilfe geben etc.)

.....

Erwartungen an den Arbeitsalltag

12. Ich mache Dinge am liebsten alleine in der Gruppe / im Team beides abwechselnd

.....

13. Welche Rolle nehme ich in einer Gruppe ein? (Bsp.: Führung, Beobachter, Macher, Organisator...)

.....

14. Wie wünsche ich mir meinen Arbeitsalltag?

.....

Lieblingsfächer

15. Diese Schulfächer machen mir am meisten Spaß:

.....

Meine Lebensträume

16. So stelle ich mir mein Leben in 5 oder 10 Jahren vor, wenn alles richtig läuft:

.....

17. Das würde ich machen, wenn ich ein Jahr Zeit und genügend Geld hätte:

.....

18. Gibt es etwas, was ich der Welt gerne hinterlassen möchte?

.....

Selbsteinschätzung – meine Fähigkeiten

19. Was geht mir schon immer mühelos von der Hand / fällt mir sehr leicht?

.....

20. Bei welchen Dingen bitten mich andere oft um Rat oder Hilfe?

.....

21. Welche Fähigkeiten oder Interessen habe ich von Verwandten (Eltern, Großeltern, Onkel, Tanten usw.) übernommen?

.....

22. Wenn ich das tue, vergeht die Zeit wie im Flug:

.....

23. In welchem Bereich kenne ich mich (besonders) gut aus?

.....

Selbsteinschätzung – meine Fähigkeiten

Mit Hilfe der vorausgegangenen Fragen hast Du intensiv nach Deinen Fähigkeiten geforscht. Schreibe jetzt Dinge auf, von denen Du sagst: »Das kann ich (besonders) gut, das sind meine Stärken«. Nutze dabei den vorangegangenen Fragebogen zur Selbsteinschätzung (Seite 3-6). Dieser wird Dir helfen und Impulse / Ideen liefern.

Es müssen nicht unbedingt 15 Begriffe sein, notiere einfach so viele wie Dir einfallen.

Beispiele:

Ich lese leidenschaftlich gerne. Ich laufe regelmäßig. Ich schreibe Tagebuch. Ich singe unter der Dusche. Ich kann gut kochen, koordinieren, malen, diskutieren, managen, reden, rechnen, zuhören, pflegen, tanzen, teilen, schauspielern, schreiben, Fliesen legen, zimmern, entwerfen, Witze erzählen, versöhnen, verhandeln, verkaufen,

Manche dieser Fähigkeit kommen Dir vielleicht nicht erwähnenswert vor. Von wegen: All das können Talente sein!

- | | | |
|------|------|------|
| 1.) | 2.) | 3.) |
| 4.) | 5.) | 6.) |
| 7.) | 8.) | 9.) |
| 10.) | 11.) | 12.) |
| 13.) | 14.) | 15.) |

Bitte markiere nun die fünf, die Dir am wichtigsten sind!

Eigene Berufsideen

Hast Du bereits erste eigene Ideen für Deine berufliche Zukunft? Wenn ja, welche?

.....

Fremdeinschätzung

Ein weiterer wichtiger Schritt um seine Talente und Stärken hervorzubringen ist, sich ein Bild von außen geben zu lassen, was man gut kann.

Bitte frage deshalb drei Menschen, die Dich gut kennen, was sie glauben, was Du gut kannst.

Mögliche Fragen sind:

- Was ist Deiner Meinung nach meine größte Stärke?
- Was kann ich (besonders) gut, welche Stärken und Fähigkeiten sind Dir bei mir noch aufgefallen?
- Was schätzt Du an mir besonders?
- In welcher Situation bringe ich meine Fähigkeiten, meine Stärken, mein Talent am besten zum Ausdruck?
- In welchen Dingen, die ich tue oder über die ich spreche, wirke ich besonders begeistert?

Wichtig:

- Es geht hier nur darum, was Du gut kannst, also um positive Eigenschaften!
- Bitte bedenke, dass jeder auf seine Art antwortet. Der eine wird spontan, der andere schriftlich antworten oder braucht etwas Zeit zum Überlegen
Frage einfach nach, was wem lieber ist.

Rückmeldung Freunde / Kollegen / Familie

Fremdeinschätzung von

.....
.....
.....
.....

Fremdeinschätzung von

.....
.....
.....
.....

Fremdeinschätzung von

.....
.....
.....
.....

Der StrengthsFinder von Gallup

Du hast den »StrengthsFinder« online durchgeführt (siehe unsere Bedienungsanleitung).

Trage hier Deine Top 5 Talente ein. Du findest sie im »Talentschwerpunktebericht«, den Du nach dem Check heruntergeladen hast:

- 1.) 2.) 3.)
- 4.) 5.)

Was ist ein Talent?

⇒ Diese Übung machen wir im Seminar!

Praxisbeispiel Unterschrift

.....

Definition des Begriffs Talent von »The Gallup Organization«:

»Talente sind auf natürliche Weise wiederkehrende Denk-, Gefühls- und Verhaltensmuster. Sie sind einzigartig und dauerhaft.«

Meine StrengthsFinder-Talente

⇒ Diese Übung machen wir im Seminar!

Talent 1:

Können:

Ausstrahlung:

Bedürfnis:

Meine bisherigen Erfahrungen (konkrete Beispiele!):

.....
.....
.....

Talent 2:

Können:

Ausstrahlung:

Bedürfnis:

Meine bisherigen Erfahrungen (konkrete Beispiele!):

.....
.....
.....

Talent 3:

Können:

Ausstrahlung:

Bedürfnis:

Meine bisherigen Erfahrungen (konkrete Beispiele!):

.....
.....
.....

Talent 4:

Können:

Ausstrahlung:

Bedürfnis:

Meine bisherigen Erfahrungen (konkrete Beispiele!):

.....
.....
.....

Talent 5:

Können:

Ausstrahlung:

Bedürfnis:

Meine bisherigen Erfahrungen (konkrete Beispiele!):

.....
.....
.....

Ein mögliches weiteres Talent von mir:

Können:

Ausstrahlung:

Bedürfnis:

Meine bisherigen Erfahrungen (konkrete Beispiele!):

.....
.....
.....

Durch die „Talenteschmiede bewegt“ in der Region Chemnitz-Zwickau-Erzgebirge kannst du Einblicke in die regionale Wirtschaft erhalten.
Beantworte dazu folgende Fragen:



Deine Erfahrungen

Ich habe schon ein Praktikum gemacht: **ja** **nein**

1. Ich habe mein Praktikum/ Praktika bei folgendem/-n Unternehmen gemacht:

.....

2. Haben Dir die übertragenen Aufgaben/ Tätigkeiten Spaß gemacht? Welche waren besonders wertvoll für Dich?

.....
.....

3. In welchem Beruf konntest du während deines Praktikums hineinschnuppern?

.....

4. Kennst du Unternehmen aus deiner Region, die eine Ausbildung oder ein duales Studium anbieten? Notiere 3 oder mehr Unternehmen!

Unter www.talenteschmiede-bewegt.de/partner kannst du dich bereits vor dem Seminar über Unternehmen aus deiner Region informieren!

- | | |
|-----|-----|
| 1.) | 2.) |
| 3.) | 4.) |
| 5.) | 6.) |

Diese Übung machen wir auf Basis der Ergebnisse aus dem Seminartag!

1. Bei welchen Unternehmen in der Region kannst du die Berufe /Studienrichtungen ausprobieren, die du im Seminar als Favoriten erarbeitet hast? Notiere den Unternehmensname und den Beruf. Spannende Praktikumsangebote findest du zum Beispiel unter www.talenteschmiede-bewegt.de/praktika

Unternehmensname	Beruf

2. Welche Praktikumsmöglichkeiten findest du noch Interessant? Notiere den Unternehmensname und den Beruf. Vorschläge für Praktika in deiner Region findest zum Beispiel unter: www.talenteschmiede-bewegt.de/praktika

Unternehmensname	Praktikumsbezeichnung

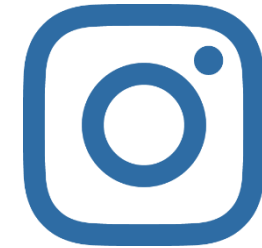
Wichtig

Vereinbare bei den Unternehmen ein Praktikum, sodass du dich und deine Talente in den Berufen / Studienrichtungen ausprobieren kannst. Nutze dazu die Praktikumszeiträume der Schule bzw. auch deine Ferien. Dein Zertifikat der „Talenteschmiede bewegt“, dass du im Workshop erhältst, ist dein Türöffner für die Unternehmen in unserer Region.

Dein weiterer Weg mit der „Talenteschmiede bewegt“

Bleibe in Kontakt mit der „Talenteschmiede bewegt“

Folge unserem Instagram-Channel @talenteschmiede.bewegt und teile mit uns dein Erlebnis aus dem Seminartag. Erfahre zudem spannende Stories unserer Partnerunternehmen und verpasse keinen Termin, der für deine Berufs- und Studienorientierung wichtig ist. Weitere Infos direkt von der Talenteschmiede erhältst du auch auf Facebook: <https://www.facebook.com/NaturTalentStiftung>



Folge uns
@talenteschmiede.bewegt

www.instagram.com/talenteschmiede.bewegt



Potentialgespräch

Wie beeinflussen sich deine Stärken gegenseitig? Welche Stärken folgen nach den ersten fünf, die du im Talenteschmiede-Workshop kennengelernt hast? Gemeinsam mit deinem persönlichen Mentor und gern auch mit deinen Eltern, sprichst du ergänzend zum Workshop ganz intensiv über dich und deine Stärken. Gezielt gehen wir darauf ein, wie du deine Stärken auch außerhalb der Berufswahl einsetzen kannst.

Mehr Infos dazu unter:

<https://talenteschmiede-bewegt.de/talenteschmiede#wie-es-weiter-geht>

Talenteschmiede PLUS

Welche Rolle kannst du mit deinen Stärken in einem Team übernehmen? In der Fortsetzung des Talenteschmiede-Workshops lernst du, deine Stärken im Alltag, zum Beispiel als wichtiger Teil eines Teams, einzusetzen. Mit erfahrenen Personalern und Mentoren gestaltest du in dem Workshop Talenteschmiede PLUS deine individuelle Bewerbung, die deine Stärken und Talente clever in den Fokus rückt. Für Bewerbungen und Vorstellungsgespräche ist das ein echtes PLUS.

Neue Termine für die Talenteschmiede PLUS findest du unter:

www.talenteschmiede-bewegt.de/termine



Stärke deine Stärken und sammle deine Erfahrungen!

Mit dem regionalen Unternehmensnetzwerk der „Talenteschmiede bewegt“ möchten wir dir die Gelegenheit geben, dich auszuprobieren und Erfahrungen zu sammeln. Jedes Partnerunternehmen hat seine eigene Story und Faszination, die es besonders macht. Du lernst unter anderem Weltmarktführer und Spezialisten kennen, die ihren Hauptsitz in deiner Umgebung haben und attraktive berufliche Perspektiven bieten. Mit spannenden Praktikumsmöglichkeiten kannst du dich selbst und deine Stärken ausprobieren, deine Vorstellungen zu bestimmten Berufsbildern schärfen und wertvolle Kontakte zu starken Arbeitgebern knüpfen. Dein Talenteschmiede-Zertifikat, das du im Workshop erhältst, ist dein Türöffner für die Unternehmen in unserer Region.

www.talenteschmiede-bewegt.de/partner

