

# Eigene Berufsideen sammeln

---

## Darum geht es:

Ein erster Schritt zum **Aufbau deiner Materialsammlung** ist zu schauen, was du selbst denn schon alles für **Ideen** hast. Denn oft hast du dir (unbewusst) bereits einige **Vorstellungen gemacht, welche Berufe zu dir passen könnten**. Das wollen wir nutzen!

---

## Aufgabe:

Lies dir noch einmal in Ruhe den **Ablauf und die Brainstorming-Regeln** durch. Schreibe dann **alle Berufsideen** auf, die bereits selbst für dich hast.

## Brainstorming-Regeln

1. **Quantität vor Qualität:** Beim Brainstorming geht es erstmal darum, möglichst viele Ideen zu sammeln – unabhängig davon, wie gut sie schon sind. Aussortiert wird später! Schreibe erst einmal alles auf, was dir in den Kopf kommt. Je mehr, desto besser.
2. **Keine Kritik:** Verkneife dir auf jeden Fall den Fehler, bereits *während* der Brainstorming-Session deine Ideen zu bewerten. Keine Idee ist *zu schlecht*, um aufgeschrieben zu werden! Das bringt dein Gehirn und deine Kreativität in Schwung!
3. **Querdenken:** Wenn du auf dem Schlauch stehst, wirf mal einen Blick auf dein ausgefülltes Persönlichkeitsprofil. Nutze das, was bereits da ist, um weitere Ideen zu entwickeln. Greife Aspekte deiner Ideen auf und verändere sie oder kombiniere Ideen miteinander. Übertrage eine Idee auf einen anderen Bereich oder kehre die gesamte Fragestellung um. Nutze verschiedene Kreativitätstechniken – im Internet findest du viel Material dazu.

## Weitere Fragen zur Inspiration

- Mit welchen Berufen habe ich gedanklich schon gespielt?
- Was wären mögliche Berufsfelder für mich?
- Was kann ich mit meinen Lieblingstätigkeiten, Stärken oder Interessen beruflich tun?
- Welche Berufe kommen mir in den Sinn, wenn ich mehrere Interessen und Tätigkeiten miteinander kombiniere?
- Was würde ich tun wollen, wenn alles möglich wäre?
- Was wollte ich als Kind immer werden?

## Ablauf

### 1. **Richte dir deinen Brainstorming-Arbeitsplatz ein.**

Schaff dir genügend Platz auf deinem Schreibtisch, lege Stifte und weißes Papier bereit, stelle dir frisches Wasser hin und suche inspirierende Musik (am besten ohne Text) raus, wenn du magst. Du kannst auch Bilder und Fotos als Inspiration nutzen, die du an die Wand hängst. Geh auf jeden Fall sicher, dass du in deiner Brainstorming-Session nicht gestört wirst. Hänge z.B. ein Schild an deine Tür und mach den Flugmodus an. Wichtig ist, dass du dich beim Brainstormen wohlfühlst.

### 2. **Kläre die Rahmenbedingungen.**

Wie lang soll die Session dauern? Stell dir am besten einen Wecker, damit du nicht dauernd auf die Uhr schauen musst. Was soll als Ergebnis rauskommen? Setze dir ein Ziel, wie viele Ideen du mindestens sammeln willst (z.B. "Ich werde gleich 50 Ideen sammeln"). Verinnerliche dir noch einmal die Brainstorming-Regeln.

### 3. **Visualisiere die Fragestellung.**

Schreibe dir die Frage auf, für die du Antworten suchst, und hänge sie gut sichtbar an deinem Arbeitsplatz auf, damit du den Fokus behältst.  
Beispiel: "Wenn alles möglich wäre, welche Berufe könnte ich mir für mich vorstellen?"

### 4. **Feuer frei!**

Starte deinen Countdown (z.B. 20 Minuten) und schreibe alle Ideen auf, die dir in den Kopf kommen!

### 5. **Zweite Runde!?**

Wenn du magst, kannst du nach einer kurzen Pause für deinen Kopf (auch Bewegung tut gut!) eine zweite Runde starten.

Wenn du mit dem Brainstorming durch bist, **geh deine Notizen durch und streiche die Ideen, die komplett absurd sind**. Sei aber nicht zu wählerisch – du solltest **maximal die Hälfte** deiner Vorschläge rausstreichen. **Übertrage zum Schluss alle übrigen Berufe in deine Materialsammlung.**

***Viel Spaß und gute Inspiration! :)***