

Deine Traumjob Kriterien

Darum geht es:

Bei der Wahl deines zukünftigen Traumjobs ist es wichtig, **bestimmte Kriterien als Maßstab anzulegen**, um dich nicht nur auf dein Bauchgefühl zu verlassen. Dafür musst du erst einmal definieren, was dir an deinem Beruf so richtig wichtig ist. Wenn du das gemacht hast, **wendest du im nächsten Schritt diese Kriterien auf deine Top 10 Berufe an** und schaust, wie gut sie abschneiden. Das gibt dir ein gutes Bild davon, wie gut die Berufe wirklich zu dir passen.

Aufgabe:

Schritt 1:

Du findest hier eine Liste mit **möglichen Kriterien**, aus denen du auswählen kannst. Lies dir die Liste aufmerksam durch und **setze ein Kreuz neben 5 - 8 Kriterien, die dir wichtig sind**. Du kannst natürlich auch eigene Kriterien formulieren. Nutze dafür den Platz am Ende der Liste.

Wir empfehlen dir, auf jeden Fall die folgenden Kriterien zu nutzen:

- ☐ **Tätigkeiten** (Du kannst in dem Beruf deine Top 5 Tätigkeiten ausüben.)
- ☐ **Stärken** (Du kannst in dem Beruf deine Top 5 Stärken einbringen.)

Außerdem könnten die folgenden Kriterien relevant für dich sein:

- ☐ **Lebensaufgabe** (Du kannst in dem Beruf deine Lebensaufgabe verwirklichen.)
- ☐ **Zukunft** (Der Beruf wird vermutlich auch in 10, 20 oder 30 Jahren noch nachgefragt werden.)
- ☐ **Menschenkontakt** (Der Beruf erfüllt dein Bedürfnis nach Teamarbeit bzw. Solo-Arbeit für dich.)
- ☐ **Sicherheit vs. Abenteuer** (Der Beruf erfüllt dein Bedürfnis nach Sicherheit (Routine, immer klare Erwartungen) bzw. Abenteuer (häufig wechselnde Anforderungen, Aufgaben und Herausforderungen).)

- ❑ **Entscheidungsfreiheit** (Du kannst in dem Beruf selbst entscheiden, wie Aufgaben gelöst werden, wer sie ausführt und wann sie abgeschlossen sein müssen. Du hast wenig Vorschriften.)
- ❑ **Stressfreiheit** (Du hast in dem Beruf wenig Leistungsdruck und erledigst Aufgaben, die sich einfach bewältigen lassen.)
- ❑ **Freie Zeiteinteilung** (Du kannst in dem Beruf deinen eigenen Rhythmus haben und selbst entscheiden, zu welcher Zeit du welche Aufgaben erledigst.)
- ❑ **Sinnhaftigkeit** (Du kannst in dem Beruf Aufgaben ausüben, die einen höheren Sinn haben.)
- ❑ **Ort** (Du hast bei dem Beruf die Möglichkeit, deinen Arbeits- und Wohnort (relativ) frei zu wählen.)
- ❑ **Reisen** (Du kannst in dem Beruf viel unterwegs sein und neue Orte kennenlernen.)
- ❑ **Ansehen in der Öffentlichkeit** (Der Beruf wird allgemein gut angesehen oder sogar bewundert.)
- ❑ **Kreativität** (Du kannst in dem Beruf neue Ideen verwirklichen und Ungewöhnliches ausprobieren.)
- ❑ **Verdienst** (Du bekommst in dem Beruf ein Einkommen, dass dir ein Leben nach deinen Vorstellungen ermöglicht.)
- ❑ **Aufstiegchancen** (Du kannst in dem Beruf schnell und einfach aufsteigen.)
- ❑ **Aktivität** (Der Beruf erfüllt dein Bedürfnis nach körperlicher Aktivität und auspowern bzw. geistiger Aktivität und nachdenken.)
- ❑ **Lernen** (Du kannst in dem Beruf immer wieder Neues dazulernen.)
- ❑ **Wegstrecke** (Du kannst den Beruf nach einer für dich akzeptablen Studien- bzw. Ausbildungsdauer ausüben.)

Platz für deine ganz eigenen Kriterien:

- □ □ □ □ □ □

Schritt 2:

Liste deine Top **8 Kriterien** in dieser Tabelle auf. Schreibe sie in die linke Spalte. Überlege dir auch wie wichtig es dir ist, dass sie in deinem Traumberuf erfüllt sind. Bewerte dafür jedes Kriterium auf einer Skala von 1 bis 10. Eine 1 bedeutet, dass dir das Kriterium nicht sehr wichtig ist und eine 10, dass es unverzichtbar für dich ist. Schreibe die Relevanz, die das Kriterium für deinen Traumjob hat, in die rechte Spalte der Tabelle.

Beispiel: Das Kriterium "Sinnhaftigkeit" ist mir sehr wichtig, also trage ich als Relevanz eine "9" ein.

	Kriterium	Relevanz
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7.		
8.		

Schritt 2:

Drucke die letzte Seite mit der Tabelle aus für alle Berufe, die auf deine Kriterien prüfen möchtest. Trage in der ersten Spalte "Kriterium" jeweils **deine Top 8 Traumjob Kriterien** ein und ergänze in der zweiten Spalte die oben genannte **"Relevanz" für jedes Kriterium**.

Schritt 3:

Fülle **anhand deiner Recherchen** für alle deine Top Berufe die Spalten "Erfüllung" als Ziffer zwischen 1 und 10 aus (also **wie sehr das Kriterium in diesem Beruf erfüllt ist**). Dafür kannst du die Job-Profile nutzen und ggf. weitere Recherchen anstellen. Es können auch hier wieder mehrere Kriterien die gleiche Ziffer bekommen.

Beispiel: Ich prüfe den Beruf "E-Commerce Manager" auf das Kriterium "Zukunft" und gebe eine "10", weil der Beruf ein großes Zukunftspotential hat. Ich prüfe den Beruf "Unfallchirurg" auf das Kriterium "Stressfreiheit" und gebe eine "2", weil der Beruf oft mit langen und anstrengenden Schichten verbunden ist.

Schritt 4:

Fülle für alle deiner Top Berufe die Spalten "Gewichtung" aus. **Multipliziere dafür jeweils die Werte aus den Spalten "Relevanz" und "Erfüllung"**.

Beispiel: Das Kriterium "Reisen" ist mir wichtig ("Relevanz" = 7) und ist nicht wirklich erfüllt ("Erfüllung" = 3). Also trage ich in die Spalte "Gewichtung" eine "21" ein ($3 \times 7 = 21$).

Schritt 5:

Addiere jeweils für alle Berufe die Werte aus der Spalte "Gewichtung" und trage das Ergebnis unten bei "Summe" ein.

Am Ende kannst du auf Basis der Punktzahlen die Plätze für alle Berufe ermitteln. Welche Berufe sind bei dir auf den Plätzen 1 - 3 gelandet?

Meine "Goldenen Drei"

Platz	Beruf	Punktzahl
1		
2		
3		

Traumjob Kriterien Check

Beruf:

Kriterium	Relevanz	x	Erfüllung	=	Gewichtung
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					
7.					
8.					
					Summe aller Gewichtungen ergibt:

Beruf:

Kriterium	Relevanz	x	Erfüllung	=	Gewichtung
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					
7.					
8.					
					Summe aller Gewichtungen ergibt: