

Dieser ProfilPASS® gehört:

NAME _____

ADRESSE _____

GEBURTSDATUM _____

TELEFON _____

E-MAIL _____

Der ProfilPASS® gehört allein Dir.
Nur mit Deiner Erlaubnis ist er für andere Menschen einsehbar.



Der ProfilPASS für junge Menschen® – Stärken suchen – Stärken finden

Der **ProfilPASS®** zeigt Dir, was Du bisher alles in Deiner Freizeit, mit Deiner Familie und Freunden, in der Schule oder während der Ausbildung getan hast. Er macht Dir auch Deine Interessen deutlich und kann eine Grundlage für Deine weiteren Planungen sein.

Der **ProfilPASS®** hilft Dir zu erkennen, wo Deine Stärken liegen und was Du schon alles kannst. Denn es gibt viele Möglichkeiten, etwas zu lernen und sich weiter zu entwickeln, nicht nur in der Schule oder der Ausbildung. Wenn Du Dir etwas Zeit nimmst und die Übungen in diesem **ProfilPASS®** machst, dann wirst Du erkennen:

Du kannst viel mehr, als Du glaubst!

Gut ist es, wenn Du zwischendurch immer wieder mit Menschen, die Dich gut kennen, über die Übungen sprichst.

Der **ProfilPASS®** besteht aus drei Abschnitten:

Mein Leben



Meine Stärken



Meine Ziele



Dabei entdeckst Du Schritt für Schritt Deine besonderen Stärken. Bist Du neugierig geworden?

Viel Spaß auf Deiner Entdeckungsreise!



Wenn Du den **ProfilPASS®** bearbeitest und Fragen hast, suche Dir jemanden, der Dich dabei unterstützen kann, z.B. Deine Eltern, eine **ProfilPASS®**-Beraterin oder einen -Berater, Deine Lehrerin oder Deinen Lehrer, Deine Trainerin oder Deinen Trainer.



Am Ende des **ProfilPASS®** kannst Du Zeugnisse und andere Nachweise sammeln. So hast Du später für eine Bewerbung alle wichtigen Dokumente sofort griffbereit.

Beispiel

Ein Schultag

Ort/Situation	Was hast Du getan oder erlebt?	Wer war daran beteiligt?
Zu Hause	Gleich am Morgen war das Bad besetzt, meine Schwester braucht immer Stunden	meine Schwester Anna
Schulweg	Habe die Straßenbahn verpasst und musste dann zur Schule rennen, damit ich es noch vor dem Klingeln schaffe	
Schule	Habe mich freiwillig gemeldet, um bei der Organisation des nächsten Projekttagess mitzuhelfen Englischklausur geschrieben, war nicht so gut	Lehrer, Leyla, Nikos, andere aus der Klasse
Weg nach Hause	Wir sind nach der Schule noch in die Stadt gegangen Später kamen Patrik und Jan dazu, sind zum Kino gegangen, um rauszukriegen, ob es Sonderpreise gibt	Leyla, Sophia, ich Patrik und Jan
Zu Hause	Streit mit meiner Schwester, weil ich spät kam	Anna
Volleyballtraining	Um 4 Uhr hatte ich Training: Die ganze Zeit haben wir Konditions- und Geschicklichkeitstraining gemacht. Haben erfahren, dass wir in 3 Wochen an einem Schulturnier teilnehmen können	die anderen Spieler aus meiner Mannschaft, mein Trainer
Zu Hause	Habe schnell ein paar Hausaufgaben gemacht Habe zusammen mit Anna das Abendessen vorbereitet Habe noch kurz mit meinem Cousin telefoniert, weil unsere Familien einen gemeinsamen Campingurlaub planen	Anna mein Cousin Timu



Gestern und Heute

Das Leben ist bunt. Manchmal passiert etwas Schönes, manchmal etwas Trauriges. Manchmal ist es schwierig, an anderen Tagen klappt alles gut. Oder die Schule ist anstrengend, andere Menschen behandeln Dich ungerecht, aber die Freunde halten zu Dir.

Mit den nächsten Übungen siehst Du, was schon alles in Deinem Leben geschehen ist und wie es Dir dabei ging.

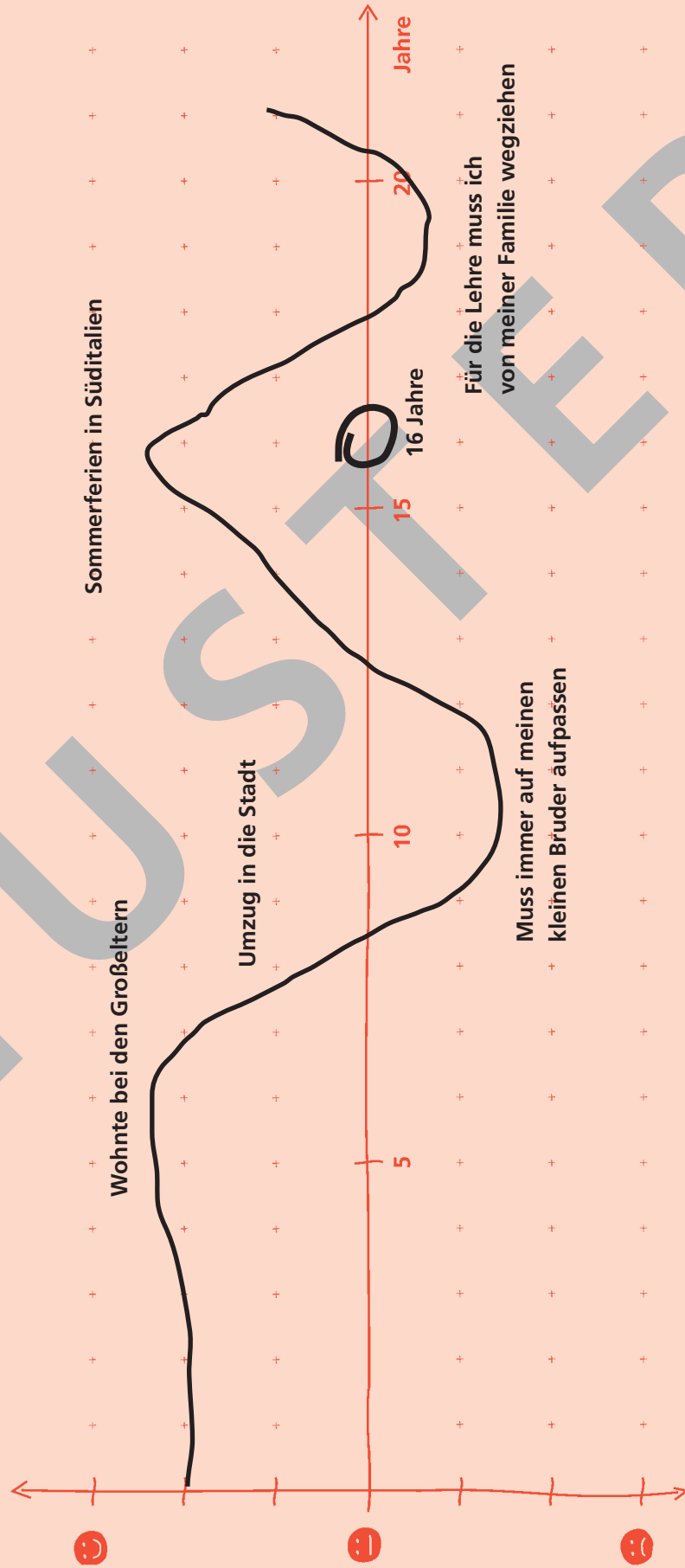
Erinnere Dich an die wichtigsten Ereignisse in Deinem Leben.

Was war ein schönes Erlebnis?

Woran möchtest Du Dich am liebsten nicht erinnern?

MUSTER

Beispiel



MUSTER

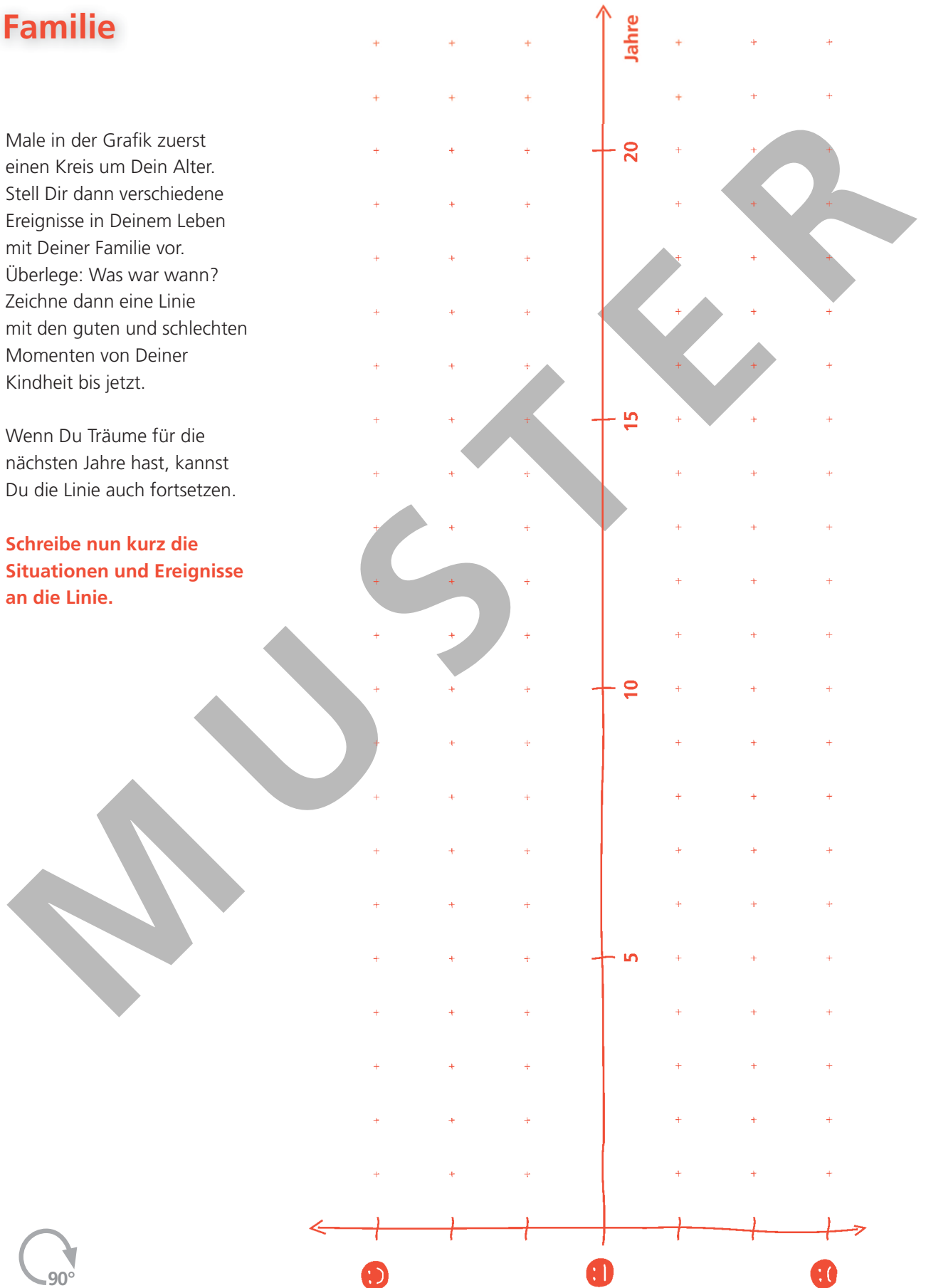


Familie

Male in der Grafik zuerst einen Kreis um Dein Alter. Stell Dir dann verschiedene Ereignisse in Deinem Leben mit Deiner Familie vor. Überlege: Was war wann? Zeichne dann eine Linie mit den guten und schlechten Momenten von Deiner Kindheit bis jetzt.

Wenn Du Träume für die nächsten Jahre hast, kannst Du die Linie auch fortsetzen.

Schreibe nun kurz die Situationen und Ereignisse an die Linie.



Zum Ausfüllen
Seite drehen



**FREUNDE TREFFEN,
MIT DER FAMILIE WAS UNTERNEHMEN**

	Ich mache das ...			
	mehr als 1x in der Woche	1x in der Woche	1x im Monat	seltener
Ich treffe meine Freunde/Freundinnen regelmäßig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich mache regelmäßig etwas mit der Familie	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wir hören zusammen Musik	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wir treiben zusammen Sport	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wir gucken uns zusammen Filme an (Kino, Video, DVD, ...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wir tauschen Musik oder Bilder übers Handy aus	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wir schreiben uns SMS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wir reden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wir gehen Shoppen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wir treffen uns draußen, gehen spazieren	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wir gehen zusammen in die Disco, Jugendzentrum usw.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wir helfen uns gegenseitig bei Problemen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wir verreisen gemeinsam	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
_____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
_____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
_____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Welche Rolle hast Du meistens in der Clique?

- Ich bringe Ideen für die Freizeit ein
- Ich veranstalte Chaos
- Ich Sorge für den Zusammenhalt
- Ich bringe die anderen zum Lachen

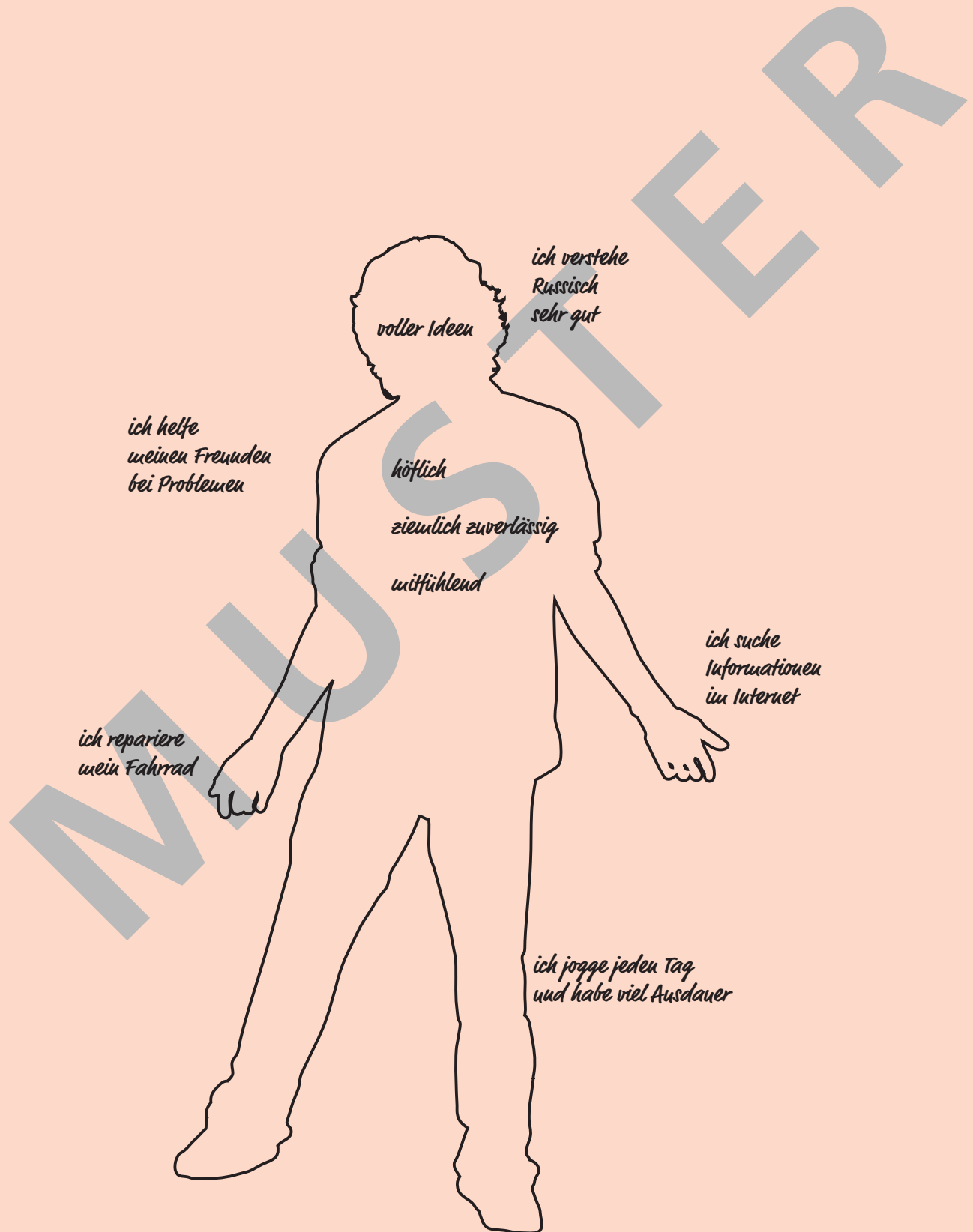
- _____
- _____
- _____



Überlege Dir, wie Du zeigen kannst, was Du alles tust. Gibt es Fotos, die zeigen, was Du in Deiner Freizeit machst? Hast Du eine Urkunde oder Medaille bekommen? Gibt es andere Belege oder Nachweise? Diese kannst Du, wenn möglich, hinten im **ProfilPASS®** einsortieren.



Beispiel



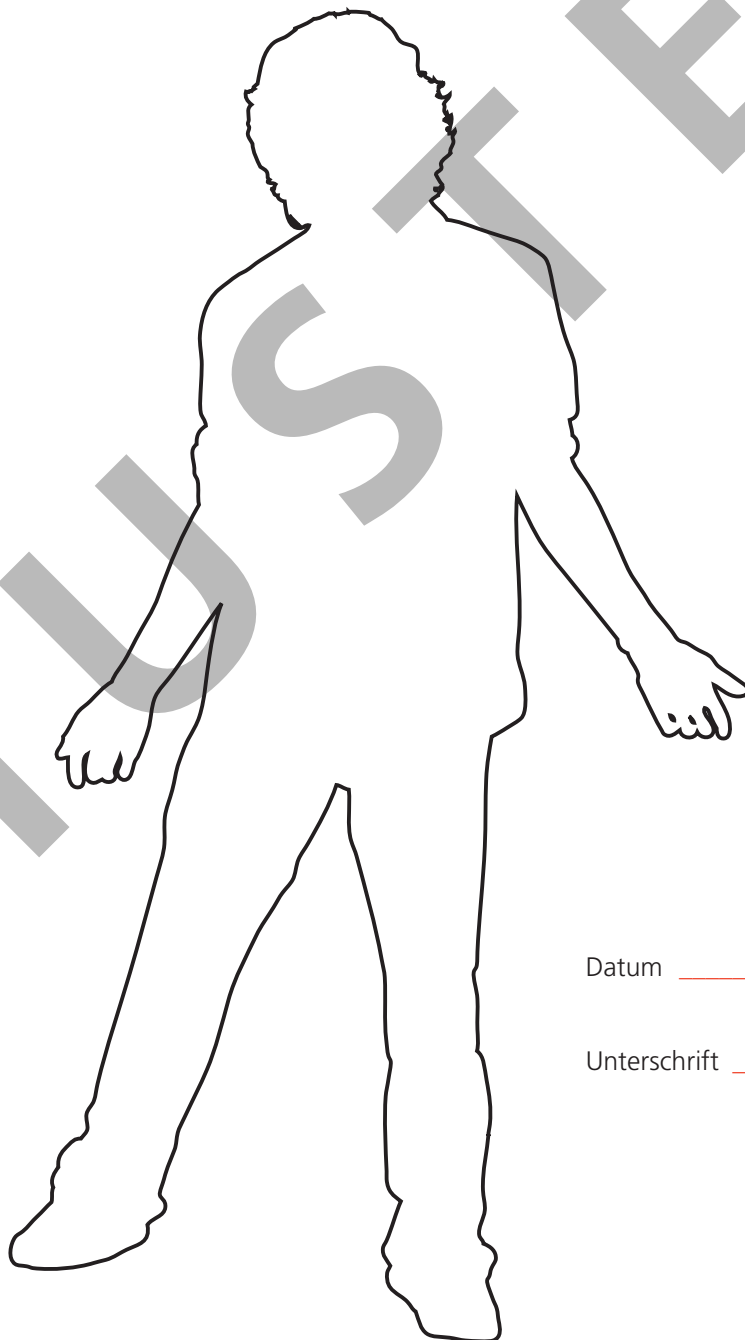


Mein Profil

Hier hast Du auf einen Blick Deine besonderen Stärken und Deine ganz besonderen Eigenschaften.

Sieh Dir dazu die Grafik mit Deinen besonderen Stärken noch einmal an. Und schreibe Deine Stärken außen an den Körper.

Wähle außerdem die Eigenschaften aus, die auf Dich genau zutreffen und die Du gern an Dir magst. Schreibe sie in den Körper.



Datum _____

Unterschrift _____



Dieses Blatt kannst Du später in den **ProfilPASS®** für Erwachsene einlegen.

ProfilPASS®

für junge Menschen

Kompetenz-Nachweis

Herr/Frau

geboren am

wohnhaft in

hat den ProfilPASS für junge Menschen® durchgearbeitet und dabei

- das eigene Leben und Handeln reflektiert
- individuelle Fähigkeiten ermittelt
- Stärken sichtbar gemacht und
- persönliche Interessen erfasst.

Einrichtung (Stempel)

Begleitung (Unterschrift)

Der **ProfilPASS®** ist ein durch professionelle Begleitung unterstütztes Instrument der Selbstexploration und systematischen Erfassung individueller Fähigkeiten und Kompetenzen im Prozess des lebenslangen Lernens. Neben der Sichtbarmachung von Lernprozessen dient er vor allem der individuellen Reflexion im Hinblick auf den privaten und beruflichen Lebensweg.

Der **ProfilPASS®** wurde im Rahmen des von dem Bundesministerium für Bildung und Forschung und dem Europäischen Sozialfonds geförderten Verbundprojektes »Weiterbildungspass mit Zertifizierung informellen Lernens« der Bund-Länder-Kommission für Bildungsplanung und Forschungsförderung entwickelt. Weitere Informationen zum **ProfilPASS®** finden Sie im Internet unter »<http://www.profilpass.de>«.