



# 2-Tages-Format & Angebot.



## ZIELE UND METHODEN

Dieses zweitägige Methoden-Set ermöglicht den Schüler\*innen eine konzentrierte Beschäftigung mit ihrem inneren und äußeren Orientierungsprozess. Am ersten Tag beschäftigen sich die Schüler\*innen mit ihren eigenen Fähigkeiten, Interessen sowie Werten/Lebenszielen. Ein externes Angebot aus dem Bereich Informationskompetenz (hier als Beispiel der Besuch der Studienbotschafter) vermittelt am zweiten Tag Informationen und persönliche Einblicke in Studien-, Ausbildungs- oder Berufswelten. Eine Methode zum Thema Entscheidungsfindung gibt Hilfen an die Hand, mit Entscheidungssituationen besser umzugehen.



## MATERIALIEN UND VORBEREITUNG

- Planen Sie den Besuch der externen Anbieter.
- Laden Sie Ihre Schüler\*innen zu beiden Orientierungstagen ein.
- Drucken Sie alle Methoden, die in dieser Einheit verwendet werden, aus und spielen Sie sie mitsamt den Arbeitsblättern einmal für sich durch.
- Legen Sie alle Arbeitsblätter in der benötigten Anzahl bereit.
- Wählen Sie zwei Warm-ups aus. Sie finden eine Auswahl auf der Website.
- Halten Sie ein Portfolio (z.B. das Logbuch des Methodenkoffers) bereit.

Die Schüler\*innen werden nach jeder Methode dort ihre Erkenntnisse sammeln und am Ende des 2. Tages in der Gesamtschau noch einmal reflektieren können.



## ZEITBEDARF

Wenn Sie nacheinander mehrere Methoden durchführen, sparen Sie pro Methode beim Einstieg und Abschluss etwas Zeit. Nutzen Sie diese, um großzügige Pausen zu ermöglichen.

## Tag 1

### Arbeitsphase

### Methode

### Zeit

#### EINSTIMMUNG

#### WARM-UP

30 Min

Begrüßung  
Umgang mit dem Portfolio

#### WO STEHE ICH IM MOMENT?

#### FLOW

45 Min

#### PAUSE

10 Min

#### WAS KANN ICH?

#### EIGENLOB STIMMT

60 Min

#### PAUSE

15 Min

#### WOFÜR INTERESSIERE ICH MICH?

#### TRAUMJOB

90 Min

#### PAUSE

30 Min

#### WAS IST MIR WICHTIG?

#### WERTE-WORKSHOP

90 Min

#### REFLEXION UND ABSCHLUSS

#### PORTFOLIOARBEIT

15 Min

Welche Erkenntnisse nehme ich mit?  
Was sind meine nächsten Schritte?



# 2-Tages-Format & Angebot.



Tag 2

Arbeitsphase

Methode

Zeit

Meine Notizen.....

**BEGRÜSSUNG UND TAGESPLAN**

**WARM-UP**

15 Min

Feedback: Wie war der gestrige Tag?

**WO STEHE ICH IM MOMENT?**

**FOCUSING (AUDIO)**

15 Min

**EXTERNER ANGEBOT**

**EVTL. STUBO-MESSE**

3 h

z. B. Besuch der Studienbotschafter

**PAUSE**

30 Min

**WAS HILFT MIR, MICH ZU ENTSCHEIDEN?**

**MEIN INNERES BERATERTEAM**

90 Min

**PAUSE**

10 Min

**WO STEHE ICH IM MOMENT?**

**FOCUSING (AUDIO)**

15 Min

**REFLEXION UND ABSCHLUSS**

**PORTFOLIOARBEIT**

30 Min

Welche Erkenntnisse nehme ich mit?

Was sind meine nächsten Schritte?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....