

# Schnupper- lehre – mein Tagebuch

Berufs-, Studien- und Laufbahnberatung  
Cussegliaziun da professiun, da studi e da carriera  
Orientamento professionale, negli studi e nella carriera

[berufsbildung.gr.ch](http://berufsbildung.gr.ch)



Amt für Berufsbildung  
Uffizi per la furmaziun professiunala  
Ufficio della formazione professionale

# Schnupperlehre

Mit einer Schnupperlehre kannst du einen Beruf kennenlernen und abklären, ob du für den Beruf geeignet bist.

Das Schnuppern kann zwischen einem und mehreren Tagen dauern. Die Schnupperlehre kann auch als Teil des Selektionsverfahrens vom Lehrbetrieb durchgeführt werden. Ziel ist es dann herauszufinden, ob du neben der beruflichen Eignung auch in den Lehrbetrieb passt, beziehungsweise ob dir das berufliche Umfeld zusagt.

## Kontakt mit dem Betrieb aufnehmen

Du kannst den Lehrbetrieb anrufen oder persönlich vorbeigehen. Erkundige dich beim Betrieb über Folgendes:

- Ist eine Schnupperlehre in nächster Zeit möglich?
- Wie viele Tage kann ich schnuppern?
- Bei wem muss ich mich am ersten Tag melden?
- Muss ich etwas mitnehmen?

## Wichtige Tipps

- Überlege dir, wie du den Weg zum Betrieb findest.
- Erscheine pünktlich.
- Kleide dich sauber und korrekt.
- Stelle Fragen und zeige Interesse.
- Handy abstellen oder Zuhause lassen.
- Bitte übergib deiner Berufsbildnerin oder deinem Berufsbildner den Schnupperpass zu Beginn der Schnupperlehre.
- Trage deine Eindrücke ins Schnuppertagebuch ein.

## Bist du bereit für die Schnupperlehre?

- Ich habe im Berufsinformationszentrum (BIZ) oder im Internet unter [www.berufsberatung.ch](http://www.berufsberatung.ch) Informationen über den Beruf eingeholt.
- Ich habe einen Berufsfilm angeschaut.
- Ich habe mir bei der Berufsberatung, in der BIZ App oder auf [www.berufsbildung.gr.ch](http://www.berufsbildung.gr.ch) das Lehrfirmenverzeichnis (LEFI) besorgt.
- Ich habe mich über den Lehrbetrieb erkundigt.
- Ich habe mit meinen Eltern über meine Berufswahl gesprochen.
- Ich habe mit der Schule abgeklärt, ob und wann ich schnuppern kann.

**Je besser der Eindruck ist, den du während der Schnupperlehre hinterlässt, desto höher sind deine Chancen auf eine Lehrstelle.**

# Meine Schnupperlehre als \_\_\_\_\_

Name und Adresse der Firma:

---

---

Name des Berufsbildners/der Berufsbildnerin:

---

---

Telefon:

---

---

Schnupperlehre von \_\_\_\_\_ bis \_\_\_\_\_

Arbeitszeiten von \_\_\_\_\_ bis \_\_\_\_\_

Das muss ich mitbringen:

---

---

Bemerkungen:

---

---

Meine Fragen an den Berufsbildner/die Berufsbildnerin:

---

---

---

---

# Tagebuch 1. Tag

Datum:

So habe ich mich heute  
gefühlt:



Das habe ich heute gemacht:

---

---

---

Das habe ich heute gelernt:

---

---

---

Das hat mir heute am besten gefallen:

---

---

Das hat mir heute nicht gefallen:

---

---

Mit diesen Personen habe ich heute zusammengearbeitet:

---

---

Bemerkungen zum heutigen Tag und/oder Fragen für morgen:

---

---

---

# Tagebuch 2. Tag

Datum:

So habe ich mich heute  
geföhlt:



Das habe ich heute gemacht:

---

---

---

Das habe ich heute gelernt:

---

---

---

Das hat mir heute am besten gefallen:

---

---

Das hat mir heute nicht gefallen:

---

---

Mit diesen Personen habe ich heute zusammengearbeitet:

---

---

Bemerkungen zum heutigen Tag und/oder Fragen für morgen:

---

---

---

# Tagebuch 3. Tag

Datum:

So habe ich mich heute  
geföhlt:



Das habe ich heute gemacht:

---

---

---

Das habe ich heute gelernt:

---

---

---

Das hat mir heute am besten gefallen:

---

---

Das hat mir heute nicht gefallen:

---

---

Mit diesen Personen habe ich heute zusammengearbeitet:

---

---

Bemerkungen zum heutigen Tag und/oder Fragen für morgen:

---

---

---

# Tagebuch 4. Tag

Datum:

So habe ich mich heute  
gefühlt:



Das habe ich heute gemacht:

---

---

---

Das habe ich heute gelernt:

---

---

---

Das hat mir heute am besten gefallen:

---

---

Das hat mir heute nicht gefallen:

---

---

Mit diesen Personen habe ich heute zusammengearbeitet:

---

---

Bemerkungen zum heutigen Tag und/oder Fragen für morgen:

---

---

---

# Tagebuch 5. Tag

Datum:

So habe ich mich heute  
gefühlt:



Das habe ich heute gemacht:

---

---

---

Das habe ich heute gelernt:

---

---

---

Das hat mir heute am besten gefallen:

---

---

Das hat mir heute nicht gefallen:

---

---

Mit diesen Personen habe ich heute zusammengearbeitet:

---

---

Bemerkungen zum heutigen Tag und/oder Fragen für morgen:

---

---

---

# Meine persönliche Auswertung

	Ja	zum Teil	Nein
Habe ich den Beruf durch diese Schnupperlehre gut kennengelernt?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Habe ich Arbeiten kennengelernt, die ich auch über längere Zeit ausüben möchte?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Habe ich einen Eindruck vom Arbeitsalltag erhalten?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kenne ich die Anforderungen für diesen Beruf?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Habe ich die Fähigkeiten, um diesen Beruf auszuüben?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gefällt mir der Beruf?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Habe ich mich im Betrieb wohlfühlt?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kann ich mir vorstellen, in diesem Beruf eine Lehre zu absolvieren?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Möchte ich mich beim Schnupperbetrieb um eine Lehrstelle bewerben?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Diese Arbeiten habe ich gerne gemacht:

---



---



---



---

Diese Arbeiten habe ich nicht gerne gemacht:

---



---



---



---

Das gefällt mir am Beruf:

---



---



---



---

Das gefällt mir am Beruf nicht:

---



---



---



---

# Schnupperpass

Schnupperlehre als:

Datum:  
von:

bis:

Name:

Vorname:

Schule:

Schulstufe/Modell:

Betrieb:

Ort:

## Einschätzung der Berufsbildnerin/ des Berufsbildners

Zuständige Person:

sehr gut

gut

genügend

mangelhaft

ungenügend

nicht beurteilbar

Was hatten Sie für einen ersten Eindruck (äußere Erscheinung und Auftreten)?

Wie erfasst und begreift sie/er die Aufgaben?

Wie führt sie/er die Aufgaben durch?  
Sorgfalt

Arbeitstempo

Ausdauer

Fertigkeit und Handgeschick

Wie sind Ordnung und Sauberkeit am Arbeitsplatz?

Wie schätzen Sie ihre/seine Persönlichkeit ein?  
Verhalten, Betragen

Kontaktfähigkeit, Offenheit

Umgang im Team

Selbständigkeit

Selbstsicherheit, Selbstvertrauen

Zuverlässigkeit, Pünktlichkeit

Aufmerksamkeit, Konzentration

Wie ist ihr/sein Interesse am Beruf?

Wie beurteilen Sie ihre/seine Eignung für den Beruf?  
Körperliche Eignung

Schulische Eignung

Persönliche Eignung

Bemerkungen:

Datum/Stempel/Unterschrift:

Erfülle ich die Voraussetzungen, um den Beruf zu erlernen?  
Wo muss ich mich noch verbessern?

Ich eigne mich für den Beruf, weil...

Bemerkungen:

## Nach der Schnupperlehre

- Schnuppere auch noch andere Berufe und vergleiche die gewonnenen Eindrücke.
- Besprich deine Erfahrungen mit den Eltern, den Lehrpersonen oder mit deiner Berufsberaterin/deinem Berufsberater.
- Plane die weiteren Schritte. Deine Berufsberaterin/dein Berufsberater unterstützt dich gerne dabei.

# Vorbereitung Auswertungsgespräch

## Vorbereitung auf das Auswertungsgespräch mit der Berufsbildnerin/dem Berufsbildner

Bereite dich auf das Schlussgespräch mit deiner Berufsbildnerin oder deinem Berufsbildner vor. Was willst du noch wissen?

---

---

---

---

### Überlege dir Antworten auf mögliche Fragen:

- Was hat dir am besten gefallen?
- Was hat dir nicht gefallen?
- Kannst du dir vorstellen, bei uns eine Lehre zu absolvieren?
- Warum gerade in unserem Betrieb?

Lass dir auf jeden Fall von der Berufsbildnerin/vom Berufsbildner den Schnupperpass ausfüllen! Am besten ist, wenn sie/er mit dir die Auswertung bespricht. Falls er/sie den Schnupperpass nicht direkt ausfüllen kann, frag ihn/sie, bis wann er/sie ihn dir schicken kann.

# Berufsberatung

Du stehst vor der Berufswahl und möchtest wissen, welcher Beruf am besten zu dir passt und wie du zu deinem Traumberuf kommst? Die Beraterinnen und Berater unterstützen dich bei deiner Berufswahl.

### Angebot

für Oberstufenschüler/innen, Schüler/innen der Brückenangebote sowie deren Eltern und Erziehungsberechtigte

### Inhalte der Beratung

- Begleitung im Berufswahlprozess
- Standortbestimmung und Potenzialanalyse
- Testabklärungen (Interessen, Leistung)
- Bewerbungsunterstützung
- Unterstützung bei der Lehrstellen-suche
- Suche nach Zwischenlösungen

### Kosten

Die Beratung ist für alle in Graubünden wohnhaften Personen kostenlos. Für erwachsene Personen, welche ausserhalb des Kantons Graubünden wohnhaft sind, ist die Beratung kostenpflichtig. Die Kostenbeteiligung beträgt Fr.150.– (exkl. MWST) pro Beratungsstunde.

### Anmeldung

biz@afb.gr.ch,  
Online-Formular auf  
[www.berufsbildung.gr.ch](http://www.berufsbildung.gr.ch)



## Standorte BIZ

**Chur**  
Grabenstrasse 1  
7001 Chur  
+41 81 257 27 72

**Davos**  
Talstrasse 2C  
7270 Davos Platz  
+41 81 257 49 40

**Ilanz/Glion**  
Bahnhofstrasse 31  
7130 Ilanz  
+41 81 257 27 72

**Poschiavo**  
Via da Spultri 44  
7742 Poschiavo  
+41 81 257 49 40

**Roveredo**  
Al Giardinètt 2  
6535 Roveredo GR  
+41 81 257 65 83

**Samedan**  
Plazzet 16  
7503 Samedan  
+41 81 257 49 40

**Scuol**  
Stradun 403A  
7550 Scuol  
+41 81 257 49 40

**Thusis**  
Feldstrasse 4  
7430 Thusis  
+41 81 257 27 72





