



profilo – Der Berufswahlordner
profilo – l'ordinatur da tscherna da professiun
profilo – il raccoglitore relativo alla scelta della professione

I.	planen	planisar	pianificare
<hr/>			
1.	Ich	Jau	Io
<hr/>			
2.	sich orientieren	s'orientar	orientarsi
<hr/>			
3.	vergleichen	cumparegliar	confrontare
<hr/>			
4.	entdecken	explorar	scoprire
<hr/>			
5.	entscheiden	decider	decidere
<hr/>			
6.	umsetzen	realisar	mettere in pratica
<hr/>			
7.	vorbereiten	sa preparar	preparare
<hr/>			
II.	Dokumente	Documents	Documenti
<hr/>			
III.	Notizen	Notizias	Annotazioni

Impressum

4. Auflage 2024 | 4. ediziun 2024 | 4^o edizione 2024

Berufs-, Studien- und Laufbahnberatung Graubünden

Cussegliaziun da professiun, da studi e da carriera Grischun

Orientamento professionale, negli studi e nella carriera del Grigioni

Layout | Concepziun | Layout

FRY & PARTNER GmbH

I. planen

planisar

pianificare

- Planen der Berufswahl
 - Planisar l'elecziun da professiun
 - Pianificare la scelta della professione
-

Wo stehe ich in der Berufswahl?

Wie kann ich vorgehen?

Wer kann mich unterstützen?

Nua ma chat jau el process da l'elecziun da professiun?

Co poss jau proceder?

Tgi ma po sustegnair?

A che punto sono della scelta professionale?

Come posso procedere?

Chi mi può sostenere?

Dokumente

- Berufswahlbroschüre
- Berufswahlfahrplan
- Links zur Berufswahl für Jugendliche

Documents

- elecziun da professiun
- urari da la tscherna da professiun
- links tar l'elecziun da professiun

Documenti

- scelta professionale
- scadenzario nella scelta professionale
- links sulla scelta professionale per i giovani

1. Ich

Jau

Io

-
- sich selber kennenlernen – Interessen und Stärken
 - imprenditor ad enconuscher sasez – interess e fermezzas
 - conosco me stesso, i miei interessi e i miei punti di forza
-

Wer bin ich? Was kann ich? Was will ich?

Wie sehe ich mich? Wie sehen mich andere? Welches sind meine Interessen?

Was macht mir Freude? Wo bin ich gut in der Schule? Was sind meine Lieblingsfächer?

Welches sind meine Fähigkeiten? Welche Voraussetzungen bringe ich mit?

Tgi sun jau? Tge sai jau? Tge vi jau?

Co ma ves jau? Co vesan auters mai?

Tge èn mes interess? Tge ma fa plaschair?

Nua sun jau buna u bun en scola? Tge èn mes roms preferids?

Tgeninas èn mias abilitads?

Tge premissas ademplesch jau?

Chi sono? Cosa so fare? Cosa voglio?

Come mi vedo? Come mi vedono gli altri? Quali sono i miei interessi?

Cosa mi piace? In quali materie riesco bene a scuola? Quali sono le mie materie preferite?

Quali sono le mie abilità? Quali competenze possiedo già?

Dokumente

- Fremdeinschätzung
- Selbsteinschätzung

Documents

- valutaziun tras auters
- valutaziun da sasez

Documenti

- percezione esterna
- autovalutazione

2. sich orientieren s'orientar orientarsi

- Berufs- und Ausbildungswelt kennenlernen
 - imprenditoria ad enconuscher il mund da professiun e da scolaziun
 - esploro le diverse professioni e formazioni
-

Welche Berufe gibt es? Welche schulischen Ausbildungen gibt es?
Welche Zwischenlösungen / Brückenangebote gibt es?
Welche Voraussetzungen sind nötig? Was sind meine Favoriten?

Tge professiuns datti? Tge furmaziuns da scola datti?
Tge soluziuns transitoricas / schliaziuns intermediaras datti?
Tge premissas èn necessarias? Tgenins èn mes favorits?

Che professioni esistono? Quali sono i percorsi formativi?
Quali soluzioni alternative / offerte transitorie ci sono? Che competenze occorrono?
Quali sono le mie attività preferite?

Dokumente

- Bildungssystem
- Berufliche Grundbildung
- Berufsmaturität
- Fachmittelschule
- Gymnasium
- Handelsmittelschule
- Informatikmittelschule
- Mittelschule - ja oder nein?
- Brückenangebote

Documents

- sistem da furmaziun
- furmaziun professiunala da basa
- maturitad professiunala
- scola media spezialisada
- scola da maturitad gimnasiala
- scola media commerziala
- scola media d'informatica
- scola media – gea u na?
- soluziuns transitoricas

Documenti

- sistema formativo
- formazione professionale di base
- la maturità professionale
- scuola media specializzata
- il ginnasio / liceo
- scuola media di commercio
- scuola media di informatica
- scuola media superiore - si oppure no?
- offerte transitorie

3. vergleichen cumparegliar confrontare

- Interessen und Stärken mit Anforderungen der Berufe vergleichen
 - cumparegliar ils interess e las fermezzas cun las pretensiuns da las professiuns
 - confronto i miei interessi e le mie caratteristiche personali con le abilità richieste nei vari ambiti professionali
-

Welche Anforderungen meiner Wunschberufe erfülle ich? Welche nicht?

Wo muss ich mich noch verbessern?

Welche passenden verwandten Berufe gibt es?

Welche Wege zum Wunschberuf gibt es?

Tge premissas da mia professiun da giavisch ademplesch jau? Tgeninas na betg?

Nua ma stoss jau anc megliurar?

Tge professiuns parentadas che van a prà cun mai datti?

Tge vias a la professiun da mes siemi datti?

Quali richieste delle mie professioni desiderate riesco a soddisfare? Quali invece no?

Dove devo migliorarmi?

Quali altre simili e adeguate professioni ci sono?

Quali percorsi esistono verso la professione desiderata?

Dokumente

- Anforderungen - Welche Kompetenzen braucht es für den Wunschberuf?

Documents

- pretensiuns - tge cumpetenzas dovras ti per tes mastergn da siemi?

Documenti

- esigenze - quali competenze ci vogliono per la professione dei sogni?

4. entdecken

explorar

scoprire

-
- interessante Berufe genauer ansehen
 - examinar pli detagliadamain professiuns interessantas
 - conosco più da vicino le professioni che mi interessano
-

Wo und wann will ich Berufe kennenlernen? Wo und wie kann ich Berufsleute befragen?
Wie organisiere ich eine Schnupperlehre? Was sind meine Erfahrungen?
Decken sich Wunsch und Wirklichkeit? Wie sieht meine Hitliste jetzt aus?

Nua e co vi jau emprender d'enconuscher las professiuns? Nua e co poss jau tschentar dumondas a glied da professiun? Co organisesch jau in fufragnadi?
Tge experientschas hai jau fatg? Correspundan mes giavischs a la realitad?
Co vesa mia glista da favurits ora?

Dove e quando posso conoscere meglio una determinata professione? Dove e quando posso chiedere informazioni a chi svolge una determinata professione?
Come organizzo uno stage d'orientamento? Che esperienze ho?
I miei desideri sono realistici? Come si presenta la mia lista delle preferenze?

Dokumente

- Die Schnupperlehre
- Meine Schnupperlehren
- Schnupperlehre – mein Tagebuch
- Schnupperpass

Documents

- il fufragnadi
- mes fufragnadis
- fufragnadi – mes diari
- pass da fufragnadi

Documenti

- lo stage di orientamento
- i miei stage professionali
- diario per lo stage
- attestato di stage

5. entscheiden

decider

decidere

- überprüfen und entscheiden
 - examinar e decider
 - verifico e decido
-

Was spricht für den einen Beruf, was für den anderen?

Wie kann ich mich entscheiden?

Wer unterstützt mich beim Entscheiden?

Welcher Beruf ist der Richtige?

Tge avantatgs ha quella professiun, tgenins l'otra?

Co poss jau ma decider?

Tgi sustegna mai da prender ina decisiun?

Tge professiun è la dretga?

Quali sono i pro e i contro di una professione piuttosto che di un'altra?

Come faccio a decidere?

Chi mi supporta nel processo decisionale?

Qual è la professione giusta per me?

Dokumente

- Rangliste Berufe

Documents

- rangaziun da professiuns

Documenti

- classifica delle professioni

- Lehrstelle suchen oder für weiterführende Schule anmelden
- tschertgar ina piazza d'emprendissadi u s'annunziar per ina scola cuntinuanta
- cerco un posto di tirocinio o mi iscrivo ad una scuola

Wo finde ich offene Lehrstellen? Wie bewerbe ich mich um eine Lehrstelle?

Was gehört alles zu den Bewerbungsunterlagen?

Wie verhalte ich mich am Vorstellungsgespräch?

Wann und wie muss ich mich für die Aufnahmeprüfung zur Mittelschule anmelden?

Wann findet die Prüfung statt und was sind die Inhalte?

Nua chat jau plazzas d'emprendissadi libras?

Co m'annunziel jau per ina piazza d'emprendissadi? Tge tutga tut tar ils documents d'annunzia?

Co ma cumport jau durant il discurs da preschentaziun?

Cura e co stoss jau m'annunziar per l'examen d'admissiun a la scola media?

Cura ha lieu l'examen e tge cuntegns vegnan examinads?

Dove trovo i posti d'apprendistato vacanti? Come mi candido per un posto d'apprendistato?

Come preparo il mio dossier di candidatura? Come mi comporto al colloquio di presentazione?

Quando e come devo iscrivermi all'esame d'ammissione alla scuola media?

Quando si svolge l'esame e quali sono i contenuti?

Dokumente

- Tipps zur Lehrstellensuche
- Eignungstests
- Tipps zum Bewerbungsbrief
- Tipps zum Lebenslauf
- Tipps zur Lehrstellenbewerbung
- Übersicht Lehrstellen-Bewerbungen
- Tipps zum Vorstellungsgespräch

Documents

- tips per la tschertga da plazzas d'emprendissadi
- tests da qualificaziun
- tips per la brev d'annunzia
- tips per il curs da la vita
- tips per s'annunziar per plazzas d'emprendissadi
- survista da las annunzias per ina piazza d'emprendissadi
- tips per il discurs da preschentaziun

Documenti

- consigli per la ricerca di un posto di tirocinio
- test attitudinali
- consigli per la lettera di candidatura
- consigli per il curriculum
- consigli per la candidatura per posti di tirocinio
- panoramica dei concorsi per posti di tirocinio
- consigli per il colloquio di presentazione

7. vorbereiten sa preparar preparare

- sich vorbereiten auf Berufslehre oder weiterführende Schule
 - sa preparar per l'emprendissadi u per la scola cuntinuanta
 - mi preparo per il tirocinio o per il proseguimento della formazione scolastica
-

Wie kann ich mich auf die Lehre oder die weiterführende Schule vorbereiten?
Was muss ich alles organisieren?

Co poss jau ma preparar per l'emprendissadi u per ina scola cuntinuanta?
Tge stoss jau tut organisar?

Come posso prepararmi in vista di iniziare un tirocinio o una scuola? Cosa devo organizzare?

Dokumente

- Tipps zur Prüfungsvorbereitung
- Wohnen für Schüler/innen, Lernende und Studierende
- Vorbereitung auf die Lehre oder eine weiterführende Schule

Documents

- tips per la preparaziun d'examens
- propostas d'abitar per scholaras e scholars, emprendists e students
- preparaziun sin l'emprendissadi u sin ina scola cuntinuanta

Documenti

- consigli per la preparazione agli esami
- alloggi per allievi, apprendisti e studenti
- preparazione al tirocinio o ad una scuola seguente

II. Dokumente

Documents

Documenti

III. Notizen

Notizias

Annotazioni