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

Schnupperlehre – mein Tagebuch



Schnupperlehre

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

Schnuppern ist dann sinnvoll, wenn du bereits intensiv über deine Berufswünsche nachgedacht hast.

Die Schnupperlehre kann auch als Teil des Selektionsverfahrens vom Lehrbetrieb durchgeführt werden. Er möchte dann herausfinden, ob du für den Beruf geeignet bist, in den Lehrbetrieb passt und ob dir das berufliche Umfeld zusagt.

Kontakt mit dem Betrieb aufnehmen

Du kannst eine E-Mail schreiben, 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** Informationen über den Beruf eingeholt.
- [ ] Ich habe mir bei der Berufsberatung oder auf **www.berufsbildung.gr.ch** das Lehrfirmenverzeichnis (LEFI) besorgt.
- [ ] Ich habe mich über den Lehrbetrieb erkundigt und mir allfällige Fragen notiert.
- [ ] Ich habe mit meinen Eltern über meine Berufswahl gesprochen.
- [ ] Ich habe mit der Schule abgeklärt, ob und wann ich schnuppern kann.
- [ ] Ich habe mir den Termin, die Adresse und den Namen der Ansprechperson notiert.

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 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 3. 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 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 offene Fragen:

Meine persönliche Auswertung

	ja	teilweise	nein
Habe ich den Beruf durch diese Schnupperlehre gut kennengelernt?	☐	☐	☐
Habe ich Arbeiten kennengelernt, die ich auch über längere Zeit ausüben möchte?	☐	☐	☐
Habe ich einen Eindruck vom Arbeitsalltag erhalten?	☐	☐	☐
Kenne ich die Anforderungen für diesen Beruf?	☐	☐	☐
Habe ich die Fähigkeiten, um diesen Beruf auszuüben?	☐	☐	☐
Gefällt mir der Beruf?	☐	☐	☐
Habe ich mich im Betrieb wohlgefühlt?	☐	☐	☐
Kann ich mir vorstellen, in diesem Beruf eine Lehre zu absolvieren?	☐	☐	☐
Möchte ich mich beim Schnupperbetrieb um eine Lehrstelle bewerben?	☐	☐	☐

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 oder 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 oder 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 oder vom Berufsbildner den Schnupperpass ausfüllen! Am besten ist, wenn ihr die Auswertung gemeinsam besprecht. Falls sie oder er den Schnupperpass nicht direkt ausfüllen kann, frag nach, bis wann du ihn erhältst.

Berufsberatung

Du bist in der Berufswahl? Du willst wissen, welche Bildungswege und Berufe zu dir passen? Wir begleiten dich bei der Berufswahl.

Inhalte der Beratung
Unsere Berufsberaterinnen und Berufsberater

- erklären dir, wie die Berufswahl abläuft;
- helfen dir, deine Stärken und Interessen zu entdecken;
- nutzen bei Bedarf Tests, um deine Fähigkeiten und Interessen besser einzuschätzen;
- informieren dich über Berufe und Ausbildungswege;
- unterstützen dich bei Bewerbungen und bei der Suche nach einer Lehrstelle.

In persönlichen Gesprächen finden wir gemeinsam heraus, welche beruflichen und schulischen Wege zu dir passen.

Die Beratung ist persönlich, vertraulich und unabhängig. Sie findet an acht Standorten im Kanton statt.

Angebot
für Schülerinnen und Schüler der Oberstufen und der Brückenangebote

Kosten
Die Beratung ist für alle in Graubünden wohnhaften Personen kostenlos.

Anmeldung
telefonisch unter
+41 81 257 27 72
oder auf
www.berufsbildung.gr.ch

Standorte

Chur
Grabenstrasse 1
7001 Chur
+41 81 257 27 72

Davos
Talstrasse 2C
7270 Davos Platz
+41 81 257 27 72

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

Poschiavo
Via da Spultri 44
7742 Poschiavo
+41 81 257 27 72

Roveredo
Al Giardinètt 2
6535 Roveredo GR
+41 81 257 27 72

Samedan
Plazzet 16
7503 Samedan
+41 81 257 27 72

Scuol
Stradun 127
7550 Scuol
+41 81 257 27 72

Thusis
Feldstrasse 4
7430 Thusis
+41 81 257 27 72

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

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

Grabenstrasse 1, 7001 Chur
bslb@afb.gr.ch
www.berufsbildung.gr.ch

©BSLB Graubünden /
Amt für Berufsbildung,
Oktober 2026,
Auflage: 7000 Exemplare