So lustig geht es bei einem „richtigen" Bewerbungsgespräch wohl nur selten zu

Was man bei einem Bewerbungsgespräch alles beachten sollte

Der erste Eindruck zählt!

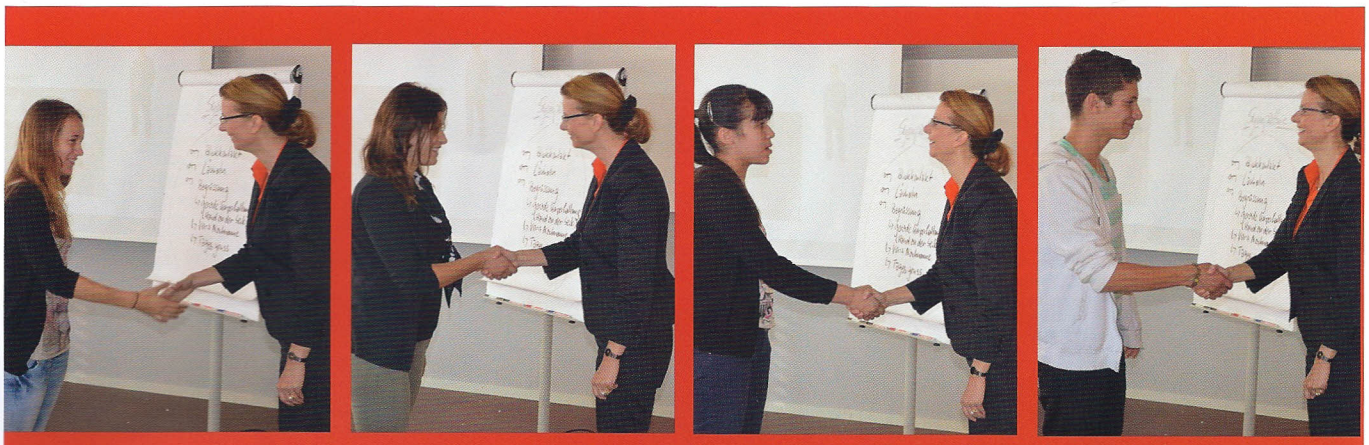
Wer hätte gedacht, dass 55% der Aufmerksamkeit beim Bewerbungsgespräch auf den ersten Eindruck, 38% auf das Konto der Stimme und nur 7% auf den Inhalt und die Botschaft gehen? In einem Workshop zum Thema „Mein Erscheinungsbild und ich" gab es für die 4. Sek/Real Tipps und Tricks rund um das Bewerbungsgespräch.

Die fünf Grundregeln des Vorstellungsgespräches sind zwar logisch. Trotzdem werden sie den Bewerbern immer wieder zum Verhängnis. Bereits das Begrüssen will gelernt sein. Eine „Fischhand" oder ein „Pfötchengriff" überzeugen nicht. Ausserdem gilt es zu beachten: Man sollte der Situation entsprechend gekleidet sein und natürlich sollte man immer gepflegt und sauber zum Gespräch erscheinen. Die Haare sollten gewaschen und gekämmt sein, die Fingernägel gepflegt und geschnitten. Die Schuhe sollten geputzt und sauber sein.

Zu einem guten Aussehen gehört eine schwarze oder dunkelblaue Hose, ein helles Hemd, wenn nötig – zum Beispiel wenn man sich bei einer Bank vorstellt – eine dunkle Krawatte. Die Hose sollte gut sitzen und leicht auf den Schuhen aufliegen, also nicht zu lang oder zu kurz sein. Eine Jeans darf auf keinen Fall verwaschen oder gar kaputt sein. Zu einem Bewerbungsgespräch sollte man maximal drei verschiedene Farben tragen. Man sollte keine unruhigen und wilden oder verkeilten Muster tragen, denn das lenkt den Gesprächspartner nur ab. Ausserdem sollten die Schuhe – keine Turnschuhe! – ordentlich geschnürt sein.

Die fünf Grundregeln

- Komme höchstens fünf Minuten zu früh, auf keinen Fall zu spät!
- Stell das Handy ab, es soll auch nicht vibrieren.
- Die Kleidung soll dem Beruf entsprechen.
- Vor dem Gespräch sollte man auf keinen Fall rauchen.
- Kohlensäurehaltige Getränke vor dem Gespräch sind zu vermeiden, damit der Magen keine unangenehmen Geräusche produziert.



Der richtige Händedruck will geübt sein - „Fischhand" und „Pfötchenhand" kommen nicht gut an

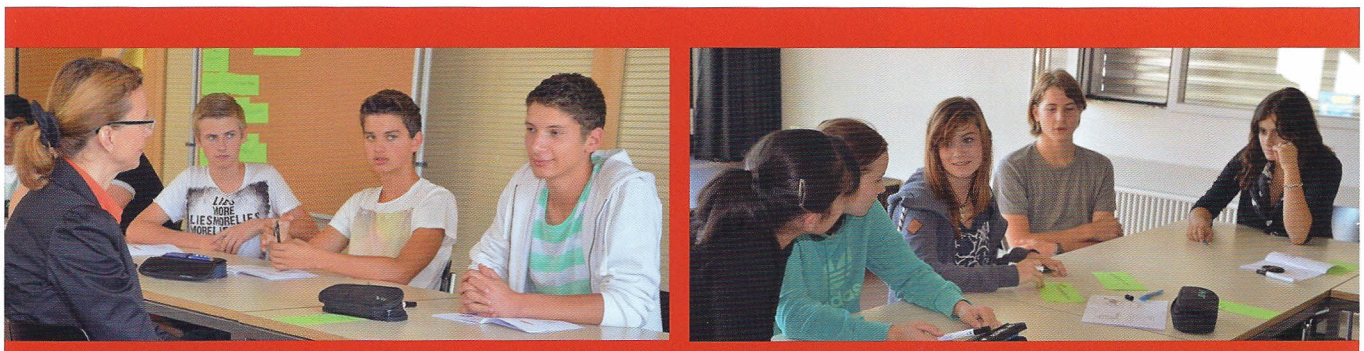
Die Frauen sollten einfach nicht zu viel Weiblichkeit präsentieren, also keine durchsichtigen oder tief ausgeschnittenen Oberteile tragen. Für ein gutes Auftreten sollten Frauen entweder eine dunkle Hose oder einen dunklen Rock, der mindestens bis zu den Knien geht, tragen. Die Schultern sollten gut bedeckt sein, sie sollten keine ärmellosen Jacken oder Hemden tragen. Man sollte sich nicht zu sehr schminken. Unter anderem sollte man geschlossene Schuhe tragen, keine Sandalen, auch im Sommer. Man sollte weder als Frau noch als Mann mehr als drei Schmuckstücke tragen.

Bevor man zu einem Bewerbungsgespräch geht, sollte man sich über den betreffenden Betrieb im Internet informieren. Auch sollte man bereits zwei/drei Fragen vorbereiten, die man bei Bedarf stellen kann. Eine Schreibvorlage und ein Stift gehören in die Tasche, die man zum Bewerbungsgespräch mitnimmt. Vor Gesprächsbeginn dreimal kurz durchatmen. Beim Gespräch nicht zu schnell oder leise reden, sondern laut und deutlich. Nicht dem Drang nachgehen, so schnell wie möglich durch das Gespräch zu kommen. Notizen helfen, sich Fragen merken zu können, und, wenn etwas nicht verstanden wird, ruhig nachfragen.

Gutes Echo für Trainerin Yvonne Schubert

Frau Schubert, welche diesen Workshop leitete, war angezogen, wie man sich für ein Bewerbungsgespräch anziehen sollte. Sie spielte mit den Schülern die Bewerbungsgespräche 1:1 durch und gab anschliessend ein Feedback. Händedruck, Gang und Styling wurden geübt und besprochen. Das war sehr hilfreich und führt hoffentlich zum nötigen Erfolg bei uns Lehrstellensuchenden.

Raphael und Lukas



Praktische und theoretische Übungen rund um die Bewerbungsgespräche

Fotos: Regula Laux

Anzeige

Garage Jakob Müller GmbH
5275 Etzgen

062 875 17 17

www.garagejakobmueller.ch