

Zusammenfassung: Das Vorstellungsgespräch

Davor	S.1
Kurz davor	S.3
Mittendrin	S.6
Danach	S.18

Davor:

Vorbereitung aufs Vorstellungsgespräch – was neben Fachwissen noch wichtig ist

Wer zum Vorstellungsgespräch eingeladen wird, hat die erste Hürde genommen. Und danach macht sich häufig schon ein klein wenig Nervosität breit. Wie bereite ich mich vor? Was muss ich mitnehmen? Wo muss ich nochmal hin?

Damit man sich am Tag seines Interviews auch wirklich darauf konzentrieren kann, sollte man nicht erst kurz vorm Losgehen anfangen, all seine Sachen zu packen. Vor allem wenn man schon weiß, dass man sicher nervös und zappelig sein wird, ist eine gute Vorbereitung schon die halbe Miete.

Wie geht man also ran? Wichtig ist: keine Panik und immer alles nacheinander.

Neben allen fachlichen Fähigkeiten und Fertigkeiten dreht sich ein Vorstellungsgespräch noch um einiges mehr. Um sich später aktiv am Interview beteiligen zu können (und sich nicht nur Antworten aus der Nase ziehen zu lassen), ist es gut, sich ein, zwei Abende vorher kurz mit dem Unternehmen selbst zu beschäftigen. Die [Firmenwebsite zum Beispiel bietet allerlei Informationen](#) – auch jenseits des Kerngeschäftes. Aufkommende Fragen sollte man sich an dieser Stelle sofort notieren, damit man sie im Interview parat hat. Die Gelegenheit, sein Interesse am Unternehmen noch einmal zu zeigen und [selbst Fragen zu stellen](#), sollte man auf jeden Fall wahrnehmen!

Desweiteren schadet es nicht, wenn man sich seine Bewerbung noch einmal ansieht. Welche Gründe hatte ich, mich gerade dort zu bewerben? Wie bin ich auf das Unternehmen aufmerksam geworden? Im gleichen Zug sollte man auch die Einladung genau lesen, sich die Kontaktdaten sicherheitshalber ins Handy einspeichern, um beispielsweise bei Verspätung oder Ähnlichem anrufen zu können.

Besonders wichtig – und mit etwas Aufwand verbunden – ist die Frage: Wie komm ich denn eigentlich zum Ort des Geschehens? Nicht jedes Interview findet gleich um die Ecke statt. Und nicht jedes Unternehmen (leider) schickt mit der Einladung eine Anfahrtsbeschreibung. Dann gilt es zu überlegen: Auto oder öffentliche Verkehrsmittel? Ersteres bedeutet, ich muss meine Fahrstrecke planen – und auch herausfinden, wo ich parken kann, wenn ich erstmal dort bin.

Nimmt man Zug oder Bus, muss man Abfahrts- und Ankunftszeiten checken, eventuelles Umsteigen beachten, und vor allem das passende Kleingeld für das Ticket bei der Hand haben. Die Dauer der Fahrten müssen berücksichtigt werden. In einer fremden Stadt sollte nach der Ankunft Zeit für Orientierung sein, eventuell muss man auch noch ein Stück laufen, um zum Unternehmen zu kommen. Und all das unter der Berücksichtigung, dass man [weder eine Stunde zu früh noch 5 Minuten zu spät](#) beim Gespräch erscheinen möchte. Gar nicht so einfach! 😊

Aus eigener Erfahrung kann ich sagen, dass es unheimlich hilft, sich eine kleine Liste zu schreiben. Dort kann man der Reihe nach abhaken, was erledigt ist und was noch fehlt.

Zum Schluss noch etwas eher Banales: Es ist beruhigend, wenn am Morgen des Vorstellungsgespräches alles bereit liegt und zusammengepackt ist. Das komplette Outfit hat man sich am Abend vorher raus gelegt, in der Tasche sind alle wichtigen Dinge inklusive [Notizblock und Stift](#), die Einladung zum Gespräch liegt oben auf. Jetzt gut frühstücken, noch einmal Durchatmen – und los geht's! 😊

Das Drumherum beim Vorstellungsgespräch

In vielen Ratgebern ist immer wieder die Rede davon, wie man sich im Vorstellungsgespräch verhält, wie man sich kleiden und vorbereiten soll und so weiter und so weiter. Aber nirgends wird erwähnt, wie sich das ganze Drumherum gestaltet: Was macht man, wenn man für einen Termin eingeladen wird? Welche Fragen sollten zum Zeitpunkt der Terminvereinbarung schon geklärt werden? Welche Fettnäpfchen sollte man möglichst auslassen?

Erhält man den ersehnten Anruf für die Einladung zu einem Vorstellungsgespräch, sollte man trotz der Euphorie einen kühlen Kopf bewahren und sich überlegen, welche Informationen man selbst noch benötigt. Neben dem Datum und der Uhrzeit ist vor allem der Ort sehr wichtig. Da wäre eine Anschrift schon mal ein erster Schritt. Noch besser ist eine genaue Vor-Ort-Beschreibung: Also gibt es eine Rezeption, an der ich mich melden muss? Wie finde ich das Büro, Besprechungszimmer, Konferenzraum? Wo kann ich parken? Wie komme ich mit öffentlichen Verkehrsmitteln zu dem Unternehmen?

Weiterhin gut zu wissen ist, mit wem man das Gespräch führen wird. Hat man erst mal einen Namen vorliegen, fällt es auch leichter denjenigen später anzusprechen und zu begrüßen. Außerdem kann man sich erkundigen, wie das Gespräch ablaufen wird, ob es einen Test gibt oder ob man noch weitere Referenzen mitbringen soll. Auch die Frage nach der Kleidung ist möglich, allerdings sollte man vorher überlegen, ob sich die Frage nicht von allein klärt.

Fragen, die man lieber nicht stellen sollten, wären in meinen Augen:

- Darf ich noch jemanden mitbringen?

- Wird das Gespräch länger als eine Stunde dauern? (Wenn man keine Zeit hat für das Gespräch, sollte man sich lieber einen anderen Termin geben lassen.)
- Wie viele Leute haben sich auf die Stelle beworben? (Die Frage kann man zwar stellen, aber sie hat keinerlei Informationsgehalt für das Gespräch.)

Hat man alle wichtigen Infos beisammen, ist es gut sich das Ganze noch mal per E-Mail zuschicken zu lassen. Dann hat man es auch noch mal schwarz auf weiß.

„Was wissen Sie über unsere Firma?“

Diese Frage gehört zu den Klassikern im Vorstellungsgespräch und doch muss ich immer wieder feststellen, dass Bewerber auf diese Frage nicht genügend vorbereitet sind. Dabei ist eine gute Vorbereitung so einfach.

Grundsätzlich geht der Personaler davon aus, dass Ihr Euch schon bei Eurem [Anschreiben](#) mit der [Homepage](#) des jeweiligen Unternehmens auseinandergesetzt habt. Dies ist also das Mindestmaß an Wissen, welches Ihr zum Vorstellungsgespräch haben solltet. Die Homepage eignet sich jedoch auch für jede Menge weiterer Ideen zum Suchen von brauchbarem Wissen im Netz. Außerdem lohnt es sich immer nach Brancheninformationen im Netz zu suchen, da diese Euch darüber Aufschluss geben, in welchem Umfeld sich das Unternehmen bewegt.

Bei größeren Unternehmen empfiehlt es sich zudem noch die einschlägigen Fachzeitschriften zu durchforsten. Dies gelingt Euch am schnellsten, wenn Ihr mal in der Uni-Bibliothek recherchiert. Diese bieten meist einen kostenlosen Onlinezugang Zugang, mit denen Ihr gleichzeitig mehrerer Zeitschriften auf einmal durchsuchen könnt.

Mit einer intensiven Suche im Netz bzw. in der Bibliothek ist die Arbeit doch noch längst nicht getan. Nun geht es darum die Informationen zu strukturieren und in brauchbare und weniger brauchbare Informationen zu unterscheiden. An dieser Stelle empfehle ich Euch nicht erst zu warten, bis Ihr die besagte Frage gestellt bekommt. Vielmehr solltet Ihr versuchen, dieses Wissen geschickt im Interview einzubauen. In der Regel wird jeder Kandidat gebeten seinen Lebenslauf kurz zu präsentieren, dies ist also für Euch die Gelegenheit mit Eurem neuen Wissen zu punkten.

Normalerweise will der Personaler oder Geschäftsführer nicht gebauchpinselt werden, sondern er möchte wissen, ob Ihr Euch wirklich für die Stelle und das Unternehmen interessiert. Und für Euch kann diese Recherche auch hilfreich sein. Denn immerhin erfahrt Ihr so, ob das Unternehmen zu Euch passt oder nicht.

Mit ein wenig Vorbereitung könnt Ihr also die Frage nach dem Wissen zum Unternehmen bequem beantworten. Wie Ihr weitere Hürden im Vorstellungsgespräch meistern könnt findet Ihr [hier](#).

Am selben Tag/ Kurz davor:

Wichtige To Do's

In Anlehnung an die zum Teil sehr lustigen Kommentare vom Freitag (einen findet Ihr [hier](#)), möchte ich Euch jetzt ein paar kleine aber doch wichtige Dinge mit auf den Weg geben, die es zu beachten gilt, wenn man zum Vorstellungsgespräch geladen wird:

Klar geht es bei der Auswahl eines guten Mitarbeiters nicht darum, wie derjenige aussieht. Nein es geht ums Fachliche. Aber, wenn jemand in den Raum kommt, komisch riecht und auch sonst keinerlei Anstalten gemacht hat, sich ein wenig mit den Gegebenheiten der Firma vertraut zu machen und sich ordentlich vorzubereiten (und dazu gehört auch das persönliche Auftreten), dann ist das generell nie ein gutes Zeichen.

Also gilt für das Vorstellungsgespräch:

- Haare kämmen,
- duschen, eventuell Parfum aber nicht zuviel
- nicht rauchen vorher, Zahnpflege (sollte sich eigentlich von selbst verstehen)
- angemessene Kleidung (am Besten mal auf die Homepage des Unternehmens schauen, vielleicht finden sich dort Photos vom Team, an denen man sieht, wie dort die Kleiderordnung ist)
- Stellenbeschreibung kennen und Bewerbungsunterlagen mitnehmen
- Homepage lesen und recherchieren

Das mag jetzt die Verfechter des AGG (welches ich übrigens auch gut finde) wieder in die Presche springen lassen, aber solche Sachen sind in einem Gespräch tatsächlich wichtig. Denn mal ehrlich, niemand (außer jemand ohne Geruchssinn) würde sich einen ungewaschenen, übelriechenden Zahnlosen einstellen und sich mit dem in ein Büro setzen. Der erste Eindruck, und von mehr kann man in einem Vorstellungsgespräch kaum reden, ist sehr sehr wichtig und sollte nicht "versaubeutelt" werden. Ende der Durchsage!

Stilfragen

Nicht nur im Arbeitsalltag, besonders auch beim Bewerbungsgespräch kommt es nicht nur auf den persönlichen Charme an sondern auch auf die Kleidung. Klar dürfte sein, dass die zerfetzte Jeans und der schlabberige Rollkragenpullover zum Vorstellungsgespräch im Schrank verschwinden. Doch neben dem recht allgemeinen Tipp, doch bitte nicht in der Sonntag Morgen-Kluft zu erscheinen gibt es immer noch einige Fallen, die auch schicke Kleidung versteckt.

Das wohl berühmteste Problem ist hierbei die Krawatte: Die gibt es in allerlei Farben und mit dutzenden Mustern und nicht alle Krawatten sind, nur weil sie Krawatten sind, schon ein echter Hingucker. Zum Vorstellungsgespräch vermeiden sollte man unbedingt die infantile Variante. In diese Kategorie fallen

zum Beispiel Mickey Mouse, Entchen, Teddybären und auch kleine Blümchen. Ebenso sind Krawatten mit Tapetenmuster (vorzugsweise der Tapeten der 70er Jahre in der damaligen DDR) zu vermeiden. Das Muster ist meist RIESIG, hat eine psychedelische Wirkung auf das Gegenüber und glänzt in Farben wie Senfgelb oder Schwimmbadfließenblau.

Nicht zuletzt ist die Farbe des Hemdes nicht unwichtig: Satte Hemdfarben erfordern diskretere Farben bei der Krawatte: KEIN Dunkelrot auf Dunkelblau oder Grasgrün zum Beispiel. Ist das Hemd gestreift: Keine Karos, Kreise oder anderen wilden Muster. Das geübte Auge erkennt einen Mode-Faux Pas meist daran, dass es vor den Augen flimmert oder gar schmerzhaft wird, sich selbst im Spiegel zu betrachten. Aber da soll es auch wirklich resistente Menschen geben. Denen sei angeraten: Schnappt die beste Freundin mit, die Euch berät!

(Über)Pünktlich zum Vorstellungsgespräch

Dass Pünktlichkeit einer der Grundpfeiler für den Erfolg beim Vorstellungsgespräch ist, braucht nun hoffentlich nicht weiter erwähnt zu werden. Doch auch Pünktlichkeit kann hier relativ sein. Zu spät anzutreten ist absolut zu vermeiden, soweit ist es sicher jedem klar. Im Zweifel kann es auch nicht von Nachteil sein, einige Minuten vor dem Termin da zu sein. Die Regel bei den bei uns eintreffenden Bewerbern liegt zwischen 5 und 10 Minuten. Das finde ich absolut in Ordnung.

Vor ein paar Wochen jedoch erschien ein Bewerber 35 Minuten vorm vereinbarten Termin. Beim besten Willen - das führt zu weit!

Mittendrin:

Der erste Eindruck: Körperhaltung und Gestik

Die wichtigste Regel ist immer: Sei authentisch. Denn solltest Du den Job bekommen, wirst Du Dich auf lang Zeit kaum verstellen können. Lässt Du dann nach einigen Tagen die Maske fallen und wirst zum Zombie, bist Du den Job schnell wieder los. Außerdem sind Vorstellungsgepräche mit echten, unverstellten Menschen am angenehmsten, für beide Seiten. Dennoch gibt es Dinge, auf die man achten sollte.

So ist es wichtig, mit *Körperspannung* zu gehen, zu stehen und zu sitzen. Das sieht nicht nur besser aus, sondern hilft auch, selbstbewusst und mit Energie aufzutreten. Dazu kann man sich vorstellen, man hätte oben am Kopf eine Schnur, an der man zieht, wie bei einer Marionette. Mit diesem Trick wirkt man nicht, als hätte man einen Stock verschluckt, sondern einfach nur natürlich aufgerichtet.

Beim Gehen und Stehen sollte man, zumindest bei Gesprächen im Business-Umfeld, die *Hände aus den Hosentaschen* nehmen und *Arme und Hände auch nicht verschränken*, egal ob vor oder hinter dem Körper. Denn so sieht man nicht nur verkrampt und abwehrend aus, sondern braucht im entscheidenden Moment auch zu lange, die Hand zu geben oder sich selbige beim *Gähnen oder Niesen vor den Mund zu halten*, was man im Übrigen grundsätzlich *mit der linken Hand* tut (wer will schon jemandem die Hand geben, der gerade hineingeniest hat...).

Auch *verknottete Beine* (beim Stehen oder Sitzen) machen die Figur krumm und keinen guten Eindruck. Im Sitzen sollte man zwar eine bequeme Haltung einnehmen (um nicht ständig herumrutschen zu müssen), aber dabei trotzdem aufrecht bleiben. Sich in den Stuhl zu lümmeln kommt nicht gut an und ist auch einer festen, angenehmen Stimme abträglich. Man mag es nicht glauben, aber sehr viele Bewerber vergessen sich im Laufe eines Gesprächs und liegen im Stuhl als wären sie zu Hause auf dem Sofa. Das geht gar nicht.

Seine Gesten im Griff zu haben, ist ebenfalls wesentlich um einen guten Eindruck zu hinterlassen. Dazu sollte man sich unbedingt Videos von sich selbst ansehen. In der Regel wirst Du erstaunt sein, welche merkwürdigen Gesten Du machst, die Du selbst nicht einmal wahrnimmst. Tabu ist wildes, ausladendes Gestikulieren - das ist unnötig und zuweilen gefährlich für den Sitznachbarn. Auch bei Gesten im Gesicht (an Nase, Ohren, Mund usw. herumspielen) solltest Du aufpassen, schnell verhindern die Hände, dass man Dich gut versteht. Und außerdem verdeckst Du so Dein Gesicht und zeigst Nervosität. Ebenfalls unruhig und nervös wirken wippende Beine und trommelnde Finger.

Am besten ist es also, beide Füße auf dem Boden zu haben und die Arme, wenn sie nicht gerade das Gespräch mit (passenden) Gesten unterstützen, im Schoß oder auf dem Tisch zu behalten. Und zwar ohne mit einem Kugelschreiber zu hantieren 😊

Es gibt viel zu beachten, wie man sieht und besonders das aufrechte ruhige Sitzen wird wohl den meisten Schwierigkeiten bereiten. Das ist aber lernbar, amn sollte sich öfter mal selbst beobachten und entsprechend zusammenreißen. Es

lohnt sich. Denn so macht man einen ruhigen, souveränen Eindruck und kann dem Gespräch besser folgen.

Der erste Eindruck: Mimik und Stimme

Dabei könnt ihr euch zunächst fragen: Was macht ein sympathisches Gesicht aus? Meiner Meinung nach sind das ein offener Blick, ein freundliches (ehrliches!) Lächeln und Mimik, die dem Gespräch folgt ohne künstlich zu wirken.

Ganz klar, es ist wichtig, seinem gegenüber in die Augen zu schauen. Zumindest ist das in Deutschland so, in Japan wiederum gilt es als eher unhöflich, andere so direkt anzuschauen. Bei uns gehört es aber zum guten Ton, den anderen anzusehen - Anstarren ist allerdings auch keine Lösung. Bei Denkpausen etwa oder wenn der Gesprächspartner sehr lange spricht, ist es sogar angenehmer, immer mal wegzuschauen. Beim Sprechen sollte man versuchen, die Zähne auseinander zu bekommen, sonst wird man schlecht verstanden und erweckt den Eindruck, nicht wirklich sprechen zu wollen.

Gesten mit Augenbrauen oder Nase sind häufig unterbewusst, können aber dennoch missverstanden werden. Deshalb sollte man es verhindern, in einem Gespräch die Nase zu rümpfen oder sonst irgendwie zu kräuseln. Solche Dinge können leicht als Skepsis rüberkommen oder den Eindruck erwecken, die Situation "stinke" einem. Selbst wenn das der Fall sein sollte, ist es wohl besser, dezent darauf hinzuweisen, als Verrenkungen im Gesicht zu machen. Für Stirnrunzeln und das Hochziehen von Augenbrauen gilt dasselbe. Richtig und sympathisch es natürlich, wenn man mit Stirn, Augen und dem Rest signalisiert, dass man das Gespräch interessant findet und ihm folgt. Gesten über andere hinweg sind selbstverständlich ebenso tabu.

Auch der Klang der Stimme sind ein wesentlicher Baustein beim ersten Eindruck. Menschen, die hysterisch, zu laut, zu leise oder unnatürlich betont sprechen, werden als weniger sympathisch wahrgenommen als Menschen, die mit fester Stimme und in angenehmer Lautstärke sprechen. Sehr wichtig ist es, deutlich zu sprechen und seinen Dialekt einigermaßen im Zaum zu halten. Es ist nichts einzuwenden, gegen einen schwäbischen, sächsischen oder thüringer Einschlag, aber grundsätzlich ist es doch für den Gesprächspartner angenehmer, sich um ein wenig Hochdeutsch zu bemühen. Bei diesen Dingen ist es wie mit der Gestik: Man nimmt seine Eigenheiten oft selbst nicht so deutlich wahr. Deshalb kann es auch hier sinnvoll sein, sich selbst aufzunehmen und genau hinzuhören, wie man spricht. Diese Erkenntnisse können sehr dabei helfen, den stimmlichen Eindruck zu verbessern.

Ebenso wichtig wie der Klang der Stimme ist die Art zu sprechen. So ist es zum Beispiel absolut unhöflich, den Gesprächspartner zu unterbrechen oder vollkommen stumm zu sein. Unterbrechen ist nur dann erlaubt, wenn der andere ohne Punkt und Komma spricht und man keine andere Chance sieht, jemals zu Wort zu kommen. In allen Fällen heisst es: Ausprechen lassen und zustimmende Laute (aha!, mh, oh!, ja, etc) von sich zu geben. Man signalisiert damit Aufmerksamkeit und Interesse.

Floskeln à la "Schlechten Leuten geht es immer gut" oder "Es muss" auf die Frage, wie es einem geht, sollte man sich ebenso verkneifen wie Kraftausdrücke und Lästertiraden über andere Menschen (was beim Vorstellungsgespräch insbesondere über ehemalige Kollegen und Chefs gilt).

Ehrlich währt am Längsten

Wir reden ja immer wieder davon, dass man im [Vorstellungsgespräch](#) auf einige Dinge achten sollte. Da heißt es, Haare kämmen, nicht rauchen vorher, angemessene Kleidung und natürlich gute Vorbereitung in Bezug auf die Firma, die Stelle und die eigene Person. Was aber mindestens genauso wichtig ist, ist das eigene Auftreten.

Man hat als Personaler, als Unternehmen, als Geschäftsführer immer nur eine begrenzte Zeit, einen Bewerber kennen zu lernen. Daher versucht man natürlich so viele Informationen wie möglich in kürzester Zeit zu erfahren. Und ist natürlich eine gewisse Stresssituation. Daher ist es umso schwieriger, den Mensch hinter der Fassade kennen zu lernen. Was mich zu meinem eigentlichen Anliegen bringt.

Man selbst sein, ist in Stresssituationen gar nicht so leicht. Ich weiß das selbst. Aber vergangene Woche hatte ich ein ganz tolles Beispiel eines sehr aufgeregten Kandidaten, der trotz merkbarem Stress völlig er selbst geblieben ist. Ich war sehr beeindruckt und der Geschäftsführer, der mit dabei war sagte danach: das war ja jetzt niedlich. Okay, wir bezeichnen Bewerber sonst nicht als niedlich, oder geben andere Kosenamen, aber dieses Gespräch war es wirklich. Der Bewerber hat sehr ruhig immer überlegt, wie er jetzt antwortet, hat das eine oder andere Mal nach Worten gesucht oder auch mal nachgedacht, welche Antwort auf welche Frage jetzt wohl am Besten wäre, hat aber am Ende immer nach seiner Meinung und scheinbar ehrlich geantwortet. Das hat mich wirklich beeindruckt und als er sogar noch vorschlug, gern im Vorfeld eine Aufgabe zu lösen um zu zeigen, dass er wirklich das kann, was die Stelle verlangt, hat er gleich doppelt gepunktet.

Das war, wie ich finde, ein Paradebeispiel von Authentizität und man wünscht sich, mehr solche Kandidaten in Gesprächen kennen zu lernen. Sicher muss nicht jeder gleich vorschlagen, eine Zusatzaufgabe zu machen, das würde doch etwas den Rahmen sprengen und ist bei manchen Stellen schlichtweg auch nicht möglich. Aber ein gewisses Maß an Initiative zu zeigen, macht immer einen guten Eindruck und kann in keinem Fall schaden.

Die Tücken eines Vorstellungsgesprächs

Welch außergewöhnliche Situation ein Vorstellungsgespräch darstellt, muss ich hier nicht wieder erklären. Dazu haben wir schon [einige Beiträge](#) geliefert und dieser Fakt wird auch immer zutreffen. Aber gerade deswegen ist die richtige effiziente Vorbereitung darauf essentiell wichtig.

Tut man dies nicht, kann das Gespräch ganz schnell zu Ungunsten des Bewerbers verlaufen. Wichtig ist vor allem, dass man seinen [eigenen Lebenslauf](#) kennt und wiedergeben kann. Das klingt erst einmal banal, aber kann doch sehr helfen. So hat man damit einen Leitfaden, an dem man sich erstmal grob orientieren kann. Sonst können Fragen wie: „Was haben Sie denn in Ihrem letzten Projekt genau gemacht?“ Oder: „Wie haben Sie Ihr Abitur abgeschlossen?“ nicht nach hinten los gehen und die Antwort provozieren: „Oh das weiß ich jetzt nicht mehr.“

Das sollte in gar keinem Fall passieren, nicht bei Fakten aus dem eigenen Leben. Und vor allem kann man sich so an etwas „festhalten“ und damit an Sicherheit im Gespräch gewinnen. Sicher gibt es immer Dinge, die man nicht weiß, oder die einem nicht sofort einfallen. Auf eine solche Situation sollte man auch gefasst sein. In der Regel kennen jedoch Personaler diese Situation, so dass die etwaige Unsicherheit nicht gleich negativ gewertet wird. Aber den eigenen Lebenslauf, sollte ein Bewerber dennoch kennen. Dann ist das Gespräch auch gleich viel relaxter. 😊

Wie man sich gut auf ein Gespräch vorbereitet, könnt Ihr außerdem [hier](#) und [hier](#) noch mal nachlesen.

Selbstvertrauen im Vorstellungsgespräch

Wir alle wissen ja, dass ein Vorstellungsgespräch eine außergewöhnliche Situation ist. Darüber haben wir auch [hier](#) und [da](#) schon berichtet. Was aber wenn sich ein Bewerber völlig unter Wert verkauft? Oder so überhaupt nicht aus sich raus kommt und mit seinem Wissen punktet? Wie geht man als Personaler dann vor? Wie schafft man es, doch noch gute und interessante Informationen zu erhalten?

Nun ja zum einen ist da der allseits beliebte Smalltalk, man stellt sich zu Beginn ohnehin erst einmal vor, versucht die Stimmung zu lockern. Man kann eventuell auch schon vorfühlen, in dem man Fragen à la:

„Haben Sie gut her gefunden?“

stellt. Aber was dann? Der Bewerber ist aufgeregt, keine Frage, schließlich hängt vielleicht die [erste Stelle](#), ein gewollter Wechsel oder der Traumjob an diesem [Gespräch](#). ABER: Völliges Auflösen in aufgeregte Ticks oder übersprungartiges plötzliches Schweigen helfen niemandem weiter. Lieber einmal mehr durchgeatmet und etwas länger überlegt.

Am Ende hat jeder Personaler seine eigenen Kniffe, hilfreiche und interessante Informationen aus einem Bewerber herauszuholen, schließlich geht es uns ja darum, gute, fähige Arbeitskräfte zu finden und im ersten Gespräch will prinzipiell niemand einem anderen was Böses.

Ich für meinen Teil kann nur sagen, dass ich es unheimlich spannend finde, wenn mir mein Gegenüber nicht alle Informationen hinwirft, sondern die sich aus einem aufschlussreichen Dialog ergeben, ich eventuell noch mal nachfragen kann oder muss. Was es allerdings besonders schwierig macht und da sehe ich mich

jedes Mal aufs Neue vor eine Herausforderung gestellt, ist, wenn vom Gesprächspartner nichts zurückkommt, mit dem man etwas anfangen kann. Völlige Unterschätzung der eigenen Fähigkeiten ist da ebenfalls ein Problem. Sicher steht in jedem „[Ratgeber](#)“, dass man nicht zu dick auftragen soll, aber sich völlig selbst nieder machen verhilft nun auch nicht zum Traumjob und nichts ist schöner, wenn der Geschäftsführer, Manager oder [Personaler](#) in einem angenehmen Gespräch an die Informationen kommt, die für den Job wichtig sind.

Fazit: Traut Euch was. Zeigt, was Ihr könnt und dann klappt's auch mit dem Traumjob.

„Na weil's mich interessiert hat!“

Vorstellungsgespräche haben es schon in sich. Manchmal fragt der Personaler oder Geschäftsführer [fiese Fragen](#), manchmal ist man so nervös, dass man gar nicht die Hände still halten kann, und manchmal kann man einfach nicht mehr geradeaus denken und redet sich beinahe um Kopf und Kragen. Aber das muss nicht sein, wenn man sich ein bisschen vorbereitet...

Meistens muss man in einem Vorstellungsgespräch etwas über sich sagen. Deshalb sollte man nicht nur seinen Lebenslauf gut drauf haben, sondern sich auch Gedanken machen, warum man die einzelnen Stationen in seinem Leben durchlaufen hat. Zu sagen, weil es einen interessiert hat, ist etwas dünn und provoziert ein Nachfragen in Richtung „Was hat Sie denn genau interessiert?“

Gut wäre es auch, wenn man sich mit dem Unternehmen auseinandersetzt, welches die Stelle angeboten hat, auf die man sich beworben hat. Was machen die? Was kann ich dazu beitragen? Wenn man nicht weiß, welches Unternehmen hinter der Stelle steckt, weil vielleicht eine Personalvermittlungsagentur mit dem Recruiting beauftragt ist (wie [wir](#) 😊), dann kann man auch mal [bei der Agentur anrufen](#) und nachfragen.

Und ganz wichtig: Man sollte sich auch mit der Stelle ausreichend befassen. Wenn Marketing-Kenntnisse gefordert werden, dann sollte man auch welche vorweisen können und wenigstens wissen, was mit dem Begriff gemeint ist. Das Gleiche gilt natürlich für die Soft Skills. Allein zu sagen, man sei teamfähig, reicht nicht – es [mit einem Beispiel zu untermauern](#), wäre schon mal ein Anfang.

Das alles sollte eigentlich keine Pflichtübung sein, sondern schon aus innerer Motivation heraus geschehen, denn schließlich will man ja den Job haben und den Personaler überzeugen, warum man genau der Richtige für den Job ist.

Märchenstunde im Vorstellungsgespräch

Wie sollte ich mich eigentlich im Vorstellungsgespräch verhalten, wenn ich mal eine Frage nicht beantworten kann? Genau vor dieser Entscheidung stand in der

letzten Woche eine Kandidatin. Sie hat sich für den falschen Weg entschieden. Deshalb dachte ich, ich nehme dies mal zum Anlass für einen Artikel.

Klar, niemand ist perfekt, aber das grundlegende Fachwissen sollte schon sitzen. In diesem Fall hatte die Bewerberin uns etwas aus dem Märchenland berichtet, was wir ihr auch gleich zu verstehen gaben. Darauf folgte der Satz: „Das kann ich doch noch im Job lernen.“ Klar, kann man das, aber viele andere können dies schon vor Antritt der Stelle.

Damit wäre also der falsche Weg abgehakt. Aber wie verhält man sich richtig? Wenn Ihr auf eine Frage nicht antworten könnt, solltet Ihr das einfach zugeben und dazu stehen. Jeder weiß mal auf eine Frage keine Antwort, wichtig ist aber der richtige Umgang mit dieser Stresssituation. Also tief Luft holen und Durchatmen, cool bleiben und einfach die Wahrheit sagen. Denn niemand wünscht sich ein Schaumschläger oder Märchenerzähler im Unternehmen.

Bei fachlichen Fragen gilt allgemein, wer zwei oder mehrere Fragen nicht beantworten kann, hat es schwer den Job zu bekommen. Meist ist dann der Job eh nichts für den Kandidaten. Denn dieses Wissen ist in der Regel einfach und schnell erlernbar und zeugt von echtem Interesse für die Stelle. Ihr solltet die Seite des betreffenden Unternehmens gut kennen. Außerdem solltet Ihr mal in der Presse nachschauen, was sich alles zu diesem Unternehmen finden lässt. Dies ist zumindest ein Grundstein, den Ihr für Euer erfolgreiches Vorstellungsgespräch gelegt haben solltet.

Rollenspiel

Das Vorstellungsgespräch ist eine heikle Geschichte und deshalb ranken sich allerlei Mythen um diesen doch recht selbstverständlichen Vorgang. Wir bemühen uns ja schon redlich, etwas Licht ins Dunkel zu bringen und heute ist mir eine Idee gekommen, wie man die Angst vor solchen Gesprächen noch ein wenig abbauen kann.

Denn wenn ich das richtig einschätzen, hat man ja vor allem Angst vor dem Unbekannten. Man kann nicht genau einschätzen, was die Leute da von einem wollen, was sie erwarten und wie sie sich verhalten werden. Das weiß man tatsächlich nie. Selbst beim Bäcker kann man sich nie sicher sein, ob man nicht von der Verkäuferin doch eine merkwürdige Frage gestellt bekommt. (Ich wurde kürzlich gefragt, ob ich die Frau auch Niederorla sei... Ich weiß noch nichtmal genau, wo das liegt...Sehr merkwürdig...)

Aber vielleicht hilft es, wenn man weiß, welche Rollen die Beteiligten eines Interviews in der Regel einnehmen und was deren Motivationen sind. Und die werde ich Euch vorstellen.

Der Personaler: Egal, ob er ein interner Personalmitarbeiter oder ein externer Vermittler ist: Der Personaler ist auf Deiner Seite. Denn es ist sein Job, die Stelle zu besetzen und zwar schnell. Dabei sieht er auch über kleinere Ungereimtheiten hinweg und möchte, dass Du in einem guten Licht dastehst. Außer, Du stellst

Dich nicht gut an und bist zum Beispiel unfreundlich oder unehrlich. Den ein Bewerber, der es ins Gespräch geschafft hat, ist ja in der Regel schon grundsätzlich passend. Deshalb ist der Personaler Dein Verbündeter. Nutze also diese Konstellation.

Der Fachmensch: Er ist derjenige, der die Fachfragen stellt. In kleineren Unternehmen kann das gut der Geschäftsführer oder der Projektmanager selber sein, in größeren eher ein Teamleiter oder ein Spezialist eines bestimmten Fachgebietes. Der Experte will Dich testen. Er will mit Dir einen netten Plausch über seine Lieblingsthemen führen und dabei herausfinden, ob Du Dich in der Materie auskennst. Dort solltest Du Dich also konzentrieren, ruhig bleiben und fachlich Dein Bestes geben. Absolut Tabu ist es, hier den Besserwisser zu geben oder, noch schlimmer, fanatisch auf einer Meinung (geht zum Beispiel bei Technik-Themen hervorragend, etwa bei der Frage, ob man Linux oder Windows besser findet) zu beharren. Schließlich ist der Gesprächspartner im besten Fall später der eigene Kollege oder Vorgesetzte. Und den sollte man mit Fachwissen beeindrucken, aber dabei auf dem Boden bleiben und einen sympathischen Eindruck machen.

Der Entscheider: Hat man das Glück, den Entscheider im Gespräch dabei zu haben, heisst das zunächst, dass die Entscheidung über die Einstellung vermutlich recht schnell fallen wird. Aber das heisst ebenfalls, dass man auf den Punkt überzeugen muss. Der Entscheider (Geschäftsführer, Abteilungsleiter o.ä.) hat meist die Zeit im Nacken. Er muss die Stelle besetzen, Zeit und Geld sind knapp und auf ellenlange Gespräche oder Rumgeeier hat er keine Lust. Das heisst: Fasse Dich kurz, antworte präzise, zeig Souveränität ohne Überheblichkeit, laß aber nicht rum und mach deutlich, dass Du Dich für den Job sehr interessierst und Dich in der Lage fühlst, ihn ideal zu erfüllen.

Wenn es brenzlig wird – Unangenehme Situationen im Vorstellungsgespräch Teil 1

Für die wenigsten Menschen dürfte der Gang zum Vorstellungsgespräch ein leichter sein. Es hat ein etwas von einer Prüfungssituation. Mit dem entscheidenden Unterschied, dass nicht irgendwelches Wissen abgefragt wird, sondern die eigene Person auf dem Prüfstand steht. Man fühlt sich dann im schlechtesten Fall schutzlos ausgeliefert und im besten Fall wie einer One-Man-Show.

So sehr man sich dann als Interviewer auch Mühe gibt (sofern man überhaupt den Anspruch hat, Unangenehmes zu verhindern), sind heikle Situationen vorprogrammiert. Das fängt schon in den ersten Sekunden an, in denen der Personaler sein gewohntes Small-Talk-Spiel spielt und einem nichts einfällt. Vor Aufregung oder weil das Thema allzu belanglos ist. Ist ja auch gemein: Der Bewerber kommt in eine neue Umgebung und findet sich in einer ungewohnten Situation; der Personaler hat Heimspiel und hat schon etliche Gespräche geführt. In Selbstmitleid versinken hilft da allerdings nicht, denn das Leben ist kein Ponyhof und dass man nicht jeden Tag Vorstellungsgespräche hat, ist jedem Personaler klar. Mit Unsicherheit, Schweigen, Stottern, feuchten Händen und

unklaren Aussagen kann man in der Regel gut umgehen. Wenn nicht, hat man den falschen Job.

Auf dem [Schweizer Job und Karriere Blog](#) habe ich einen Post gefunden, der Tipps für unangenehme Situationen gibt, was mich dann zu diesem Beitrag inspiriert hat. Ich habe beschlossen, deren Ratschläge zu kommentieren. Hier also meine Hinweise zu kritischen Situationen im Vorstellungsgespräch:

Bleiben Sie optimistisch, selbst wenn Ihr Gegenüber sich kritisch oder negativ gibt! Rechnen Sie mit kritischer Distanz und nicht nur wohlwollender Unterstützung!

Das hilft auf jeden Fall. Kritische Fragen als Gemeinheit zu werten und zickig zu reagieren, ist nicht zielführend. Die wenigsten Interviewer sind böse Menschen, sie machen einfach ihren Job. Und es gehört halt dazu zu checken, ob der Bewerber Gegenwind aushalten kann. Hat man in seinen Bewerbungsunterlagen Fragen offen gelassen oder Lücken oder schlechte Noten, braucht man sich über unangenehme Fragen erst recht nicht zu wundern. Die kommen bestimmt. Deshalb: Gelassen und freundlichen bleiben, ruhig antworten.

Nehmen Sie negative Meinungsäußerungen Ihres Gegenübers nicht persönlich!

Das geht in die gleiche Richtung. Man will Dir nichts Böses, davon kannst Du erst einmal ausgehen. Es geht um die möglichst perfekte Besetzung einer Stelle; nicht darum, eine Person bloßzustellen. Personaler haben in der Regel kein Interesse daran, sich auf persönlicher Ebene zu streiten.

Reagieren Sie nicht aggressiv oder offensiv, wenn Sie auf wunde Punkte angesprochen werden!

Droht das Gespräch zu negativ zu werden, versuche Dein eigenes Verhalten zu reflektieren. Es gibt auch Menschen, die in Stresssituationen patzig werden, versuche das unbedingt zu vermeiden. Bleib so ruhig wie möglich, atme tief durch und antworte ehrlich.

Verzetteln Sie sich nicht bei Ausführungen, sondern geben Sie möglichst konzise Antworten auf Ihnen gestellte Fragen!

Rede Dich nicht um Kopf und Kragen. Viele fangen an zu labern, wenn sie aufgeregt sind. Oft kommt dann aber der Inhalt zu kurz. Konzentriere Dich auf die gestellte Frage, behalte den roten Faden und antworte präzise.

Haltung bewahren!

Körpersprache ist ein spannendes und zugleich gefährliches Feld. In jedem Ratgeber zu Vorstellungsgesprächen kommen die üblichen Phrasen zu dem Thema: Verschränken Sie nicht die Arme, überkreuzen Sie die Beine so, dass sie zum Gesprächspartner zeigen und so weiter. Da hätte man als Bewerber schon genug zu tun, wenn man sich nur darauf konzentrieren würde. Und als Personaler auch. Zumal es durchaus sehr selbstbewusst wirken kann, wenn man

jemandem mit verkreuzten Armen gegenübersteht. Nicht unbedingt sympathisch, aber das ist ja vielleicht auch nicht immer das Ziel. Bei jungen Männern habe ich dieses Phänomen schon oft beobachtet.

Trotzdem sind die meisten Menschen nervös, wenn Sie in ein Vorstellungsgespräch gehen und wünschen sich Hinweise dazu, wie sie sich am besten verhalten sollen oder wie sich die Aufregung verstecken lässt. Geheimrezepte gibt es nicht, aber [Gerhard Winkler](#), ein bekannter Karriereberater hat auf [karriere.de](#) ein paar typische Körperhaltungs-Phänomene beschrieben und deren Wirkung auf den Gesprächspartner erklärt. So ist diese Liste hier schon sehr interessant:

Mit dem Bein wippen: "Bin im Folterstübchen. Will hier raus!"

Mit dem Fuß tapen: "Wird's bald?"

Arme verschränken: "Bleib mir bloß weg."

Gekrümmte Haltung: "Weckt mich, wenn's vorbei ist."

Oberkörper weit vorgebeugt: "Du Chef?"

Ausgestreckter Zeigefinger: "Ich Chef!"

Nach unten geneigter Kopf: "Geh fort."

Noch mehr davon gibt's dort im Artikel. Schaut mal vorbei, es lohnt sich auf jeden Fall. Auch wenn ich der Meinung bin, dass sich ein Bewerber mehr darauf konzentrieren sollte, was er sagt. Ich weiß schließlich, dass die meisten Kandidaten aufgeregt sind und deshalb Mimik und Gestik nicht so ganz im Griff haben. Und das war noch nie ein Grund für eine Ablehnung. Sprechen aber Körperhaltung und Gesagtes die selbe Sprache, ziehe ich schon meine Schlüsse daraus. Jemand der nicht mit der Sprache rausrückt, rumeiert oder unschlüssige Sachen erzählt und gleichzeitig nur auf den Tisch schaut und auf dem Stuhl herumrutscht, hat vermutlich wirklich etwas zu verbergen.

Es lohnt sich deshalb, sich mit dem Thema zu beschäftigen. Nur übertreiben sollte man es nicht. Authentisch ist mir dann immer noch am liebsten.

Wir hatten übrigens auch schon öfter zum Thema Körpersprache geschrieben:

[Allgemein Körpersprache im Vorstellungsgespräch](#), über [Körperhaltung](#), [Mimik](#) und [Gestik](#).

Fragen im Vorstellungsgespräch

Solche Aufstellungen liebt der Informationssuchende: Listen, mit Fragen, die potentiell im Vorstellungsgespräch drankommen könnten. Die kann man in Ruhe durchgehen und schon sieht die ganze Sache nicht mehr ganz so beunruhigend aus. Eine solche [Liste mit 100 Fragen zum Vorstellungsgespräch hat Jochen](#) erstellt. Und er hat dazu noch gute Tipps zu den typischen Do's und Dont's im Jobinterview gegeben. Dort solltet Ihr also unbedingt hinsurfen, es lohnt sich. Auch wenn es mit den "typischen" Fragen so eine Sache ist. Es beruhigt es zu wissen, dass man vorbereitet ist und weiß, was auf einen zukommt. Anlnderings weiß auch jeder Personaler, dass es solche Listen gibt und er kennt die typischen Antworten: Zum einen nervt es, auf die ernst gemeinte Frage nach den persönlichen Schwächen immer wieder "Ungeduld" oder "zu große Hilfsbereitschaft" zu hören, zum anderen führt es dazu, dass man sich als

Interviewer ganz andere Fragen ausdenkt. Darauf sollte man also auf jeden Fall gefasst sein. In der Regel zielen aber die "neuen" Fragen auf ähnliche Dinge wie die typischen Fragen. Deshalb ist es sinnvoll, die Fragen als Orientierungshilfe für den Inhalt des Gesprächs zu nutzen.

So ist es nicht sinnvoll, vier möglichst neutrale Begriffe auf die Frage nach den Schwächen parat zu haben. Vielmehr sollte man sich überlegen, wie man sich in Bezug auf Charakter und Talente selbst einschätzt und wie man man eingeschätzt wird. Dabei kann ein Gespräch mit Freunden sehr hilfreich sein.

Ist Allgemeinwissen allgemein wissenswert?

Stell' Dir folgende Situation vor: Im Vorstellungsgespräch läuft alles prima, Du kannst mit deinem Lebenslauf punkten und auch die Stelle klingt super interessant - und dann das: Dein potenzieller Chef fragt dich, wer der erste Bundespräsident der Bundesrepublik Deutschland war...Schön wäre, wenn Du jetzt schlagfertig antworten könntest und wüsstest, dass Theodor Heuss dieses Amt 1949 als Erster innehatte. Unangenehm und peinlich kann es werden, wenn Dir das nicht einfällt.

Aber wie viel Allgemeinwissen ist für ein Vorstellungsgespräch nötig? Muss man alles wissen? Und wie kann man sich vorbereiten?

Natürlich kann man nicht alles wissen – Und das wird auch nicht verlangt. Allerdings sollte man beweisen können, dass man nicht nur auf seinem Gebiet ein Spezialist ist, sondern auch mal über den Tellerrand blickt und sich mit seinem Umfeld auseinandersetzt. Hilfreich sind hierbei die lokale Tagespresse, überregionale Zeitungen oder Magazine und natürlich das Internet. Außerdem wäre es von Vorteil, wenn man nicht nur seinen Lebenslauf drauf hat, sondern auch noch das nötige Hintergrundwissen dazu: Wer war eigentlich der Namensgeber meiner Schule? Welche besonderen Sehenswürdigkeiten gibt es in meiner Geburtsstadt? Wie heißt die Landeshauptstadt des Bundeslandes, in dem ich arbeite und wohne.

Dieses Basiswissen gibt einem zwar noch nicht den Freifahrtsschein zum richtigen Job, aber man ist auf jeden Fall gut vorbereitet. Und wenn doch mal eine Frage gestellt wird, auf die man keine passende Antwort parat hat, empfiehlt es sich, clever zu reagieren: Nicht ausweichen und rumräteln, sondern zugeben, dass man etwas nicht weiß. Manchmal wollen die Personaler und Chefs gar nicht die richtige Antwort hören, sondern einfach testen, wie man in unangenehmen Situationen reagiert.

Wissenswertes rund ums Allgemeinwissen findest Du hier:

Allgemeinwissenstest bei www.wissen.de

Tests und Artikel zum Allgemeinwissen bei www.karriere.de

“Hilfe, ich bin doch so schüchtern!”

“Und da soll ich ein Vorstellungsgespräch packen?” Schüchternheit ist manchmal ein ganz schönes Handycap. Das fängt beim normalen Kennenlernen von Anderen, zum Beispiel an der neuen Uni, an und hört beim Flirten auf. Deshalb sind manche Menschen angesichts ihrer Schüchternheit vor dem Bewerbungsgespräch nicht nur aufgeregt, es versetzt sie in regelrechte Panik. Doch was kann man dagegen machen?

Freunde sind immer hilfreich, sie bauen einen mental auf und können das Vorstellungsgespräch sogar solange mit proben bis es sitzt, Unvorhersehbares einmal herausgerechnet. Wichtig ist dabei, dass man sich an Hand allerei Literatur beliest, was denn die Standardfragen beim Gespräch sind, wie man sich kleidet und auf wa man bei Mimik und Rhetorik achten muss. Bewerbungsratgeber drohen meist erst einmal mit den Fakten zu erschlagen, aber gerade hier nicht aufgeben! Die Übung machts, vieles läuft automatisiert ab und je öfter man das praktisch durchgeht, desto weniger muss man darüber nachdenken, was man beachten muss. Die vielen “Ähms” und die Fummelei am Pulli kann man damit zum Beispiel sehr gut ab-und den regelmäßigen Blickkontakt mit einem Lächeln antrainieren.

Ist es sinnvoll, bereits im Anschreiben zu erwähnen, dass man schüchtern ist? Immerhin könnte man hoffen, dass der Interviewer vielleicht Rücksicht nimmt... In der Regel sollte man davon Abstand nehmen, es kann eher von einer Einladung abhalten, auch wenn die Qualifikation eigentlich stimmt und die Stärken überzeugen. Der Umgang mit Kollegen und Kunden wird für den Personaler, der Euch ja noch nicht kennt, dadurch schwer vorstellbar. Beim Gespräch jedoch merkt er in der Regel sehr schnell, ob Ihr eher offen seid oder nicht und er wird sich auf Euch als Gesprächspartner einstellen. Zumindest sollte seine Menschenkenntnis dahin gehend geschult sein. Und ihr habt ja bis zum Gespräch etwas Zeit, die Schüchternheit ein bisschen zu überwinden.

In ganz harten Fällen kann man professionelle Bewerber-Trainings zu besuchen oder gar eine Verhaltenstherapie ins Auge fassen, dann nämlich, wenn man wirklich unter der Schüchternheit leidet. In solchen Fällen hilft ein aufmunterndes Buch und Üben mit Freunden meist wenig. Aber auch das ist kein Grund aufzugeben, da gibt es wie gesagt auch Hilfe, auch wenn das etwas länger dauert. Am Ende wartet dann immerhin hoffentlich ein schöner Job!

Körpersprache im Vorstellungsgespräch

Bei einem Vorstellungsgespräch wirkt bekanntermaßen nicht nur das gesprochene Wort. Angemessene Kleidung, gute Umgangsformen und Sprachgewandtheit sind mindestens ebenso wichtig. Ein weiterer Punkt ist zweifelfrei die Körpersprache. Ob ein Personaler nun bewusst auf sie achtet oder nicht, ihr Einfluss ist gegenwärtig. Dieser Tatsache sollte man sich auch als Bewerber absolut bewusst sein. Eine erste Regel ist es für beide Seiten, immer wieder den Blickkontakt zu suchen. Schaut man sein Gegenüber beim Sprechen nicht an, bekommt dieser unweigerlich den Eindruck von Desinteresse und Unsicherheit vermittelt. Ein offener Blick dagegen hinterlässt ein Gefühl von

Ehrlichkeit, Offenheit und Interesse. Ein Anstarren des Gesprächspartners sollte natürlich dennoch vermieden werden.

Ein weiterer guter Ratschlag ist es, sich um eine entspannte Haltung zu bemühen. Das ist nicht immer einfach, denn von Entspannung kann zumindest von Seiten des Bewerbers im Jobinterview zumeist nicht die Rede sein. Gelingt es einem jedoch, diese einzunehmen, wirkt sich die entspannte Haltung sogleich auch positiv auf die seelische Anspannung aus.

Also: Versucht möglichst gerade zu sitzen, ohne Euch dabei Rückenschmerzen zu holen. Arme und/oder Beine zu verschränken ist absolut tabu. Beides wirkt auf das Gegenüber verschlossen und abweisend. Sitzt Ihr nah an einem Tisch, versteckt die Hände nicht unter diesem, schließlich gibt es keinen Grund sich zu verstecken und künstlich „Mauern“ zu erzeugen. Liegen die Hände auf dem Tisch, sollten auch diese möglichst nicht verschränkt oder gar zur Faust geballt sein. Während das eine erneut Ablehnung ausdrückt, ist das andere eher einer drohenden Geste gleichzusetzen.

Im Verlauf des Gesprächs macht es zudem einen guten Eindruck, immer einmal wieder positive Signale auszusenden. Ein gelegentliches leichtes Kopfnicken während der Interviewer spricht, ist eine gute Möglichkeit um zu zeigen, dass Ihr Euch für das Gesagte interessiert und Ihr den Ausführungen folgen könnt. Ab und an ein leichtes Lächeln wirkt ebenfalls interessiert und sympathisch.

All diese Tipps haben den positiven Nebeneffekt, dass die, wenn vielleicht auch künstlichen Zeichen Eures Körpers, dem Kopf sagen „Hier ist alles in Ordnung. Es gibt keinen Grund zur Aufregung.“

Dennoch möchte ich davon abraten Verhaltensweisen auswendig zu lernen, oder sich während des Gesprächs stets nur mit der eigenen Körpersprache zu beschäftigen. Es geht hier nicht darum zusätzlichen Stress zu erzeugen.

Eine gute Variante ist es, sich selbst die eigenen Angewohnheiten bewusst zu machen. Versucht Euch selbst in der nächsten Stresssituation einmal zu beobachten. Wie reagiert Ihr mit dem Körper? Macht man sich selbst bewusst, dass man in einer stressigen Situation beispielsweise anfängt hektisch zu gestikulieren oder die Hände verkrampft, ist der erste Schritt getan. In Zukunft wird es viel leichter fallen, derlei Gesten unter Kontrolle zu halten und sich immer mehr abzugewöhnen, ohne dass man es sich immerzu vor Augen führen muss.

Danach:

Interview-Feedback

Es ist schon eine Weile her, dass unser treuer Leser Andre uns gebeten hat, doch mal was zum Thema Interview-Feedback zu schreiben. Nun will ich das natürlich, wenn auch verspätet, gern tun.

Es geht darum, dass es vorkommen kann, dass man als Bewerber um ein Feedback zum Vorstellungsgespräch gebeten wird. Das kann zwei Hintergründe haben: Entweder der Interviewer oder einer anderen Anwesenden möchten *wirklich*, im Sinne der Optimierung der eigenen Arbeit, wissen, welchen Eindruck das Gespräch, das Unternehmen und das ganze Drumherum auf den Bewerber gemacht hat. Gelegentlich mache ich das auch.

Oder die Frage ist Teil des üblichen Auswahlverfahrens und es soll damit getestet werden, wie reflektiert der Kandidat mit sich und seiner Umwelt umgeht, wie er seine Chancen einschätzt und ob er wirklich für den Job motiviert ist.

Welche Variante man nun vor sich hat, muss man selbst abwägen. In sehr formalisierten Auswahlverfahren kann man in der Regel mit Zweitem rechnen. Wenn die Situation recht persönlich war, mit Erstem.

So oder so, finde ich es am besten, so ehrlich wie möglich zu sein. Wenn einem das Gespräch nicht gefallen hat, möchte man vermutlich auch den Job nicht und hat folglich nicht viel zu verlieren, wenn man die Wahrheit sagt. In jedem anderen Fall sollte man eine klare, positive und begründete Antwort liefern, etwa: "Ich habe das Gespräch als angenehm empfunden, weil ein echter Dialog entstanden ist und ich denke, das Unternehmen und die Position gut kennengelernt zu haben."

Außerdem hat man in so einem Feedback die Möglichkeit, nochmal sein Interesse an der Stelle zu begründen und/oder Informationen nachzureichen oder vom Unternehmen abzufragen, die im Gespräch nicht genannt wurden.

Personalern freuen sich über so ein (knappes und prägnantes) Feedback übrigens auch, wenn es nicht angefordert ist.

Reisekostenerstattung beim Vorstellungsgespräch

Wird ein Bewerber zum Gespräch eingeladen, muss er natürlich auch irgendwie zum Ort des Geschehens kommen. Dafür fallen in der Regel Kosten an. Wenn man Glück hat, verbraucht man nur ein paar Kalorien und kauft sich deshalb einen Schokoriegel für einen Euro, um den Verlust wieder auszugleichen. Doch wie ist das, wenn man von außerhalb kommt? Wer trägt dann die Kosten – Arbeitgeber oder Arbeitnehmer?

Von Gesetzes wegen muss erstmal der Arbeitgeber die Kosten übernehmen. Das sagt [§670 des BGBs](#):

Ersatz von Aufwendungen:

Macht der Beauftragte zum Zwecke der Ausführung des Auftrags Aufwendungen, die er den Umständen nach für erforderlich halten darf, so ist der Auftraggeber zum Ersatz verpflichtet.

Puh ganz schön schwülstig. Aber im Prinzip heißt das soviel wie: Wenn der Arbeitgeber den Bewerber kennen lernen will, dann soll er auch die Kosten für die An- und Abreise übernehmen.

Hört sich ja erstmal gut an. Allerdings haben viele Unternehmen schon eine Hintertür gefunden, um ihren Kopf aus der Kostenschlinge zu ziehen: Denn weist der Arbeitgeber in der Einladung darauf hin, dass keine Kosten übernommen werden, sieht es schlecht aus mit der Erstattung.

Die Unternehmen wollen natürlich Kosten sparen, aber mir stellt sich immer die Frage, für wen so eine Anfahrt wohl eine größere Belastung ist. Klar, wenn mehrere Kandidaten für eine Stelle interviewt werden müssen und wenn die Bewerber von weit herkommen (vielleicht ist sogar ein Anreise mit dem Flugzeug nötig), kommen auch auf das Unternehmen eine Unmenge an Ausgaben hinzu. Aber vielleicht sollte man das in die Kalkulation für die Stellenbesetzung mit einbeziehen. Und für ein erstes Screening bietet es sich möglicherweise sogar an, zunächst auf ein günstigeres Telefon- oder Video-Interview zurückzugreifen.

Arbeitslose Bewerber haben übrigens die Chance sich ihre Kosten von der Arbeitsagentur wiederzuholen. Das ist zwar etwas aufwändig und mit ein bisschen Papierkram verbunden, aber auf jeden Fall fährt man sich so beim Bewerbungsmarathon nicht in die Armut.

Vom Umgang mit offenen Fragen nach dem Vorstellungsgespräch

Das Gespräch ist gemeistert, die Stimmung ausgelassen. Erleichtert durchreitet man frohen Mutes den Ausgang und da fällt es einem wie Schuppen von den Augen. Mist, ich wollte doch noch die eine ganz bestimmte Frage loswerden und dabei hatte man doch am Ende des Interviews die Gelegenheit gehabt, selbst Fragen zu stellen. Was nun?

Kurz auf den Punkt gebracht: In solchen Situationen solltet Ihr den Kontakt mit dem Personaler suchen. Meine Kolleginnen und ich legen es niemandem negativ aus, wenn er im Nachhinein noch eine Frage an uns trägt. Ratsam ist aber den Kontakt via E-Mail zu suchen und nicht den Telefonhörer zur Hand zu nehmen. Denn so hat der Personaler auch noch Gelegenheit den Kollegen aus der Fachabteilung zu Rate zu ziehen.

Außerdem solltet Ihr darauf achten, dass die Frage auch zur Tätigkeit beziehungsweise zum Unternehmen passt. Bei der Gehaltsfrage solltet Ihr auch Vorsicht walten lassen. Denn wenn diese Frage nicht im Gespräch angesprochen wurde, empfehle ich, erst das zweite Gespräch abzuwarten. In der Regel werden dann die wesentlichen Eckpunkte des Arbeitsvertrages verhandelt.

Sag wie's war!

Schon vor Wochen bin ich über ein neues Tool gestolpert, das ich sehr gewagt aber faszinierend finde: Das Bewerber-Feedback, das Gerhard Kenk von [Crosswater Systems](#) entwickelt hat und dort auch zur Verfügung stellt. Die Idee ist, dass Bewerber Ihre Erfahrungen und Eindrücke der Auswahlprozesse dokumentieren, die sie im Laufe Ihres Lebens als Bewerber gesammelt haben. Auf diese Weise können sich die Unternehmen an ihren Konkurrenten um die besten Leute messen bzw. müssen sich messen lassen.

Schließlich ist der Auswahlprozess ein nach außen gerichteter Kommunikationskanal und der sollte im Idealfall positiv ablaufen, selbst wenn es nicht zu einer Einstellung kommt. Und in Zeiten, in denen sich der eine oder andere Bewerber das Unternehmen aussuchen kann, spielen solche Dinge eine große Rolle.

Der recht umfangreiche Fragebogen von Crosswater fragt neben statistischen Angaben auch die Präferenzen der Bewerber, die Dauer des Auswahlverfahrens auch Details zum Vorstellungsgespräch ab. Hier entstehen sicher spannende Daten, die man sich (zum Teil) sogar anschauen kann.

Allerdings könnte das Bild insgesamt recht negativ ausfallen, weil (und das ist ja meist das Problem solcher Erhebungen) verärgerte Menschen eher dazu bereit sind, öffentlich Ihre Meinung kundzutun als diejenigen, denen es gut ergangen ist. Ich lasse mich aber gern eines Besseren belehren.

Jedenfalls finde ich, dass es eine super Idee ist, den Auswahlprozess vom Bewerber bewerten zu lassen, schließlich ist er quasi der "Kunde". Und in jedem anderen Bereich des Unternehmens will man ja auch die Kundenmeinung einholen und einbeziehen. Meistens jedenfalls und theoretisch.

Also, verehrte Bewerber und Ex-Bewerber: Geht hin und sagt den Unternehmen, wie es Euch mit Eurer Bewerbung erging! Es ist für eine gute Sache! Vermute ich.