

WIE FÜHLE ICH MICH?
Sie hinterlassen beim Bewerbungsgespräch den Eindruck, der Ihrer Haltung entspricht.



ICH BIN *gut*

Sie wünschen sich einen neuen Job und **wollen bei der Bewerbung alles richtig machen?** Dann vertrauen Sie weniger auf Äußerlichkeiten, sondern auf Ihr Know-how, Ihr Wesen und Ihre innere Stimme!

TEXT Sabine Reinthaler

Viele Arbeitssuchende glauben, dass perfekte Unterlagen, ein angemessenes Outfit und Auftreten und fachliche Kompetenz nicht nur als Grundvoraussetzungen für Bewerbungen gelten, sondern auch Erfolg versprechen. Trotzdem scheitern viele am Gespräch mit der Personalabteilung oder ihrem zukünftigen Vorgesetzten. Lassen Sie uns also einen Blick hinter die Fassade werfen, vielleicht finden Sie einen Hinweis, warum die Einhaltung von formalen Vorgaben nicht unbedingt Erfolg garantiert.

DRUCK RAUSNEHMEN

Dass es im Leben keine Garantien gibt, wissen wir alle. Trotzdem scheinen manchen Menschen berufliche Veränderungen ganz einfach zu gelingen, während andere oft monatelang auf Arbeitssuche sind. Natürlich macht es einen Unterschied, ob Sie einen Job haben und sich parallel auf eine Veränderung vorbereiten können oder ob Sie arbeitslos sind. Auf den ersten Blick scheint der Unterschied in erster Linie Ihre finanzielle Lage zu betreffen, aber wer einen zweiten Blick riskiert, wird erkennen, dass der Hauptunterschied in der mentalen Herangehensweise zu finden ist. Auf den Punkt gebracht: Der eine verspürt Druck, der andere nicht. Das ist menschlich und nachvollziehbar, aber schon Kinder lernen im Physikunterricht: Druck erzeugt Gegendruck. Das heißt, wenn Sie glauben, einen Job unbedingt haben zu müssen, wird sich Ihr Gegenüber während Ihres Bewerbungsgesprächs nicht wohlfühlen und gar nicht wissen, warum. Er oder sie verknüpft ein ungutes

Hüte dich vor dem Entschluss, zu dem du nicht lächeln kannst.

Heinrich Friedrich Karl von Stein

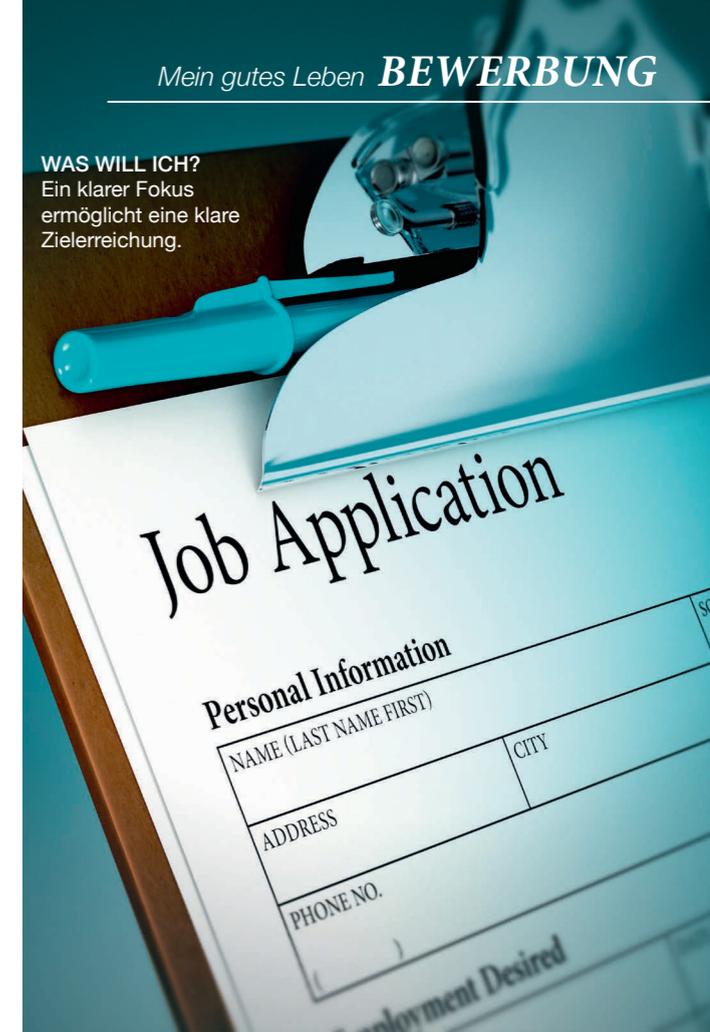
Gefühl mit Ihnen und wird sich vielleicht für jemand anderen entscheiden, trotz Ihrer fachlichen Qualifikation. Verwechseln Sie diesen inneren Druck aber nicht mit Nervosität und Anspannung, denn diese sind bei einem Vorstellungsgespräch völlig normal und niemand wird Sie deswegen verurteilen oder gar ablehnen. Es gilt in erster Linie, sich vor dem Gespräch in einen gelassenen Zustand zu versetzen, der es Ihnen ermöglicht, sich so zu präsentieren, wie Sie sind und all Ihre Fähigkeiten positiv hervorzuheben sowie Ihrem Gegenüber nonverbal vermittelt: „Ich hätte diesen Job wirklich sehr gerne, ich bin auch überzeugt, der/die Richtige dafür zu sein, aber ich will ihn nicht um jeden Preis. Und wenn ich ihn nicht kriege, geht die Welt nicht unter, sondern ich weiß, dass irgendwo da draußen der perfekte Job noch auf mich wartet.“ Nehmen Sie als Bewerber also keine Bittsteller-Haltung ein, sondern begegnen Sie Ihrem Gesprächspartner auf Augenhöhe. Sie werden sehen, mit dieser inneren Haltung erwartet Sie ein zielführendes Gespräch, egal in welche Richtung.

ICH TUE ALLES

Gehen wir in Anbetracht dieser Einstellung noch einen Schritt zurück: Viele Menschen lassen sich vom Arbeitsmarkt so unter Druck setzen, dass Sie bereit sind, alles für einen Job zu tun, das heißt einen sehr hohen Preis für ihre vermeintliche Sicherheit zu bezahlen. Aber möchten Sie wirklich die nächsten Jahre in einem Job arbeiten, den Sie nur angenommen haben, damit wieder mehr Geld auf Ihr Konto kommt? Wollen Sie so Ihre wertvolle Lebenszeit verbringen? Oft ist ein Jobverlust bei genauerer Betrachtung weniger Drama als vielmehr eine Chance, endlich das zu tun, was man wirklich gerne macht und dementsprechend gut kann. Schon Konfuzius wusste: „Wenn du liebst, was du tust, wirst du nie wieder in deinem Leben arbeiten.“ Und damit wollte er bestimmt nicht nur junge Menschen ansprechen, auch wenn uns Arbeitsmarktexperten und Medien immer wieder erzählen, dass ab Mitte 40 der Zug für berufliche Veränderungen abgefahren sei. Wenn Sie auch davon überzeugt sind, wundern Sie sich nicht, wenn es sich in Ihrem Leben genauso zeigt. Denn was Sie über Ihre Zukunft heute denken, wird sich früher oder später auch in Ihrem Alltag manifestieren. Wenn Sie aber entscheiden, dass Sie lieber an sich und Ihre Talente glauben, dann finden Sie heraus, womit Sie in Zukunft mit Freude Ihr Geld verdienen wollen und sehen sich erst nach einer Stelle um, wenn Sie ganz sicher sind oder sich entsprechendes Know-how angeeignet haben. Der Weg zum Traumberuf mag oft nicht ganz einfach verlaufen, aber es lohnt sich auf jeden Fall dranzubleiben.

FOTOS Istock, Shutterstock

WAS WILL ICH?
Ein klarer Fokus ermöglicht eine klare Zielerreichung.



Anregungen auf einen Blick

- Überlegen Sie sich, wo, was und mit wem Sie gerne arbeiten möchten.
- Wofür haben Sie schon immer ein Talent oder wofür interessieren Sie sich besonders?
- Klären Sie einschränkende, negative Gedanken, die Zweifel zum Thema Alter, Qualifikation, Konkurrenz, Umschulung/Weiterbildung, Neuorientierung, Geld usw. repräsentieren.
- Hören Sie bei jedem Jobangebot auf Ihre innere Stimme und ignorieren Sie negative Gefühle nicht.
- Unterhalten Sie sich mit Menschen, die Ihren Traumberuf ausüben. Lassen Sie sich von deren Begeisterung anstecken.
- Achten Sie auf Ihre innere Haltung beim Verfassen der Bewerbung und bei Ihrem Bewerbungsgespräch.
- Eine mögliche Absage bedeutet kein Todesurteil, sondern ist vielmehr ein Zeichen dafür, dass dieser Job nicht der richtige für Sie ist.
- Falls Sie das Gefühl haben, das alles alleine nicht auf die Reihe zu kriegen, holen Sie sich professionelle Hilfe und Unterstützung, ob in Form von Literatur oder in Form eines Gesprächs mit einem Experten.