

Der Leitfaden „Stellen Sie sich vor...“ soll Jugendliche motivieren und befähigen sich auf das Vorstellungsgespräch richtig vorzubereiten und flexibel auf unterschiedliche Anforderungen zu reagieren. Eigene Stärken und Kompetenzen herauszufinden und diese im Vorstellungsgespräch zu betonen und sich angemessen zu verhalten.

Wir wünschen allen Berufseinsteigern ein erfolgreiches Bewerbungsgespräch.



Metropolregion Rhein-Neckar,
im Herbst 2010

Mitglieder des Arbeitskreises
Metropolregion Rhein-Neckar
„Senioren helfen Junioren“

Sibylle Groh
Hans-Jürgen Boese
Ingrid Reske
Jürgen Ostrowski
Barbara Stanger
Peter Renner
Karin Walter
Hubert Steinhorst

Inhaltsverzeichnis

über diesen Leitfaden



Vorbereitung ist alles



die geeignete Kleidung



das Vorstellungsgespräch



Nachbereitung ist wichtig



Mit dieser Bewerbung kommst Du 100-prozentig zu Deinem Traumjob!

Praxiserfahrungen, die es einem lange ermöglichen von einem Job zu träumen.
Zusammengestellt von der Klasse 10 der Albert-Schweitzer-Schule, Heidelberg

1. Wasch Dich nicht, denn der natürliche Eindruck zählt!
2. Komme mit Deiner bequemsten Baggy, denn wenn Du Dich wohl fühlst, dann bist Du sicher!
3. Schlaf ruhig eine halbe Stunde länger, nimm einen Bus später, denn Du musst sowieso warten!
4. Sei gehillt, setzt Dich und sag: „Was geht?“
5. Lass die Kappe und die Jacke an, kau Dein Kaugummi und frag nach dem Geld!
6. Steh nach dem Gespräch auf und sag: „Alla, Du meldsch Dich!“

Wir wollen Dich auf den Arm nehmen? Nein! Wir wollen Dich wachrütteln und Dir zu einem richtigen Job – also keinen Traumjob – verhelfen!

Stell Dir vor ...

... Du erhältst eine Einladung zu einem Vorstellungsgespräch, gehst hin und bekommst einen Anstellungsvertrag.

Dafür könnten folgende Gründe sprechen:

- Der Personalverantwortliche ist Dein Onkel
- Du warst der einzige Bewerber / oder die einzige Bewerberin
- Du hast seit Jahren die besten Noten in der Metropolregion
- Du bist clever und hast Dich sehr gut auf die Bewerbung und das Gespräch vorbereitet.
- ...

Wie das geht? Na ja, das ist verhältnismäßig einfach:

Lies doch diese Broschüre!

Aber Spaß beiseite: Umblättern, anfangen, üben und später im Vorstellungsgespräch beachten.

Das Vorstellungsgespräch - Vorbereitung

Du hast eine Einladung zum Vorstellungsgespräch erhalten und willst Dich gut darauf vorbereiten. Zuerst einmal: Herzlichen Glückwunsch! Deine Bewerbung hat einen positiven Eindruck hinterlassen. Nun gilt es diesen zu verstärken. An was musst Du alles denken?

TIPP: Vergiss nicht Dich für die Einladung schriftlich oder telefonisch zu bedanken und den Termin zu bestätigen.

Wo liegt der Betrieb?

- Wie lange brauche ich dorthin?
- Gibt es öffentliche Verkehrsmittel?
- Wie ist der Fahrplan?
- Wo ist die nächste Haltestelle?
- Sind Parkmöglichkeiten vorhanden?

Am besten vorher mal ausprobieren, denn Du willst doch bei diesem wichtigen Gespräch nicht zu spät kommen. Und bedenke, dass es im Berufsverkehr auch länger dauern kann. Pünktlichkeit ist bei einem Vorstellungsgespräch oberstes Gebot.

*TIPP: Prüfe einige Tage vorher
- zu einer vergleichbaren Tageszeit
- wie lange es von Deiner Wohnung
zu der Firma dauert, die Dich zum
Vorstellungsgespräch eingeladen hat.
Zeitpuffer einbauen, damit evtl. Staus,
Verspätungen, Unfall oder ähnliches
nach Möglichkeit
ausgeglichen werden können.*

Was sollte ich mir zurechtlegen?

- Kopie der Stellenanzeige
- Einladungsschreiben des Unternehmens
- Kopie des Bewerbungsanschreibens
- Lebenslauf
- Zeugniskopien
- Zertifikate (z.B. für PC-, Fremdsprachenkenntnisse, Qualipass, Berufsnavigator, Geva-Check, ...)
- Deine Frageliste (z.B.: Wo findet die Ausbildung statt? Wie geht es jetzt weiter?)
- Notizblock
- Kugelschreiber
- Evtl. Personalausweis (Großunternehmen haben oftmals einen Werkschutz, der sehr gewissenhaft die Daten abstimmt.)

Auf Fragen, warum Du Dich für den/die geeignete Bewerber/in für die Stelle in diesem speziellen Unternehmen hält, solltest Du gut vorbereitet sein. Mit diesen Fragen wird deine Kenntnis und Motivation über den angestrebten Beruf erfragt und was Du über das Unternehmen weißt.

Hier hilft es Dir, wenn Du Dir vorher im Internet oder aus Zeitungen Informationen über das Unternehmen besorgst. Du kann das Unternehmen auch direkt um Zusendung einer Firmenbroschüre oder eines Geschäftsberichts bitten.

- Was macht das Unternehmen, wird etwas hergestellt?
- Wie groß ist das Unternehmen?
- Gibt es weitere Betriebe? Wenn ja, wo?
- Warum hast Du Dir genau dieses Unternehmen ausgesucht?
- Worauf legt das Unternehmen wert (Firmenphilosophie)?
- Hast Du Dich auch bei anderen Firmen beworben?

Bereite Dich darauf vor, mehr über den von Dir angestrebten Beruf zu erfahren:

- Was wird da gemacht?
- Warum willst Du gerade diesen Beruf lernen?

Bitte NICHT: „Weil meine Eltern das wollen!“ Besser: „Mein ... arbeitet auch in diesem Beruf und ich habe schon viel darüber gehört.“

- Wie hast Du Dich auf diesen Berufswunsch vorbereitet?
- Hast Du ein Praktika in diesem Bereich gemacht?

Überlege Dir auch einige Alternativen, falls es bei diesem Beruf nicht klappt.

noch ein paar hilfreiche Links...

Ausbildungsberufe- und Ausbildungsplatzsuche

www.arbeitsagentur.de
www.ausbildungsstelle.de
www.abimagazin.de
www.azubi-plus.de
www.azubi-topline.de
www.azubi-welt.de
www.berufenet.de
www.berufswahl.de
www.bibb.de
www.bildungsserver.de
www.handwerks-power.de
www.planet-beruf.de
www.rhein-neckar.ihk24.de
www.stellenreport.de

Infos und Tipps für Berufseinsteiger aus dem Internet

www.initiative-fuer-beschaeftigung.de
www.rn-r-n.com
www.qualipass.de

Welche Fragen können mir im Gespräch noch gestellt werden?

- Woher kommen die häufigen Schulwechsel?
- Woher kommt die schlechte Note in jenem Fach?

Da hilft nur Ehrlichkeit und nicht: „Die Lehrer sind schuld!“

- Was machen Sie in ihrer Freizeit?
- Was lesen Sie?
- Treiben Sie Sport? Wenn ja, welchen?
- Sind Sie ehrenamtlich tätig? Z. B. bei der Freiwilligen Feuerwehr, bei Jugendgruppen usw.

Da ist es wichtig, dass Du Dir gut überlegst, mit welchen Aktivitäten Du Dich präsentieren möchtest.

Wichtig: Prüfe, wie Du Dich bei Sozialen Netzwerken im Internet, wie z. B. SchülerVZ, StudiVZ, Facebook, oder wkw dargestellt hast, denn auch Personalchefs lesen so etwas!

Welche Fragen kann ich im Bewerbungsgespräch stellen?

Was möchte ich über die Firma noch wissen.

Wie verläuft die Ausbildung im Betrieb?

- Welche Abteilungen werde ich kennen lernen?
- Gibt es Teile der Ausbildung in anderen Betrieben oder gar im Ausland?
- Wie wären meine Arbeitszeiten?
- Wie viele Auszubildende sind im Unternehmen beschäftigt?
- Wie viele Ausbildungsplätze haben Sie noch offen?
- Wie ist der Berufsschulunterricht organisiert?
- Wo ist die Berufsschule?
- Werden Auszubildende nach der Ausbildung übernommen?
- Welche Aufstiegschancen hat man nach der Ausbildung?
- Welche Weiterentwicklungsmöglichkeiten gibt es?
- Kann ich bei guten Leistungen meine Ausbildungszeit verkürzen?
- Wann kann ich mit einer Rückmeldung Ihrer Entscheidung rechnen?

Aber bitte: Nicht als erstes die Frage nach dem Entgelt und den Urlaubstagen stellen! Es ist kein Problem, wenn Du Dir die wichtigsten Fragen aufschreibst und diese im Gespräch abliest und die Antworten aufmerksam notierst. Dies zeigt vielmehr, dass Du Dich gut vorbereitet hast und den Gesprächspartner ernst nimmst.

Und noch ein Tipp:
Ein Bewerbungsgespräch kann man üben:
Vielleicht versuchst Du es mal mit deinen Eltern, Lehrern oder Freunden. Es gibt Dir Sicherheit und Du lernst auch über Deine Stärken zu sprechen und Dich besser zu präsentieren.

Was ist die geeignete Kleidung?



Vorgespräch im Hause
Engelhorn & Sturm
mit den Schülern der IGMH

Zunächst gilt allgemein,
ein gepflegtes Äußeres
ist unabdingbar für einen
guten ersten Eindruck.

Dabei gibt es noch ein paar Punkte, die Du beachten solltest:

Für die Herren gilt:

- Mützen oder Kappen absetzen
- keine fettigen Haare
- keinen wilden Bartwuchs
- möglichst kein sichtbares Piercing oder Tattoo
- Hosen nicht in die Kniekehle rutschen lassen
- niemals zu kurze Hosen
- vor allem keinen Cowboy-Gürtel oder ähnliches
- keine schlecht sitzenden Jackets
- nicht mehr als drei Muster und ohne großen Motivdruck
- auf keinen Fall weiße Socken
- und möglichst Lederschuhe anziehen.

Für die Damen gilt:

- Röcke und Oberteile sollten nicht zu kurz sein
- Bluse nicht zu durchsichtig
- Ausschnitt nicht zu tief sein
- dezenter Schmuck ist angesagt
- keine schrillen Kleiderfarben
- etwas Make-up ist erlaubt
- möglichst kein sichtbares Piercing oder Tattoo
- keine überlangen Fingernägel oder knalligen Haarfarben
- auf keinen Fall Flip-Flops oder High-Heels

Dabei ist es in den meisten Fällen (noch) nicht nötig im Anzug und Krawatte oder im Kostüm zu erscheinen.
Wichtig ist: Sauber und gepflegt! Beratung kann sehr hilfreich sein.



Man bekommt keine zweite Chance – für den ersten Eindruck.

Generell solltest Du zum Vorstellungsgespräch so angezogen sein, wie Du dich bei der täglichen Arbeit kleiden würdest, nur etwas „besser“. In den Abbildungen sind Beispiele für kaufmännische, gewerbliche und handwerkliche Berufe ausgewählt worden.

TIPP: Einige Tage vor dem Vorstellungstermin die vorgesehene Kleidung zusammenstellen und anprobieren. So kann vorweg überprüft werden, ob die Kleidung in Ordnung und sauber ist und natürlich auch passt. Nicht vergessen – Schuhe putzen!

Das Vorstellungsgespräch

Alle Empfehlungen wurden befolgt – Du bist gut vorbereitet und ausgeschlafen. Beim Frühstück hast Du noch eine Tageszeitung gelesen oder zumindest die Radio-Nachrichten gehört, damit Du die aktuellen Schlagzeilen beherrscht und auch beim Smalltalk (z. B. Wetter – Sport – Politik – Ereignis...) nicht verlegen bist. Positive Einstellung, ordentliche Kleidung und gepflegtes Aussehen garantieren ein sicheres Auftreten.

Rechtzeitig gestartet und sicherheitshalber zumindest 10 Minuten vor dem vereinbarten Termin an Ort und Stelle eingetroffen.

- Bei größeren Unternehmen ist diese Zeitspanne erforderlich, um von der Anmeldung bis zu dem Vorzimmer der Personalstelle zu gelangen, bei der das Vorstellungsgespräch stattfindet.
- Bei kleineren Firmen kann die Zeitreserve genutzt werden, um das Firmengelände einmal zu umrunden und – falls nicht bereits erfolgt – eine Vorstellung von den lokalen Gegebenheiten zu bekommen.

Nicht vergessen:

Vorher Handys abschalten, iPod in die Tasche stecken und Kaugummi aus dem Mund nehmen. Zigaretteruch mit ins Vorstellungsgespräch zu nehmen kommt nicht gut an!

Mit dem ersten Kontakt eines Mitarbeiters daran denken:

Lächeln, dies ist die netteste Art die Zähne zu zeigen. Das ist die erste Aufmerksamkeit, die Du Deinem Gegenüber entgegenbringst.

Direkter, freundlicher Blickkontakt zu Deinem Gesprächspartner ist enorm wichtig. Blicke in die Runde, wenn es mehrere sind. Sei offen, selbstbewusst, aber nicht zickig.

Falls Du mit mehreren Mitbewerbern zu dem Gespräch eingeladen worden bist –Cool bleiben – zunächst haben alle die gleichen Chancen.

Arroganz oder Frechheit werfen Dich aus dem Rennen! Nutze Deinen Charme.

Erzähle keine Stories – was Deine Person angeht – sei glaubwürdig.

Das Vorstellungsgespräch findet oft unter klar festgelegten Rahmenbedingungen statt und ist daher einigermaßen vorhersehbar.

Bei größeren Unternehmen wird ein typischer Personalmitarbeiter systematisch und regelgeleitet das Gespräch führen; während bei kleineren Firmen evtl. der Firmeninhaber selbst dabei ist. Im letzteren Fall kann dies etwas sprunghafter verlaufen. Beide Gesprächspartner verdienen großen Respekt und Konzentration

Auch wenn Du davon ausgehen muss, dass kein Vorstellungsgespräch nach demselben Muster abläuft, kann sich z.B. folgender Gesprächsablauf ergeben

Persönlicher Eindruck

Kleidung	angemessen	sauber	unpassend	vernachlässigt
Blickkontakt	Häufig	ab und zu	selten	null
Kopfhaltung	zugewendet	gesenkt	abgedreht	arrogant
Gestik	unterstreichend	verhalten	sparsam bis unsichtbar	hektisch
Kompetenz	trifft voll die Erwartungen	guter Wille erkennbar	nur angelesen, null Erfahrung	keine Voraussetzungen

Sprachverhalten

Aussprache	klar und deutlich	manchmal achtlos	Silben verschluckend	nuschelnd, fast unhörbar
Grammatik	sicherer Vortrag	einfache Sätze	halbe Sätze	falsche Konstruktionen
Gliederung	logischer Aufbau	Wille erkennbar	zu komplex	durcheinander
Sprachniveau	formulierungsstark	angemessen	abgehoben	zu schwach
Sprechdauer	angenehm	zu ausschweifend	zu kurz	einsilbig
Sprechtempo	gerade richtig	manchmal zu schnell	oft stockend	zu nervös

So oder so ähnlich kann das Schema sein, nach dem Deine Gesprächspartner eine Auswertung des Vorstellungsgesprächs vornehmen. Natürlich wird auch hier wieder jedes Unternehmen einen individuellen Schwerpunkt und eine entsprechende Gewichtung der berufsspezifischen Anforderungen vornehmen, bevor es eine endgültige Entscheidung trifft.

Was jedoch mit dieser Tabelle aufgezeigt werden soll: Die oben aufgeführten Voraussetzungen kannst Du vorher üben.... **Just do it!**

1. Begrüßung und Vorstellung

Wenn Dir eine Hand entgegen gestreckt wird, diese kräftig ergreifen und schütteln.

„Hatten Sie eine gute Anreise?“

„Ja, es verlief genauso, wie ich es geplant hatte.“

„Darf ich Ihnen hier einen Platz anbieten?“

„Danke – sehr angenehm.“

Setze Dich nicht, bevor man Dich dazu auffordert. Danach pack deine mitgebrachten Schreibutensilien aus.

„Darf ich mich vorstellen? Meine Name ist ..., zuständig für ... (Abteilung)“

„Mein Name ist ... (Vor- und Zuname)“

(Falls Du eine Visitenkarte erhältst, diese gut sichtbar auf den Tisch legen. Sonst den Namen aufschreiben und somit das Interesse an der Person signalisieren)

„Was darf ich Ihnen zu trinken anbieten?“

„Bitte, wenn es Ihnen keine Umstände bereitet.“

2. Informationen zum Unternehmen

Der „Gastgeber“ stellt vielleicht kurz das Unternehmen vor, nennt einzelne Geschäftsfelder und -zahlen sowie aktuelle gesellschaftliche oder politische Einflüsse. Ferner werden dann oft die Rahmendaten sowie Erwartungen der zu besetzenden Stelle genannt.

3. Eignung der Bewerberin / des Bewerbers

In diesem Gesprächsabschnitt findet kein „Verhör“ statt, sondern man möchte wissen, ob Leistungen, Kenntnisse, Erfahrungen, Vorstellungen und Erwartungen übereinstimmen.

Mögliche Fragen, auf die jede/r Bewerber/in vorbereitet sein sollte:

1. Warum haben Sie sich für diese Stelle entschieden? Wie lange haben Sie Ihren Berufswunsch schon?
2. Welche Berufe hatten Sie als Alternative zu diesem Berufsbild ausgesucht und warum?
3. Warum haben Sie sich ausgerechnet in unserem Unternehmen beworben? Haben Sie sich noch woanders beworben?
4. Welche Vor- und Nachteile hat der Beruf den Sie sich ausgesucht haben?
5. Welche Fächer mögen Sie in der Schule am liebsten? Und welche überhaupt nicht?
6. Was haben Sie nach Ihrer Ausbildung beruflich vor?
7. Was machen Sie in Ihrer Freizeit am liebsten? Welche Hobbys haben Sie? Sind Sie in einem Verein?
8. Welche PC-Kenntnisse besitzen Sie?
9. Haben Sie Fremdsprachenkenntnisse?
10. Konnten Sie sich schon Berufserfahrungen beim Praktikum aneignen?
11. Was würden Sie bei uns noch gerne lernen?
12. Wissen Sie, in welchen Bereichen unsere Firma besonders stark ist?

13. Was sind Ihre wichtigsten persönlichen Stärken? Wo liegen Ihre Schwächen?
14. Haben Sie bisher schon im Team gearbeitet?
15. Wie stehen Ihre Eltern zu Ihren beruflichen Plänen?
16. Welches politische Ereignis beschäftigt Sie zurzeit am meisten?
17. Warum sollten wir ausgerechnet Sie einstellen?
18. Wer kann uns etwas über Sie erzählen (=Referenzen)?
19. Was würden Sie tun, wenn Sie jetzt keine Ausbildungsstelle bekämen?
20. Was wollen Sie von uns noch wissen? Welche Fragen haben Sie noch?

TIPP: Lass Deinen Gesprächspartner stets ausreden und antworte nicht zu einsilbig. Unterstreiche mit verhaltener Gestik und Mimik das Gesagte, um den Ausdruck zu verstärken

Kommen alle 20 Fragen vor?

Ja und nein – es können weniger, aber auch noch einige mehr sein. Verschiedene Personen fragen außerdem ganz unterschiedlich. Alle möglichen Fragen kann man gar nicht aufzählen. Und die unmöglichen Fragen lassen sich auch nicht vorher absehen. Deine Antworten entscheiden Deine Zukunft.

Welche Fragen kommen in meinem Berufsbild noch vor?

Die aufgelisteten Fragen passen eigentlich auf alle Berufsbilder. Dennoch können zum Beispiel im technischen, kaufmännischen, handwerklichen oder IT-Bereich gezieltere Fragen gestellt werden. Daher wird empfohlen, sich vorher in das jeweilige Fach hineinzudenken und evtl. Anforderungen zu recherchieren, die Fragen umschreiben und die Antworten üben.

Bevor ich diese Fragen überflog, hatte ich noch keine Angst vor dem Vorstellungsgespräch.

Kann sein – meistens musst Du jedoch noch mehr Angst haben, wenn Du „null Ahnung“ hat, was auf Dich zukommt. So wie jeder Sportler gut trainiert sein muss, um eine reife Leistung abzulegen, ist es auch in diesem Fall. Also viel üben – denn, je öfter Du ein Interview absolviert hat, umso sicherer wirst Du. Die Zauberformel lautet: Wissen und Training.

Man hat mir selbst aber ganz andere Fragen gestellt.

Das macht den obigen Katalog nicht schlechter. Vorschlag: Gesprächsinhalte und Themen, die besonders aufgefallen sind, anschließend aufschreiben und aufarbeiten, damit das nächste Interview noch besser vorbereitet ist.

Und mit meinen Fragen stehe ich ganz allein da?

Bescheidene Bewerber fragen vorher niemanden; bescheidene Bewerber haben dann auch keine Ahnung. Im Vorfeld können diese Fragen abgeklärt werden, u.a. mit Lehrern, KÜM-Lotsen, Berufsberatern, -Navigatoren, Eltern, Ausbildern, Mitarbeitern der Industrie- und Handelskammer sowie Handwerkskammern. Ganz klar muss sein, dass das Vorstellungsgespräch nicht dazu dient, sich zu informieren. Es ist auch nicht dafür da, um sich besser kennen zu lernen. Es ist ein Auswahlverfahren und der Bewerber muss sich fest vornehmen – dies zu gewinnen.

Erreiche in dem Vorstellungsgespräch, dass Du ein Angebot auf einen Ausbildungsplatz erhältst.

TIPP: Vorstellungsgespräche sind unterschiedlich lang, zwischen 20 Minuten und zwei Stunden sind durchaus normal.

TIPP: Auch wenn das Gespräch vielleicht nicht zufriedenstellend verlief, z..B. nie behaupten „Ich habe auch noch andere Angebote.“ Niemand lässt sich unter Entscheidungsdruck setzen!

TIPP: Aufpassen, dass Du nicht Fragen wiederholt, die bereits beantwortet wurden. Mach Dir Notizen bei neuen Informationen.

4. Fragen der Bewerberin / des Bewerbers

Falls diese bisher noch nicht beantwortet wurden. Jetzt erweist es sich vorteilhaft, wenn Du diese vorher aufgeschrieben hast.

5. Verabschiedung und Abschluss

Wenn alle Fragen gestellt und alle Antworten gegeben wurden, sollte das Gespräch mit der Aussage beendet werden, wie es zukünftig weitergeht.

Der Bewerber sollte wissen, wann er mit einer Antwort rechnen kann. Eine sofortige Entscheidung wird wohl in den seltensten Fällen erfolgen. Daher ist es wichtig zu wissen, wen Du gegebenenfalls wieder ansprechen kannst – d.h. Name – Abteilung – Telefonnummer sollten zumindest bekannt sein, damit Du in der Lage bist nachzufassen, sofern die genannte Frist ergebnislos verstrichen ist. Falls diese Angaben bisher nicht erfolgt sind, ruhig noch einmal nachfassen Dies unterstreicht die Zielstrebigkeit, mit der Du Deine Aufgaben erledigt und Interesse an der Stelle zeigt.

Die eigenen Unterlagen und Notizen wieder zusammenpacken – nicht vergessen:

Für das Gespräch danken – sich korrekt von allen Anwesenden verabschieden und den Raum wieder verlassen. Hierbei ist es auch vorteilhaft, seine Selbständigkeit unter Beweis zu stellen und z. B. nicht ankündigen, dass Du in einigen Minuten erst abgeholt wirst. Später musst Du ja auch seinen eigenen Weg finden. Erst jetzt wieder das Handy einschalten, das bereits beim Eintreffen ausgeschaltet war.

Das Vorstellungsgespräch – Nachbereitung

Mit der Einladung zu einem Vorstellungsgespräch wächst deine Hoffnung auf einen Ausbildungsplatz. Wenn während oder nach deiner Vorstellung auch eine Einstellungszusage erfolgt, hast Du alles richtig gemacht und Glück gehabt. Herzlichen Glückwunsch zum neuen Lebensabschnitt.

Was aber tun, wenn deine Einstellung in Frage gestellt wird oder Du sogar eine Absage erhalten hast?

Rückschläge hast Du bestimmt auch schon in anderen Situationen erlebt. Auf dieselbe Erfahrung musst Du Dich im Berufsleben einstellen. Auch dein Freundes- und Bekanntenkreis wird Dir bestätigen, dass Absagen die Regel sind. Leider gehören sie zum Bewerbungsprozess dazu. Der Umgang mit Absagen und Enttäuschungen gehört mit zu den Lebenserfahrungen, die Du machen wirst. Aber auch daraus kannst Du lernen! Ärgere Dich deshalb nicht, wenn andere vor Dir einen Ausbildungsplatz ergatteren. Du kannst beim nächsten Mal ebenso viel Glück haben, wenn Du erkennst worauf es ankommt und es entsprechend umsetzt:

- Gönn Dir eine Verschnaufpause und werde Dir bewusst, dass Du mit der Einladung zu einem Vorstellungsgespräch bereits einen Erfolg erzielt hast.
- Lenke Dich durch Sport, Spaziergänge, Kontakt mit Freunden o. a. ab, damit die Verunsicherung - die Dir widerfahren ist - bald vergeht.
- Gib nicht auf. Überlege noch mal ob Du bei der geplanten Bewerbung auf dem richtigen Wege bist, indem Du Dich fragst:
 - Welche Fähigkeiten und Talente habe ich wirklich?
 - Welche Berufsbilder passen zu meinen Fähigkeiten und Interessen?
 - Passen meine persönlichen Neigungen tatsächlich zu dem von mir gewünschten Ausbildungsberuf?

Nachbereitung ist wichtig

- Suche nach einer beruflichen Tätigkeit, mit der Du Dich selbst und den Menschen, die diese Tätigkeit ausführen, identifizieren kannst.
- Sei ehrlich zu Dir selbst und erkenne deine Schwächen. Überlege was Du ausgleichen musst, um zu deinem Ziel zu gelangen.
- Prüfe wie viel Veränderungen in deinem Leben Du Dir bzw. Deinen Eltern zumuten kannst.
- Halte die Wahl für einen anderen Beruf offen für den Fall, dass Du in dem angestrebten Beruf keinen Ausbildungsplatz findest.
 - Denke - wenn deine schulischen Leistungen dafür sprechen - alternativ auch über einen höheren Schulabschluss nach.

Bleibe trotz Rückschläge weiter am Ball, lass Dich nicht entmutigen und schicke gleich weitere Bewerbungen los. Der nächste Vorstellungstermin kommt bestimmt. Darin liegt deine neue Chance. Gehe mit deinen Zielvorstellungen gut vorbereitet in das Gespräch. Ganz oben steht nicht: Ich will den Ausbildungsplatz, sondern das Ziel: Ich überzeuge sie von mir!

Gut vorbereitet heißt auch aus Erfahrung bzw. Fehlern lernen um beim nächsten Termin diese Fehler zu vermeiden. Denke deshalb nochmals in aller Ruhe auch über die vergangenen Gespräche nach und schreibe alle positiven sowie negativen Punkte auf. Erkenne daraus deine Defizite aber auch Stärken und bereite Dich dann noch sorgfältiger auf das nächste Vorstellungsgespräch vor.

Die Checkliste soll Dir dabei helfen und Anregung sein.

Vorstellungsgespräch Checkliste zur Nachbereitung des Gespräches

Firma:.....
Teilnehmer:.....
Telefon:.....
E-Mail:.....

Ort:.....
Datum:.....
Uhrzeit:.....

Bewerbungsunterlagen

Bewertung vorgenommen
Was wurde bemängelt bzw. gelobt?

(bitte ankreuzen)

ja nein

Mein Äußeres

Kleidung: in Ordnung

ja nein

*Der erste Eindruck zählt!
War ich so, wie es
Erwachsene von mir
erwarten?*

Gesprächsverlauf

(bitte ankreuzen)

- | | ja | nein |
|---|--------------------------|--------------------------|
| Ich bin pünktlich zum Gesprächstermin erschienen | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich war konzentriert und aufgeschlossen | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Das Einladungsschreiben, eine Kopie meiner Bewerbung und Schreibmaterial habe ich zum Gespräch mitgenommen | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich habe aufmerksam zugehört und mir Notizen gemacht | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Meine Antworten habe ich nie einsilbig sondern durch ganze Sätze formuliert | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich habe immer korrekt, offen und ehrlich geantwortet | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich war gut vorbereitet über, <ul style="list-style-type: none"> - die Größe des Unternehmens - Anzahl der Beschäftigten - Niederlassungen- einzelne Geschäftsfelder | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich konnte mein Interesse an dem Ausbildungsberuf gut begründen | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich war mir über die Pflichten eines Auszubildenden bewusst | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich habe keine negativen Aussagen über mich, meine Eltern, meine Lehrer und andere Personen gemacht | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ich habe verstanden wie man sich eine Person vorstellt, die den Ausbildungsplatz besetzen soll | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ein Einstellungstest wurde durchgeführt | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Wenn man Dir keine Absage im Gespräch gemacht hat, dann empfiehlt sich binnen weniger Stunden nach dem Gespräch ein Dankschreiben per E-Mail. Eine gute Gelegenheit sich nochmals in Erinnerung zu bringen und zu zeigen, dass Du Dich auf eine baldige Antwort freut.

Bei einem Einstellungstest musst du die Ruhe bewahren. In der Regel kann man nicht alle Aufgaben lösen. Gehe die Sache zügig an und arbeite sorgfältig. Übungen helfen auch hier weiter!

(bitte ankreuzen)

- | | ja | nein |
|---|--------------------------|--------------------------|
| Hat man mir einen anderen Ausbildungsvertrag angeboten?
Wenn ja, welchen..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Meine Antwort..... | | |
| Mir wurde eine schriftliche Antwort zugesagt.
Wenn ja, bis wann..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| - Den Termin habe ich mir vorgemerkt. Sollte ich in einem angemessenem Zeitrahmen keine Antwort erhalten, so werde ich mich telefonisch nach der Entscheidung erkundigen. | | |
| Ich habe mich für die Einladung zum Vorstellungsgespräch bedankt und freundlich verabschiedet | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Fragen die vorstehend nicht aufgeführt sind, aber gestellt wurden: | | |



dankt für die gewährte Unterstützung:



Karin & Carl Heinrich
ESSER
STIFTUNG

Herrn Prof. Dr. Carl-Heinrich Esser



Frau Hanne Herrmann,
Leiterin des Fotostudios Backofen



Metropolregion
Rhein-Neckar

Frau Dr. Dorothee Karl



engelhorn
Made im Quadrat

Herrn Jörg Noh, Ausbildungsleiter
des Modehauses Engelhorn

Frau Stephanie Döring, Direktorin der



und der Mitwirkung der Design-Klasse 1 c
unter Leitung von Dozentin Martina Helwig

Justus-von-Liebig Schule, Mannheim – BEJ 7

Die Schüler Bernhard, Fuat, Marcel, Matthias, Roberto, Sefa, Tino, Tarkan, Vjaceslav und Lehrer Jordan Arnold-Sandmann und Mentor Adam Gehbauer

Wohlgelegen Hauptschule, Mannheim – Klasse 9 und 10

Die Schüler Andre, Chantal, Pascal, Patrick, Sarah, Samet, Taylan und den Lehrerinnen Simone Guttinga, Silvia Köbel und Daniela Möller

IGMH - Integrierte Gesamtschule Mannheim-Herzogenried

Die Schüler Alexander, Marvan, Melanie, Melissa, Steven und Lehrerin Heike Ruthig

Albert-Schweitzer-Schule, Heidelberg - Klasse 10

