

Ein kleiner Knigge, wie man gut ankommt

Nervös, weil das erste Bewerbungsgespräch bevorsteht? Wer sich gut vorbereitet und auch während des Gesprächs ein paar Dinge beachtet, hat bessere Aussichten auf Erfolg. Nachfolgend ein paar nützliche Tipps für angehende Lehrlinge.

Nervosität: Ein gesundes Mass an Nervosität ist normal und kann sogar zu Höchstleistungen anspornen.

Gespräch gut vorbereiten: Wenn man weiss, was man auf mögliche Fragen antworten kann, wirkt das beruhigend. Und: Sich vorher über die Firma informieren und überlegen, was man selber fragen möchte.

Vorher üben: Übt man mit Kolleginnen oder Kollegen, kann man sich besser auf die Gesprächssituation einstellen.

Anreise: Genügend Zeit einplanen, damit man nicht in Stress gerät oder ausser Atem ins Gespräch gehen muss.

Pünktlichkeit: Ist ein absolutes Muss. Viel zu früh zu sein, wirkt allerdings ebenfalls unhöflich.

Begrüssung: Selbstbewusst anklopfen und sich mit Name vorstellen.

Händedruck: Nicht zu stark und nicht zu lasch die Hand geben. Weder ein Schraubstock noch eine Puddinghand sind angenehm.

Hinsetzen: Sich erst hinsetzen, wenn man dazu aufgefordert wird.

Namen: Die Namen der Gesprächspartner einprägen und falls man sie am Anfang nicht

versteht: unbedingt höflich nachfragen.

Haltung: Aufrecht, aber doch entspannt sitzen. Nicht zu breitbeinig und nicht die Beine übereinanderschlagen. Wer lässig im Stuhl hängt, signalisiert Desinteresse; wer nur vorne auf der Stuhlkante sitzt, wirkt unsicher. Am besten beide Fusssohlen auf den Boden stellen und auf der ganzen Sitzfläche sitzen.

Blickkontakt: Bei der Begrüssung und im Gespräch den Blickkontakt halten, ohne dabei zu starren.

Sprechtempo: Darauf achten, weder zu langsam noch zu schnell zu sprechen, was bei Aufregung schnell passiert.

Aktiv zuhören: Auf die Fragen des Gegenübers eingehen. Wenn

man etwas nicht versteht, nachfragen. Wenn man nicht so oft zu Wort kommt (manche Personalchefs reden selber gerne), kein schlechtes Gefühl haben, sondern aufmerksam zuhören und sich mit einigen klugen Bemerkungen einbringen.

Kaugummi: Kann gut sein für einen frischen Atem. Aber: Rechtzeitig vor dem Gespräch herausnehmen und in einem Mülleimer entsorgen.

Rauchen: Vor einem wichtigen Termin ist man angespannt. Trotzdem sollte man die Zigarette unmittelbar vor dem Gespräch lassen, der Rauch bleibt an Kleidern und Händen hängen. Eine angebotene Zigarette höflich ablehnen und keinesfalls ungefragt selbst eine anzünden und auch nicht danach fragen, ob man rauchen darf. ssc

Ein kleiner Knigge, wie man gut ankommt

Nervös, weil das erste Bewerbungsgespräch bevorsteht? Wer sich gut vorbereitet und auch während des Gesprächs ein paar Dinge beachtet, hat bessere Aussichten auf Erfolg. Nachfolgend ein paar nützliche Tipps für angehende Lehrlinge.

Nervosität: Ein gesundes Mass an Nervosität ist normal und kann sogar zu Höchstleistungen anspornen.

Gespräch gut vorbereiten: Wenn man weiss, was man auf mögliche Fragen antworten kann, wirkt das beruhigend. Und: Sich vorher über die Firma informieren und überlegen, was man selber fragen möchte.

Vorher üben: Übt man mit Kolleginnen oder Kollegen, kann man sich besser auf die Gesprächssituation einstellen.

Anreise: Genügend Zeit einplanen, damit man nicht in Stress gerät oder ausser Atem ins Gespräch gehen muss.

Pünktlichkeit: Ist ein absolutes Muss. Viel zu früh zu sein, wirkt allerdings ebenfalls unhöflich.

Begrüssung: Selbstbewusst anklopfen und sich mit Name vorstellen.

Händedruck: Nicht zu stark und nicht zu lasch die Hand geben. Weder ein Schraubstock noch eine Puddinghand sind angenehm.

Hinsetzen: Sich erst hinsetzen, wenn man dazu aufgefordert wird.

Namen: Die Namen der Gesprächspartner einprägen und falls man sie am Anfang nicht

versteht: unbedingt höflich nachfragen.

Haltung: Aufrecht, aber doch entspannt sitzen. Nicht zu breitbeinig und nicht die Beine übereinanderschlagen. Wer lässig im Stuhl hängt, signalisiert Desinteresse; wer nur vorne auf der Stuhlkante sitzt, wirkt unsicher. Am besten beide Fusssohlen auf den Boden stellen und auf der ganzen Sitzfläche sitzen.

Blickkontakt: Bei der Begrüssung und im Gespräch den Blickkontakt halten, ohne dabei zu starren.

Sprechtempo: Darauf achten, weder zu langsam noch zu schnell zu sprechen, was bei Aufregung schnell passiert.

Aktiv zuhören: Auf die Fragen des Gegenübers eingehen. Wenn

man etwas nicht versteht, nachfragen. Wenn man nicht so oft zu Wort kommt (manche Personalchefs reden selber gerne), kein schlechtes Gefühl haben, sondern aufmerksam zuhören und sich mit einigen klugen Bemerkungen einbringen.

Kaugummi: Kann gut sein für einen frischen Atem. Aber: Rechtzeitig vor dem Gespräch herausnehmen und in einem Mülleimer entsorgen.

Rauchen: Vor einem wichtigen Termin ist man angespannt. Trotzdem sollte man die Zigarette unmittelbar vor dem Gespräch lassen, der Rauch bleibt an Kleidern und Händen hängen. Eine angebotene Zigarette höflich ablehnen und keinesfalls ungefragt selbst eine anzünden und auch nicht danach fragen, ob man rauchen darf. ssc