

Wann brauche ich ein Bewerbungscouaching?

» Ich mache die Erfahrung, dass Bewerber/-innen häufig erst dann zu einem Coaching kommen, wenn sie bereits 15 – 20 erfolglose Bewerbungen verschickt haben oder es auch beim 10. Vorstellungsgespräch noch immer nicht mit dem ersehnten Job geklappt hat.

Dies nagt stark am Selbstwertgefühl, von der Frustration ganz zu schweigen... Dabei sind es oft Kleinigkeiten, die über Erfolg oder Misserfolg einer Bewerbung entscheiden!

Aufbau, Inhalt und Form Deines Lebenslaufes entsprechen nicht den Kriterien oder er wirkt unübersichtlich

Beachte: Durch die Vielzahl eingehender Bewerbungen verwendet ein Personaler gerade mal durchschnittlich 30 Sekunden (!), um sich einen ersten Eindruck zu machen. Findet er sich hier nicht sofort zu recht oder entdeckt eine nicht erklärte „Lücke“, bist Du raus!

Dein Anschreiben wirkt nicht überzeugend und aussagekräftig

Beachte: Ist Dein Anschreiben nicht individuell auf die Position und das Unternehmen ausgerichtet (Vermeide auf jeden Fall Standardanschreiben!) oder Du verwendest nicht belegte Standardfloskeln („Ich zeichne mich durch Teamfähigkeit und Durchsetzungsvermögen aus.“), wird das dem Personaler nur ein gelangweiltes „Gähnen“ entlocken.

Über 80 % Deiner Wirkung werden durch Gestik, Mimik, Stimme und Körper erzeugt!

Klappt es dann mit dem heiß ersehnten Vorstellungsgespräch, heißt es nun Deinen Werdegang und Deine Person optimal „live“ zu präsentieren.

2 Kriterien sind hierbei besonders wichtig:

Wie selbstbewusst wirkst Du?

Selbstbewusstsein hat nichts mit Arroganz oder Überheblichkeit zu tun! Vielmehr geht es darum, Dir „Deiner selbst bewusst zu sein“, in anderen Worten: Bist Du in der Lage, Deinen Werdegang und Deine Person kritisch, aber trotzdem stets positiv, zu reflektieren? Oder schwelgst Du nur in „Selbstbeweihräucherungen“?

Was drückt Deine Körpersprache aus?

Über 80 % Deiner Wirkung werden nicht durch den Inhalt erzeugt, sondern durch Gestik, Mimik, Stimme und Körper. Stimmt das WAS Deiner Kommunikation mit dem WIE überein? Falls nicht, werden bei Deinem Interviewpartner die „Alarmglocken“ schrillen: Du wirkst nicht authentisch!

Ich empfehle Dir zur Vorbereitung immer einen erfahrenen „Sparringspartner“. Er/Sie muss in der Lage sein, Dir professionelles Feedback über den Inhalt der Selbstpräsentation und Deiner Antworten im Jobinterview zu geben, aber auch über die Wirkung Deiner Körpersprache. Selbstverständlich sollte er Dich auch zur Reflexion anregen.



Illustration: freepik

Faustregel

1) Wirst Du nach 4 bis 5 verschickten Bewerbungen nicht zumindest zu einem Vorstellungsgespräch oder Telefoninterview eingeladen, solltest Du Deine Bewerbungsunterlagen von einem Experten „checken“ lassen.

2) Erhältst Du nach 3 bis 4 Jobinterviews nur Absagen, ohne zumindest in die zweite Runde gelangt zu sein, solltest Du ernsthaft über die professionelle Simulation des Jobinterviews nachdenken.

Fazit

Natürlich kostet Coaching Geld (Tipp: Schau nach speziellen Konditionen für Studenten und Hochschulabsolventen!). Bereits 1 bis 2 Sitzungen aber können Dir eine Menge an Zeit sowie Frust ersparen und vor allem verhindern, dass Dein Selbstvertrauen den „Bach runter geht“, bevor DEINE Karriere überhaupt begonnen hat.

Das sollte DIR die Sache wert sein! ■

Tom Schindler
Zertifizierter Coach, Karriereberater
und Bewerbungstrainer



Studentencoaching-München ist ein Coaching-, Karriereberatungs- und Bewerbungstrainingsangebot, das sich primär an Studenten, Hochschulabsolventen, Doktoranden und Young Professionals richtet. www.studentencoaching-muenchen.de info@studentencoaching-muenchen.de

