

[Home](#) [E-Paper](#) [Immobilienmarkt](#) [Stellenmarkt](#) [Motormarkt](#) [Anzeigen](#) [SZ-Shop](#) [Abo & Service](#) [Tickets](#)

[Politik](#) | [Wirtschaft](#) | [Geld](#) | [Kultur](#) | [Sport](#) | [Leben](#) | [Karriere](#) | [München](#) | [Bayern](#) | [Panorama](#) | [Auto](#) | [Digital](#) | [Wissen](#) | [Fitness](#) | [Reise](#)

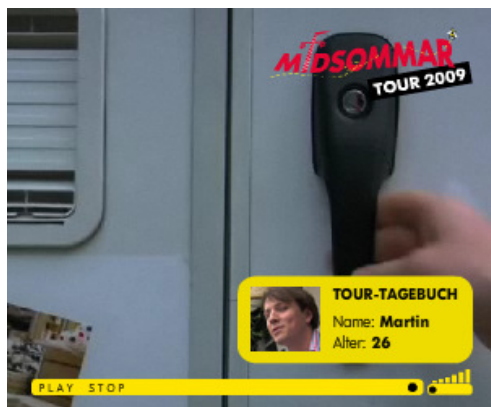
27.06.2009 05:00 Uhr

[Drucken](#)

Falsche Bescheidenheit

Zurückhaltung ist im Bewerbungsgespräch fehl am Platz

Sich glaubwürdig zu verkaufen, fällt vielen Bewerbern schwer. Dabei ist es - erst recht in wirtschaftlich schwierigen Zeiten - wichtig, dem Arbeitgeber punktgenau klarzumachen, warum man der beste Kandidat für einen Job ist: "Sagen Sie deutlich, dass Sie die Stelle haben möchten und liefern Sie Argumente für die eigene Person", rät deshalb die Psychologieprofessorin Monika Sieverding von der Universität Heidelberg.



Bewerbern empfiehlt sie ausdrücklich, über die eigenen Vorzüge zu reden. Fachliche Qualifikationen spielten eine untergeordnete Rolle, wenn man dem Personalentscheider erst einmal gegenübersteht: "Die Begeisterung für die Stelle und den Arbeitgeber muss überkommen", sagt Sieverding. "Schon nach einer Viertelstunde entscheidet sich, ob man eine Chance bekommt." Eine entscheidende Rolle spiele das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten. Besonders Frauen stellten durch unnötige Zurückhaltung oft ihr Licht unter den Scheffel, so Sieverding. Bescheiden auf Fragen nach den eigenen Qualitäten zu warten, führe zu nichts. "Die Interviewer fragen in der Regel nicht danach."

Ein Gradmesser für Selbstsicherheit sei die Sprechzeit des Bewerbers: "Wer länger spricht und sich keine Nervosität anmerken lässt, gilt als selbstsicher", sagt die Psychologin. "Sagen Sie ‚Ich kann das‘ statt ‚Das habe ich schon gemacht‘". Anbiedere verschaffe allerdings keinen Vorteil. "Je opportunistischer ich mich verhalte, desto farbloser wirke ich und werde vergessen", erklärt Sieverding. Schließlich beschreibe sich jeder Kandidat als "teamfähig" oder "toll". Ein ausgefallenes Hobby bleibe dagegen eher im Gedächtnis.

"Reden Sie nicht ungefragt über Schwächen", warnt die Karriereberaterin Cornelia Topf aus Augsburg. Die Wirtschaftswissenschaftlerin berät seit mehr als 20 Jahren in Karrierefragen. Persönliche Probleme seien tabu. Einstellungen wie "Ich arbeite lieber im Detail als am großen Wurf" könne man dagegen guten Gewissens einräumen. Diplomatie erfordern Fragen hingegen wie "Was tun Sie, wenn unsere Firma Sie ablehnt?" Eine sinnvolle Antwort wäre laut Topf zum Beispiel: "Ich würde mich noch einmal bei Ihrem Unternehmen bewerben."

Sicheres Auftreten lässt sich trainieren. Sieverding rät, Freunden die Bewerbungsmappe zu zeigen und schwierige Situationen in gespielten Bewerbungsgesprächen zu üben, am besten mit Videokamera. Die Bundesagentur für Arbeit bezahlt im Einzelfall Bewerbertrainings. "Fragen Sie Ihren Berater", empfiehlt Agentur-Sprecher Lutz Eickemeier.

Gründliches Informieren über den möglichen Arbeitgeber ist ein Muss. Bei der Internetrecherche empfehle es sich, anonym vorzugehen oder Strohmänner einzusetzen. Denn das Risiko sei groß, dass Bewerber online demjenigen begegnen, dem sie später im Vorstellungsgespräch gegenüberstehen. "Sie können davon ausgehen, dass auch Personalchefs im Internet unterwegs sind", sagt Topf.

Und wenn es nicht klappt mit der Stelle? Mit Absagen sollten Bewerber souverän umgehen. Sieverding: "Es gibt Faktoren, die man als Kandidat nicht beeinflussen kann."Katlen Trautmann/dpa