

# Wie wirke ich bei der Bewerbung?

**KRISE** Wer sich nach langjähriger Tätigkeit einen neuen Job suchen muss, muss erst sein Wissen auffrischen.

von Daniela Kebel

**Wuppertal.** Seit mehr als zehn Jahren ist Yvonne bereits in leitender Position eines großen Unternehmens, jetzt weiß sie nicht, ob sie ihren Job behält. „Die Finanzkrise hat uns voll erwischt“, sagt die 37-Jährige. Und damit stellt sie sich zum ersten Mal wieder den Problemen, die tausende Arbeitssuchende jeden Tag haben: Wie finde ich einen neuen Arbeitsplatz und wie bereite ich mich persönlich auf Bewerbungsgespräche vor? Die Agentur für Arbeit bietet dabei Hilfestellung an der Basis. „Viele Langzeitbeschäftigte wissen gar nicht mehr, wie eine Bewerbungsmappe aussehen soll. Ob das Foto die richtige Größe hat und ob Büroklammern erlaubt sind“, sagt Claudia John, Pressesprecherin der Agentur in Wuppertal. Ein einwöchiges Seminar vermittelt diese praktischen Dinge rund um die Bewerbung und die nötigen Unterlagen.

## Arbeitsagentur bietet zweiwöchige Trainings an

„Ich bin gewohnt, Anweisungen zu geben und Aufgaben zu delegieren. Aber so kann ich ja nicht mit neuen Kollegen umgehen und potenziellen Vorgesetzten gegenüber beim ersten Gespräch auftreten“, sagt Yvonne. Eine Frage, die sich vor allem Menschen stellen, die viele Jahre in Führungspositionen gearbeitet haben: Wie wirke ich eigentlich auf andere? „Es gibt Seminare, in denen man lernen kann, Antennen dafür zu entwickeln“, sagt Sabine Wengelski-Strock. Die Wuppertalerin bietet mit ihrer Firma Möwe-Seminare Weiterbildung an, die Wissen, Emotio-



Beim Vorstellungsgespräch muss man schnell erfassen, was gut ankommt und was tabu ist.

Foto: Imago

nen und Persönlichkeit gleichermaßen in den Blick nimmt. Denn nur, wer seinen Gesprächspartner auch emotional erreicht, kommt letztlich zum Ziel. Etwas Ähnliches bietet auch die Arbeitsagentur. Für Führungskräfte und Akademiker werden dort zweiwöchige Bewerbungstrainings in englischer Sprache angeboten und ein Seminar unter dem Titel life/work planning bereitet den Bewerber auf seine eigene Initiative vor. „Wie trete ich auf, wie komme ich in Kontakt mit den Firmen? Das wird intensiv geübt und an der eigenen Wirkung gefeilt“, so John.

Auch Frank hat sich entschlossen, etwas an seiner Außenwirkung zu tun. Der 40-jährige Wuppertaler sitzt mit sieben weiteren Teilnehmern in einem kleinen Seminarraum. Deren Aufgabe ist es, eine Party zu organisieren. „Eine simulierte Situation, in der ich beobachte, wer sofort die Führung übernimmt und

wer sich zurückhält“, sagt Wengelski-Strock. Hinterher gibt es dann die Beurteilung der unterschiedlichen Verhaltensweisen durch die Seminarleiterin. Viel wichtiger aber: Alle Teilnehmer geben sich gegenseitig Feedback, ob sie leicht oder schwer miteinander in Kontakt getreten sind. „Ich hatte den Eindruck, Frank hat gar keine Lust mitzumachen“, beschreibt Susanne. Denn Frank hat überhaupt nichts gesagt. „Ich beobachte eben gerne erstmal alle“, verteidigt sich Frank. „Und wie fühlst du dich dabei? Ist das eine Position, die für dich komfortabel ist?“, fragt die Seminarleiterin. Frank überlegt, antwortet. Es folgt eine neue Frage, wieder eine Antwort. So langsam dämmert es Frank, worauf die Seminarleiterin hinaus will. „Darum geht es letztendlich“, sagt Wengelski-Strock. „Es ist eine Selbsterkenntnis was emotional bei mir selbst abläuft, wenn ich die Reaktion

## ■ ANGEBOTE

**SEMINAR** Die Weiterbildung „So wirke ich – so will ich wirken“ startet am 12. Februar 2009 und umfasst insgesamt neun Wochenendseminare, jeweils eins pro Monat. Darüber hinaus sind einzelne Schnupperseminare möglich, bei denen es konkret nur um das Kommunikationsverhalten und die Wirkung auf andere geht. Informationen: Möwe-Seminare, Lise-Meltner-

Straße 1-9, Wuppertal, Telefon 0202/31713216 oder im Internet: [www.moewe-seminare.de](http://www.moewe-seminare.de)

**BEWERBUNGSTRAINING** Die Agentur für Arbeit bietet unterschiedliche Bewerbungstrainings, speziell auf die Ansprüche der Bewerber abgestimmt. Life/work planning bereitet auf initiale Kontakte seitens des Bewerbers vor. [www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de)

und das Feedback völlig fremder Menschen ernst nehme.“

Die eigene Wirkung auf andere kann man selbst beinahe gar nicht einschätzen. So kann es passieren, dass ein wichtiges Vorstellungsgespräch daneben geht, weil man irgendetwas sagt, was beim neuen Chefkomisch ankommt. Die Teilnehmer des Seminars lernen, dass Fühlen ebenso wichtig wie Argumen-

tieren ist und wie man seine Wahrnehmungskanäle öffnet. Wer lernt, seine eingeschränkte Wahrnehmung zu erweitern, hat viel mehr Möglichkeiten, gelassener und umgänglicher zu kommunizieren. „Und das sind dann letztlich die Antennen, die in Sekundenschnelle den Weg auf die richtige Gesprächsebene mit fremden Leuten zeigen“, sagt Wengelski-Strock