



Der 1. Eindruck zählt! Auch im Bewerbungsverfahren

Er ist wichtig, weil er

- prägend ist.
- nur schwer zu verändern ist.
- Entsteht in Sekundenschnelle - ca. 7 Sekunden!

Einflussfaktoren sind:

- Mimik, Gestik, Kleidung, Körperhaltung: 55 %
- Sprache, Stimme: 38 %
- Inhalt, Worte: 7 %

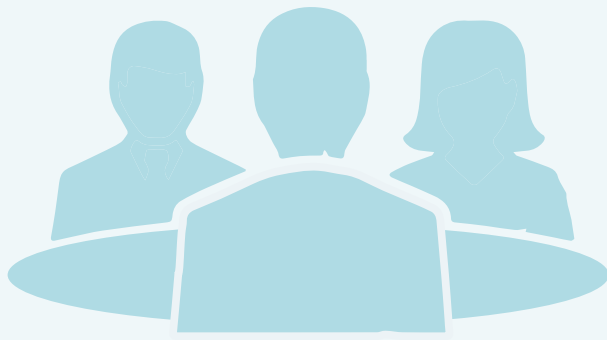
Prozentangaben gehen auf Studien des Psychologen Albert Mehrabian aus dem Jahr 1967 zurück (veröffentlicht 1971)



- Umgangsformen, Auftreten und das äußere Erscheinungsbild sind besonders wichtig!
- Im Bewerbungsverfahren spielt der 1. Eindruck beim Foto und im Vorstellungsgespräch eine wichtige Rolle!







No-Go's im Vorstellungsgespräch

Wie man sich im Bewerbungsgespräch richtig verhält und einen guten Eindruck macht:



Mimik

- + freundlich gucken

Kleidung

- + tragen, worin man sich wohlfühlt und was zu der Stelle passt, auf die man sich bewirbt
- + auber und ordentlich
- + keine Caps oder Mützen
- + keine Flip-Flops
- + dezenter Schmuck (gilt auch für Parfüm und After Shave)

Körperhaltung / Gestik

- + gerade sitzen
- + offene Körperhaltung
- + den Gesprächspartner anschauen

Umgangsformen

- + kein Kaugummi
- + Hände sind sichtbar bei der Begrüßung
- + pünktlich sein (genug Zeit einplanen, Weg vorher schon mal testen)
- + Gesprächspartner ausreden lassen

Sprache

- + erzähle möglichst frei
- + Jugendsprache vermeiden
- + nicht nur mit ja und nein antworten, sondern in ganzen Sätzen
- + angemessen laut sprechen
- + deutlich sprechen
- + Füllwörter wie „äh“ und „ähm“ vermeiden