

Bewerbungstraining

Definition

In Bewerbungstrainings sollen die Schüler:innen das Erstellen von Bewerbungsunterlagen und das Verhalten im Bewerbungsgespräch üben und verbessern. Sie lernen dabei, wie sie sowohl in ihren Unterlagen als auch im persönlichen Gespräch einen guten Eindruck hinterlassen können.

Anbieter von Bewerbungstrainings sind beispielsweise die Agentur für Arbeit, die Kammern der Wirtschaft, Krankenkassen, Banken etc. Häufig werden Bewerbungstrainings jedoch von den Schulen selbst durchgeführt. Zur Unterstützung ist es hilfreich, Expert:innen zu bestimmten Themen einzuladen (z. B. Personalbeauftragte aus Unternehmen, Personaltrainer:innen, Ansprechpartner:innen der Agentur für Arbeit etc.).

Ziele

- Förderung der Selbstsicherheit
- Kenntnis eigener Kompetenzen und Interessen
- Beherrschen wichtiger Regeln für Bewerbungssituationen
- Förderung sozialer Kompetenzen
- Vorbereitung auf die Berufswelt
- Förderung der Eigenständigkeit der Schüler:innen im Bewerbungsprozess
- Steigerung der Erfolgchancen für Bewerbungen

Mögliche Inhalte eines Bewerbungstrainings

1. Wahl des Ausbildungsberufs

- Stärkenanalyse/Zielsetzung: Was kann ich? Was will ich? Welche beruflichen Möglichkeiten gibt es? Die Schüler:innen machen sich Gedanken darüber, welchen Beruf sie erlernen wollen und welche Interessen und Fähigkeiten sie haben.
- Die Schüler:innen lernen verschiedene Möglichkeiten der Informationsgewinnung kennen: Wie und wo informiere ich mich über Ausbildungsplätze? Zum Beispiel wird innerhalb des Bewerbungstrainings über „offene“ und „verdeckte“ Stellenmärkte informiert. Ein „offener“ Stellenmarkt beinhaltet alle Stellenanzeigen in Zeitungen, in Jobbörsen, im Internet etc., ein „verdeckter“ Stellenmarkt beinhaltet solche Stellen, die nicht ausgeschrieben werden. Von diesen Stellen erfährt man über Kontakte, über direkte Nachfrage oder über Antworten auf Initiativbewerbungen.

2. Schriftliche Bewerbung und Online-Bewerbung

- Das Anschreiben: Das Anschreiben ist eine »Werbung in eigener Sache«. Es soll Interesse beim Adressaten wecken. Daher sollte es kurz, prägnant, ansprechend formuliert und möglichst genau auf die ausgeschriebene Stelle zugeschnitten sein. In Zeiten von ChatGPT verliert das Anschreiben allerdings an Bedeutung, einige Unternehmen verzichten vor allem bei online-Bewerbungen bereits gänzlich darauf. Andere, spezielle Formen von „Anschreiben“ sind beispielsweise eine Bewerbung per Video. Innerhalb des Trainings geht es dabei auch um Themen wie die Internetrecherche zu potenziellen Arbeitgeber:innen, um die Bewerbung individuell auf das jeweilige Unternehmen und die spezifische Stelle ausrichten zu können.
- Lebenslauf mit Lichtbild: Der Lebenslauf soll einen schnellen und übersichtlichen Eindruck über die bisherige Schul- und Berufslaufbahn geben. Teilweise wird auf ein Lichtbild verzichtet.
- Anhang: Zeugniskopien, Bescheinigungen über außerschulische Tätigkeiten etc.

3. Assessment-Center/Testverfahren

Mithilfe von Rollenspielen können Sie mögliche Assessment-Center-Übungen (wie Selbstpräsentation, Gruppendiskussionen oder Konfliktgespräche) oder die erste Kontaktaufnahme am Telefon mit den Schüler:innen einüben. Auch Testverfahren (wie Intelligenztests, Berufs- und Leistungstests sowie Persönlichkeitstestverfahren) können Sie mit den Schüler:innen durchführen.

4. Vorstellungsgespräch

Vorstellungsgespräche eignen sich ebenfalls gut, um in Rollenspielen geübt zu werden. Für den Lernerfolg ist es hilfreich, wenn Sie diese Übungen auf Video aufzeichnen und die Aufzeichnung anschließend gemeinsam analysieren. So erhält die betreffende Person schnell Feedback zu ihrem Verhalten.

Wichtige Elemente

- Ablauf eines Vorstellungsgesprächs
- Auftreten (Kleidung, Körpersprache etc.) und Verhalten im Gespräch
- Mögliche Fragen, die im Gespräch gestellt werden
- Umgang mit persönlichen bzw. „unangenehmen“ Fragen
- Mögliche Fragen seitens des Bewerbers/der Bewerberin Fachliche und persönliche Stärken und Schwächen des Bewerbers/der Bewerberin

Weitere Themen für Bewerbungstrainings können sein: Umgang mit Absagen, Entspannungsübungen, Online-Bewerbungen u. v. m.

Weiterführende Literatur und Links

Weiterführende Informationen finden Sie auf der [Website zum Leitfaden](#)
