

„WAS SOLL ICH ANZIEHEN?“

Diese Frage stellen sich viele Bewerber, wenn Sie zu einem Vorstellungsgespräch geladen werden. Kleider machen Leute und manchmal auch den Unterschied zwischen einem erfolgreichen Bewerbungsgespräch und einer Absage. Am liebsten würde man den neuen Chef ja gleich auf den ersten Blick überzeugen. Doch die Entscheidung für das richtige Outfit fällt oft schwer.

In einem Bewerbungsgespräch will man sich ein Bild vom Bewerber machen. Eine der Schlüsselfragen für die Personalverantwortlichen lautet dementsprechend: Ist der Bewerber in der Lage, unser Unternehmen – auch gegenüber Kunden – angemessen zu repräsentieren. Durch die sorgfältige Auswahl der Kleidung und ein gepflegtes Äußeres, drückt man seine Wertschätzung gegenüber dem Gesprächspartner aus. Wer die Erwartungen des potentiellen Arbeitgebers dabei nicht erfüllt oder einen schlechten Eindruck hinterlässt, hat seine Chancen auf eine Anstellung meist schon durch den ersten Eindruck verspielt. Was zum Vorstellungstermin angezogen wird hängt auch von der jeweiligen Branche ab.

Die Kundenerwartung hinsichtlich der Kleidernormen bei Banken, Versicherungen und anderen Branchen, die einen Vertrauensvorschuss genießen, ist demnach nach wie vor sehr traditionell. Auch in der anfänglich betont unkonventionellen IT-Branche zeichne sich inzwischen eine Umkehr zum konservativen Look ab. Generell gelte jedoch: Je höher die angestrebte Position, desto wichtiger ist elegante Kleidung. Wer genau im Bilde sein möchte, kann sich vor Ort über die gängigen Gepflogenheiten vergewissern und nachsehen, wie sich die Angestellten der Wunsch-Firma kommen als es Standard ist, muss das kein Fehler sein. Schließlich ist allen Beteiligten klar, dass die Bewerbung ein besonderer Moment ist. Die Sekretärin zu fragen, was in dieser Position an Kleidung üblich ist, ist zu empfehlen.

Einen kleinen Trick für die ersten Momente des Vorstellungsgesprächs in petto: Wer gleich zu Beginn des Gesprächs Schreibblock, Kopien der eigenen Bewerbungsunterlagen und das Einladungsschreiben vor sich auf den Tisch legt, zeigt, dass er optimal vorbereitet ist. Sind die ersten Sekunden verstrichen, kommt es im weiteren Verlauf des Vorstellungsgesprächs darauf an sich selbst und seine Qualifikationen sachlich, klar und überzeugend darzustellen. Bewerber sollten grundlegende Dinge über die Firma, bei der sie vorsprechen, wissen und dafür einen Blick in Unternehmensbroschüren, Werbung, Kataloge, Prospekte oder auch auf die Internetseite des potenziellen Arbeitgebers werfen.

Tipps für die Auswahl der Kleidung

Am wichtigsten ist stets sauber und gepflegt zu erscheinen und möglichst neutral zu riechen. Achten Sie auf saubere Kleidung und Schuhe. Es gibt zwar kein Patentrezept für passende Kleidung, aber grundsätzlich sollten Sie auf Folgendes achten:

- Berücksichtigen Sie, was am besten zur Branche und zur angestrebten Stelle passt.
- Achten Sie darauf, dass Sie nicht zu viel bzw. zu auffälligen Schmuck tragen.
- Auch Tattoos und Piercings sollten verdeckt bzw. entfernt werden.
- Wichtig ist, dass man sich sichtlich wohl fühlt. Schlecht sitzende oder ungewohnte Kleidung wirkt sich negativ auf Ihre Ausstrahlung aus. Grundsätzlich gilt immer, dass man nicht im Freizeit-Outfit zum Vorstellungsgespräch gehen sollte.
- Für Ihre Unterlagen nehmen Sie am besten eine Dokumentenmappe mit.

Darauf sollten Frauen achten

Verzichten Sie auf zu weibliche Reize. Eine dezente Bluse und dezenter Ausschnitt entsprechen dem Anlass.

Tragen Sie keine knalligen Farben.

Mit einem Kostüm, Hosenanzug oder einer entsprechenden Kombination sind Sie in der Regel gut angezogen.

- Tragen Sie keinen Minirock!
- Tragen Sie auch im Sommer Strümpfe.
- Tragen Sie nicht zu hohe Absätze.
- Achten Sie auf dezentes Make-up und ein unaufdringliches Parfum.
- Tragen Sie keine Piercings oder Tattoos!

Das sollten Männer beachten

- Mit Kombination oder Anzug liegen Sie meist richtig. Tragen Sie ein frisch gebügeltes Hemd und eine frisch gebügelte Hose.
- Die Krawatte darf farbig sein, wilde Muster oder Comics sind aber tabu. Achten Sie auf gedeckte Farben, z. B. grau oder anthrazit.
- Gehen Sie nicht unrasiert zum Vorstellungsgespräch.
- Entfernen Sie alle Piercings und Ohrringe.
- Auch bei Männern gilt: keine sichtbaren Tattoos!

Checkliste zur Vorbereitung

- Ist die Frisur OK? Gehen Sie am besten schon eine Woche vorher zum Friseur.
- Sind alle Kleidungsstücke gereinigt, gebügelt und in einwandfreiem Zustand?
- Sind die Schuhe geputzt?
- Vermeiden Sie Knoblauch und Alkohol am Vortag!

Am Tag des Bewerbungsgesprächs

- Sind Ihre Fingernägel geschnitten und sauber?
- Sind Sie frisch rasiert?
- Auf dem Weg zum Gespräch nicht rauchen oder im Raucherabteil des Zugs sitzen.
- Für alle Fälle Mundspray, Deo, Seife usw. einpacken.
- Besonders bei einer längeren Anreise ein Hemd bzw. eine Bluse zum wechseln mitnehmen.

Die goldene Regel – ehrlich sein

Beschäftigen Sie sich mit den zu erwartenden Fragen. Trainieren Sie keine fertigen Formulierungen, aber üben Sie ruhig einmal zusammen mit einem Freund Antworten auf kritische Fragen. Wichtig dabei sei vor allem, authentisch und ehrlich herüberzukommen – das

ist entscheidend über den Erfolg von Bewerbungsgesprächen. Wer vielleicht sogar von sich aus schwierige Fragen anspricht und positiv verpackt, hinterlässt in jedem Fall einen guten Eindruck.

Blickkontakt und Körpersprache

Nehmen Sie die Körpersprache nicht auf die leichte Schulter. Denn noch wissen Personalverantwortliche auch, dass Sie aufgeregt sind.

- Bevor Sie mit Argumenten überzeugen stellen Sie Blickkontakt her. Wer dem Blick ausweicht, wirkt desinteressiert und introvertiert.
- Ignorieren Sie stille Anwesende nicht.
- Lächeln Sie freundlich und nicht aufgesetzt.
- Hören Sie aufmerksam zu und nicken Sie im Gespräch gelegentlich.
- Sie sitzen mit einem geraden Rücken, haben die Füße auf den Boden und sitzen komplett am Stuhl. Sitzen an der vorderen Kante eines Stuhles zeigt Fluchtverhalten – ich möchte nicht bleiben.
- Kein Körperteil darf eingeklemmt sein
- Wer richtig sitzt, ist entspannt und verfällt auch nicht so schnell in eine angespannte, hohe Tonlage.

Körperliche Distanz ist wichtig

- Verschränken Sie Finger, Arme und Beine nicht – das wirkt abweisend
- Vermeiden Sie Aggressionsgesten wie die Fäuste zu ballen oder mit dem ausgestreckten Finger zu „drohen“.
- Halten Sie gebührende Distanz – Eine Armlänge beim Hände schütteln
- Achten Sie auf eine Platzweisung. Erhalten Sie diese nicht, fragen Sie z.B. In einem Besprechungszimmer: „Wo sitzen Sie?“ Damit Sie sich orientieren können und sich nicht falsch platzieren.
- Haben sie Respekt vor dem „Revier“ des Vorgesetzten. Stützen Sie Ihre Unterarme nicht auf den Schreibtisch Ihres Gegenübers und legen Sie nicht, ohne zu fragen Ihre Unterlagen auf den Schreibtisch. Am Besprechungstisch können Sie Ihre Unterlagen sehr wohl ohne zu fragen hinlegen.
- Vermeiden Sie als Mann zu breitbeiniges Sitzen – wirkt auf weibliche Vorgesetzte protzig, störend und respektlos.
- Vermeiden Sie als Frau das „Mädchen Schema“ – ein schief gelegter Kopf, Dauerlächeln und das Hin- und Herdrehen der Schulter strahlen Unsicherheit aus.

Außerdem gilt: Die Körpersprache sollte wie die Kleidung der Situation und der Branche angemessen sein. Je höher die Position und je konservativer die Branche desto zurückhaltender sollte die Körpersprache sein. Von eingeübten Verhaltensweisen vor dem Spiegel wird abgeraten. Es wirkt steif und künstlich. Je authentischer, desto besser!

Elisabeth Motsch

Stilsicher. Selbstbewusst. Kompetent.

Elisabeth Motsch, Image-Coach, Trainerin und Speaker, ist die Spezialistin für den Erfolgsfaktor Kleidung und Umgangsformen und ist mit ihrem stilsicheren, selbstbewussten und kompetenten Auftritt zur Marke geworden. In ihrer Tätigkeit als Referentin und Trainerin verbindet sie sprühende Leidenschaft für Menschen, Mode und Stil mit fachlicher Kompetenz. Mit klar verständlichen Tools und ihrem österreichischen Charme und ihrer motivierenden Art, begeistert sie ihre Teilnehmer in Seminaren und Vorträgen. Sie hilft ihren Kunden ihr Image-Konzept zu entwickeln, um als Person auch optisch zu überzeugen.

Sie ist Erfolgsautorin der Bücher „Karriere mit Stil – Top Umgangsformen im Business“ und „Lust am eigenen Stil“. Sie ist Mitautorin des Buches der GSA-Edition: „Die besten Ideen für eine starke Persönlichkeit“ Hrsg. Jörg Löhr. 2013

Elisabeth Motsch verfügt über eine breit gefächerte internationale Ausbildung. Nachdem Sie sich zur professionellen Visagistin und Maskenbildnerin und zum Image-Consultant ausbilden ließ, bildet sie sich international bei Bodybeautiful, Carla Mathis in Venice/Kalifornien weiter und ergänzte dies mit Cromo-Morpho-Charakteristik nach intern. Richtlinien bei Inge Geisberg in München, sowie Psychophysiognomik an der Huter-Akademie in Zürich. Nach zahlreichen Charakterstudien nach Pechtl schloss sie noch das Internationale Speaker Development Programm (ISDP) bei Chris Davidson, GB, ab.

Eine ihrer besonderen Fähigkeiten ist, die Charaktereigenschaften eines Menschen in der Kleidung sichtbar zu machen und sie mit der beruflichen Position zu verbinden.

Elisabeth Motsch
Persönlichkeitsentwicklung mit Stil und Etikette

Buchach 1
5152 Michaelbeuern
elisabeth@motsch.at
www.motsch.at

Copyright Elisabeth Motsch

Dieses Manuskript ist urheberrechtlich geschützt. Es darf ohne Genehmigung nicht verwertet werden. Insbesondere darf es nicht ganz oder teilweise oder in Auszügen abgeschrieben oder in sonstiger Weise vervielfältigt werden. Es bedarf der ausdrücklichen schriftlichen Genehmigung von Elisabeth Motsch.