VORSTELLUNGSGESPRÄCH: JEDE GESTE ZÄHLT!

Veröffentlicht am 26. November 2015 von Catharina

Ein Vorstellungsgespräch ist eine besondere Herausforderung für viele Menschen. Schlaffe Körperhaltung, gelangweilte Blicke, nervöses Wippen auf dem Stuhl,...die Liste ist unendlich erweiterbar. All das sind Sachen worauf Personaler bei der Körpersprache von Bewerbern achten und noch vieles mehr. Wir bei der Media Company haben Ihnen ein paar hilfreiche Tipps für Ihre Körpersprache im Vorstellungsgespräch zusammengestellt.

WIE VERHÄLT ES SICH RICHTIG IM VORSTELLUNGSGESPRÄCH?

Wir sagen nicht immer was wir denken, aber unser Körper verrät es:
Auch wenn Sie schweigend im Gespräch sitzen und grade nur den Gegenübersitzenden zuhören, redet Ihr Körper immer noch. Ihre Selbstpräsentation hängt von Ihrer Mimik und Gestik ab, wie präsentieren Sie sich selbst am besten und wecken Sympathie beim Gegenüber?

Die ersten Minuten sind entscheidend und hinterlassen wie man es kennt „den ersten und vor allem einen bleibenden Eindruck", von dem Leute nur in seltenen Fällen nochmal abrücken. Das positive Bild Ihrer Bewerbung wollen Sie ja jetzt schließlich auch in der Gegenüberstellung mit dem potenziellen neuen Arbeitgeber verkörpern. Ein stimmiges Bild für den Personaler wird es erst, wenn er das Bild, was Ihre schriftliche Bewerbung geschaffen hat, jetzt auch durch Sie und Ihre nonverbalen Signale (Gesten und Mimiken) vermittelt bekommt und somit glaubwürdig und authentisch wird.

Do:

- Ein anständiger Händedruck zur Begrüßung
- Wenden Sie Ihren Körper immer dem Gesprächspartner zu
- Halten Sie Blickkontakt
- Den Gesprächspartner immer(!) ausreden lassen, nie ins Wort fallen
- Die Hände in Merkel-Manier zu einer Route formen und in den Schoß legen oder die Hände mit geöffneten Handflächen nach oben ausgerichtet auf den Tisch legen

Don´t:

- Fehlender Blickkontakt und kein Lächeln
- zappeln und mit den Händen fuchteln
- schlaffer Händedruck oder allgemein schlaffe Körperhaltung
- verschränkte Arme

Haben Sie noch weitere Tipps und Tricks für Bewerber im Vorstellungsgespräch? Lassen Sie uns es wissen, wir sind auf Ihre Erfahrungswerte gespannt!

Thumbnail Image: rita's hands von: Ana Bernardo via CC BY-SA 2.0.