

Körpersprache beim Vorstellungsgespräch

Von Gabriele Golling

Elmshorn. Pünktliches Erscheinen zu einem Vorstellungsgespräch bedeutet im allgemeinen zwischen 5 und 10 Minuten vor dem offiziellen Beginn da zu sein. Sind Sie deutlich zu früh am Ort, machen Sie lieber noch einen Entspannungsspaziergang um den Block. Planen Sie aber auch ein, daß Sie gegebenenfalls noch von einem Pförtner oder einer Assistentenkraft abgeholt und zu den eigentlichen Gesprächsräumen begleitet werden müssen. Bereits gegenüber diesem Personenkreis freundlich und höflich zu sein ist dabei ein Selbstverständnis.

Die Begrüßung erfolgt oft im Rahmen eines kleinen Smalltalks mit Fragen zu Ihrer Anreise. Achten Sie hier darauf, freundlich ins Gespräch einzusteigen. Jetzt zu erwähnen, daß die Anreisebeschreibung grauenerregend war, gibt keine Pluspunkte.

Wird Ihnen ein Getränk angeboten, nehmen Sie gerne an. Alkoholisches allerdings lehnen Sie höflich ab. Das gilt im übrigen auch für Zigaretten. Selbst dann, wenn Sie Raucher sind und Ihre Gesprächspartner während des Interviews rauchen. Als Nichtraucher erfordert es schon eine Portion Mut und Fingerspitzengefühl, wenn Sie Ihren Gastgeber darum bitten möchten, während des Gesprächs nicht zu rauchen.

Versuchen Sie, sich die Namen Ihrer Gesprächspartner zu merken. Wenn Sie diese nicht gleich verstanden haben, ist es natürlich erlaubt nachzufragen. So können Sie dann in Ih-



Gabriele Golling ist in Elmshorn und Hamburg als Beraterin, Trainerin und Coach für persönliche und berufliche Entwicklung tätig. Ihr Rat: Bei einem Vorstellungsgespräch unbedingt pünktlich sein.

ren Ausführungen oder Fragen die Namen verwenden und Ihre Interviewer direkt ansprechen. Denken Sie bei den Inhalten des Gesprächs daran, keine Floskeln zu verwenden oder negative Aspekte früherer Arbeitgeber vorzubringen.

Was Ihre Körpersprache betrifft, so sind die folgenden Punkte elementar.

Suchen und halten Sie den Blickkontakt mit Ihren Gesprächspartnern. Bleiben Sie mit den Beinen auf dem Boden und verknoten diese nicht. Nervöse Bewegungen wie Kugelschreiberdrücken, am Ring spielen oder ähnliches möglichst vermeiden. Auch eine offene Körperhaltung zu beachten, kann hilfreich sein.

Und neben einer deutlichen Artikulation ist das wichtigste Verständigungsmittel zwischen Menschen immer noch ein Lächeln.