

So gehen Sie in die Vorbereitung: praktische Hinweise, um ein Assessment-Center erfolgreich zu bestehen

Gezielte Überlegungen

Wenn Sie sich auf Ihren „Traumjob“ beworben haben und eine Einladung zu einem Assessment-Center in Händen halten, sind Sie Ihrem Ziel schon ein gutes Stück nähergekommen. Eine gezielte Vorbereitung auf ein Assessment-Center beginnt allerdings schon, bevor Sie Ihre Bewerbungsunterlagen verschicken. Sie fängt an mit den Fragen: Was kann ich richtig gut? Was macht mir wirklich Spaß? Was braucht das Unternehmen, bei dem ich mich bewerben möchte?

Vorausgesetzt, es gäbe eine Möglichkeit, sich auf jedes beliebige Assessment-Center für jede beliebige Position so vorzubereiten, dass man das Auswahlverfahren erfolgreich besteht, so wäre dieses Vorgehen jedoch noch keine Garantie für beruflichen Erfolg. Denn auf längere Sicht werden Sie und Ihr zukünftiger Arbeitgeber nur miteinander zufrieden sein, wenn Sie wirklich zu der Stelle passen und diese zu Ihnen. Bei der täglichen Arbeit, in der Probezeit, bei den folgenden Zielvereinbarungen und Beurteilungen werden Sie nicht erfolgreich sein, wenn Ihre Fähigkeiten nicht denen entsprechen, die Ihnen die Stelle abverlangt. Deshalb ist es wichtig, dass Sie sich von vornherein auf einen Job bewerben, der zu Ihnen passt, in dem Sie Ihre Fähigkeiten bestmöglich einsetzen können, bei dem Sie Spaß haben und bei dem Sie für Ihren Arbeitgeber einen erkennbaren Mehrwert bedeuten.

Erst dann, wenn Sie wissen, was Sie wollen *und* was Sie können, sollten Sie sich mit den Tricks und Kniffen beschäftigen, die es erleichtern, in einem Assessment-Center zu bestehen.

Zielfindung: Wer bin ich und wofür brenne ich?

Um diese Frage für sich zu beantworten, können Sie auf ein beliebtes Mittel aus Seminaren für Selbstorganisation zurückgreifen: die Zeitreise. Stellen Sie sich folgende Situation vor: Sie reisen in die Zukunft und sehen sich selbst am Ende Ihres Lebensweges. Sie hören Menschen, die Sie gut kannten, über Sie sprechen. Was möchten Sie jetzt hören? Das, was am Ende über Sie gesagt werden soll, ist die Antwort auf die Frage, welchen Weg Sie heute einschlagen sollten.

Also: Wofür stehen Sie? Wofür brennen Sie? Lassen Sie zunächst einmal außer Acht, was eventuell gerade opportun ist, wo es die besten Aufstiegschancen gibt, wo man angeblich am schnellsten viel Geld verdienen kann. Erfolg, Ansehen und Geld kommen, wenn man das tut, wofür man brennt.

Standort-
bestimmung

CHECKLISTE

Selbstbild

- Was hat Ihnen schon als Kind Spaß gemacht?
- Waren Sie ein aktives Kind, das viel Bewegung gebraucht hat?
- Haben Sie viel gelesen?
- Wofür haben Sie bisher Anerkennung bekommen?
- Sind Sie gerne zu anderen in Konkurrenz getreten?
- Haben Sie gerne etwas für andere getan?
- Haben Sie die Dinge, die Ihnen Spaß gemacht haben, eher alleine oder gemeinsam mit anderen getan?
- Mit welchen Themen haben Sie sich über eine lange Zeit beschäftigt?
- Für welche Fächer haben Sie sich in der Schule, auf der Hochschule besonders interessiert?
- Haben Sie ausgeprägte Hobbys?
- Engagieren Sie sich ehrenamtlich?
- Reisen Sie gerne?
- Beschäftigen Sie sich mit anderen Kulturen?
- Haben Sie besondere Begabungen, zum Beispiel für Sprachen oder Musik?

Die Beantwortung dieser Fragen lässt Rückschlüsse auf ein Berufsbild zu, in dem Sie erfolgreich sein könnten. Wenn Sie beispielsweise immer schon ein sehr aktiver Mensch waren, sollten Sie sich einen Beruf suchen, in dem Sie weiterhin aktiv sein können, also etwa einen, der viel mit Reisen zu tun hat, bei dem Bewegung eine Rolle spielt oder der mit körperlicher Arbeit einhergeht. Wenn Sie besonders gerne mit anderen gemeinsam Dinge unternehmen, sollten Sie einen Beruf wählen, der Teamarbeit erfordert, bei dem Sie mit Menschen in Kontakt kommen oder bei dem es darum geht, Menschen zu überzeugen. Waren Sie in der Schule eher in den Naturwissenschaften gut und haben Ihnen diese Fächer Spaß gemacht hat, bevorzugen Sie einen Beruf, in dem diese Fähigkeiten eine Rolle spielen.

**Wichtige
Aspekte**

Entscheidend ist, dass Sie alle Aspekte berücksichtigen und zu einem Gesamtbild verdichten. Im Folgenden eine Auswahl wichtiger beruflicher Aspekte:

- aktiv/reaktiv
- alleine/mit anderen
- Fokus auf Technik/Fokus auf Menschen
- Fokus auf bestimmte Themengebiete
- national/international

**Selbst- vs.
Fremdbild**

Wenn Sie über diese Punkte Klarheit gewonnen haben, ist die erste Hürde genommen. Sie verfügen jetzt über ein klares Selbstbild und wissen, wohin Sie wollen. Nun kommt der zweite Schritt: Überprüfen Sie Ihr Selbstbild, indem Sie feststellen, ob andere – also Menschen, die Sie gut kennen und die Sie einschätzen können – Sie genauso sehen wie Sie sich selbst. Vergleichen Sie Ihr Selbstbild mit dem Fremdbild, das Ihnen gespiegelt wird. Wenn Sie feststellen, dass es Diskrepanzen gibt, dann nehmen Sie diese ernst, ohne sofort zu entscheiden, welches Bild stimmt. Meist liegt die Wahrheit in der Mitte. Die Checkliste zum Selbstbild (siehe Seite 15) eignet sich hierfür ebenfalls.

Wenn Sie herausgefunden haben, wofür Sie brennen, was Sie wollen, stellt sich die nächste Frage: Ist das, was Ihnen Spaß macht, auch das, was Sie gut können? Bei dieser Frage geht es darum herauszufinden, ob es sich wirklich um eine Profession oder eher eine Liebhaberei handelt. Machen Sie sich bewusst, dass der berufliche Weg, für den Sie sich entscheiden werden, viel von Ihnen fordern wird. Wenn Sie beruflichen Erfolg wollen, werden exzellente Leistungen erwartet und die werden Sie nur erbringen können, wenn Sie nicht nur mit vollem Herzen dabei sind, sondern auch die entsprechenden Fähigkeiten dazu mitbringen, beziehungsweise Ihre Kompetenzen weiterentwickeln.

Fähigkeiten

Die letzte Frage, die Sie sich in diesem Zusammenhang stellen sollten: Bringt das, was Sie wollen und was Sie können, für die Unternehmen auch einen Mehrwert? Das, was Unternehmen einen Mehrwert bringt, also einen zusätzlichen Nutzen stiftet, wird auch am Arbeitsmarkt nachgefragt. Ihre Chancen auf Ihren Traumjob steigen in dem Maße, in dem dieser Job für das Unternehmen wichtig ist.

Mehrwert

Erst wenn die drei Punkte „Wollen, Können, Nutzen“ in Übereinstimmung sind, sollten Sie den nächsten Schritt angehen: Finden Sie das Unternehmen, das Ihnen Ihren Traumjob bietet!

Wie finde ich das Unternehmen, das zu mir passt?

Bei der Suche nach dem Unternehmen, in dem Sie sich so einbringen können, wie es Ihnen entspricht, sind grundsätzlich zwei Herangehensweisen möglich: die passive und die aktive.

Passiv heißt, Sie schauen sich die Stellenanzeigen an, die im Internet oder in den Printmedien veröffentlicht werden und hoffen, dass eine Stelle dabei ist, die auf Ihr Profil passt. Da-

Passiver
Weg

bei ist die Wahrscheinlichkeit einer Übereinstimmung umso höher, je flexibler Sie sind – insbesondere räumlich. Machen Sie jedoch nicht zu viele Abstriche, sonst entfernen Sie sich zu weit von Ihrem Traum und der Möglichkeit, langfristig zufrieden und erfolgreich arbeiten zu können.

Aktives Vorgehen

Gehen Sie lieber aktiv auf die Suche: In Zeiten des Web 2.0 ist das wesentlich einfacher als früher. Beschaffen Sie sich Informationen über Unternehmen, um diejenigen herauszufiltern, die Ihrem Anforderungsprofil am ehesten entsprechen. Konkret bedeutet das herauszufinden, welche Unternehmen auf der einen Seite das bieten, was Sie können und wofür Sie brennen, und auf der anderen Seite auch kulturell zu Ihnen passen. Über Wirtschaftsdatenbanken (zum Beispiel Hoppenstedt) lassen sich, nach Regionen sortiert, Unternehmen unterschiedlicher Branchen und Größen identifizieren. Zudem verfügen Unternehmen in der Regel über eigene Homepages mit vielen nützlichen Informationen. Des Weiteren bieten Jobbörsen im Internet die Möglichkeit, sich einen umfassenden Überblick über die verschiedenen Branchen zu verschaffen.

Informations- quellen

Sobald Sie eine Shortlist von fünf Unternehmen zusammengestellt haben, die Ihre Favoriten sind, kann es weitergehen. Finden Sie in einem nächsten Schritt Mitarbeiter oder ehemalige Mitarbeiter dieser Unternehmen und nutzen Sie diese als Informationsquelle. Über soziale Netzwerke, wie beispielsweise XING, können Sie nach Unternehmen gefiltert Personen suchen, die Sie dann unverbindlich ansprechen können. Sie werden feststellen, dass Ihnen mindestens jeder Zweite bereitwillig Auskunft über das Unternehmen geben wird. Probieren Sie es einfach aus!

Wenn Sie genug Informationen gesammelt haben, kommt die eigentliche Herausforderung. Bereiten Sie die Fragen, die Sie der Personalabteilung der Unternehmen stellen möchten, genau vor und rufen Sie dann dort an. Lassen Sie sich mit der Personalabteilung verbinden und fragen Sie unter anderem nach Jobmöglichkeiten, die zu Ihnen passen. Da Sie ja jetzt

wissen, was Sie wollen, und auch zahlreiche relevante Informationen über die Unternehmen haben, stehen Ihre Chancen gut, am Telefon zu überzeugen und – sofern entsprechender Bedarf vorhanden ist – eine Bewerbung einreichen zu können.

Nehmen Sie sich Zeit für Ihren Lebenslauf

Der Lebenslauf ist ein fester Bestandteil der Bewerbungsunterlagen, die Sie bei einem Unternehmen einreichen. Basierend auf Ihrem Lebenslauf und Ihrem Anschreiben wird eine Entscheidung darüber getroffen, ob Sie zum Assessment-Center eingeladen werden oder nicht. Das Foto ist das Aushängeschild Ihres Lebenslaufes, deshalb sollte es aktuell sein und Sie so darstellen, wie Sie sind. Viel wichtiger ist es, dass man Sie darauf wiedererkennt, als dass Sie auf dem Foto besonders vorteilhaft aussehen. Wenn man Sie wiedererkennt, spricht das für Authentizität und das ist ein wichtiges Kriterium bei der Bewertung Ihrer Person. Ihre Kleidung sollte dem Anlass, der Branche und der Position, für die Sie sich bewerben, angemessen sein. Achten Sie auch auf die Qualität des Fotos: Bitte verwenden Sie keine eigenen Schnappschüsse und investieren Sie stattdessen in ein Bewerbungsfoto eines professionellen Fotografen.

Foto

Der Leser Ihres Lebenslaufes möchte sich einen Überblick über Ihren bisherigen Werdegang verschaffen. Aus dem, was Sie getan haben, wie lange Sie für die einzelnen Ausbildungsstationen benötigt haben oder wie lange Ihre Verweilzeiten bei bisherigen Arbeitgebern waren, werden Rückschlüsse auf Ihren Charakter und Ihre Persönlichkeit gezogen. Dabei sollten Sie wissen, dass professionelle Beurteiler immer versuchen werden, das ganze Bild zu sehen. Es ist also weniger wichtig, dass Sie immer in allen Stationen erfolgreich waren, als dass ein „Plan“ oder eine „Strategie“ in Ihrem Lebenslauf erkennbar wird. Insbesondere bei Berufseinsteigern achtet man auf Dinge, die zur Persönlichkeitsbildung beitragen, wie

Strategie

zum Beispiel ehrenamtliche Engagements, Auslandsaufenthalte, private Interessen. Es muss nicht immer der klassische, geradlinige Weg sein, solange Sie die Beweggründe für Ihre Entscheidungen und die damit verbundenen Zielsetzungen erläutern können.

Skill-Profil

Zu einem vollständigen Lebenslauf gehört das Skill-Profil. Es beinhaltet die Erfahrungen, die Sie bislang gesammelt haben. Hier sollten Sie beschreiben, was Sie gut können und wo Sie für Ihren zukünftigen Arbeitgeber schnell und wertschöpfend einsetzbar sind. Stellen Sie Ihr Skill-Profil möglichst so dar, dass es zu den Anforderungen des Unternehmens und der angestrebten Position passt. Machen Sie deutlich, welchen Mehrwert Sie als Bewerber gegenüber anderen Kandidaten bieten und warum gerade Sie für die Position der beste Kandidat sind.

Zeugnisse

Für den schriftlichen Lebenslauf sind zudem Kopien der wichtigsten Zeugnisse (Schule, Ausbildung, Hochschule, Beruf) obligatorisch.

Der Lebenslauf spielt auch in vielen Assessment-Centern eine wichtige Rolle. Häufig besteht beispielsweise eine Aufgabe darin, den eigenen Lebenslauf in Form einer Präsentation darzustellen. Dafür haben Sie in der Regel 15 bis 20 Minuten Zeit. Achten Sie darauf, genau die Punkte herauszuarbeiten, die für Ihr Wunschunternehmen von Bedeutung sind. Daher sollten Sie Ihren Lebenslauf im klassischen Format (zum Beispiel Word, hochkant, A4) und als Präsentation (zum Beispiel mit Power Point) vorbereitet haben. Es kann im Assessment-Center allerdings auch von Ihnen verlangt werden, die Eckdaten Ihres Lebenslaufes ohne vorbereitete Präsentation – also aus dem Stegreif – vorzutragen. Umso wichtiger ist es, die entsprechenden Daten während Ihrer Vorbereitungsphase erarbeitet und verinnerlicht zu haben.

Gute Vorbereitung

Tragen Sie Ihren Lebenslauf lebendig vor. Sinn dieser Aufgabe ist es nicht, Fakten trocken aufzusagen. Gehen Sie davon aus, dass sich die Beobachter in einem Assessment-Center vorab mit Ihren Bewerbungsunterlagen und damit auch mit

Ihrem Lebenslauf auseinandergesetzt haben. Jetzt wollen Sie sehen, wie Sie sich verkaufen, wie engagiert Sie auftreten, wie geschickt Sie argumentieren und wie logisch Sie Ihre einzelnen Lebensabschnitte erläutern können.

Die folgenden wesentlichen Punkte sollten Sie bei der Präsentation Ihres Lebenslaufes berücksichtigen:

CHECKLISTE

Präsentation des Lebenslaufes

- Stellen Sie sicher, dass Sie alle Daten und Fakten im Kopf haben.
- Legen Sie sich Argumentationsketten für erklärungsbedürftige Phasen im Lebenslauf zurecht:
 - Die Erlangung der Hochschulreife auf dem zweiten Bildungsweg ist kein Makel, sondern zeigt Biss und dass Sie in der Lage sind, auch unter nicht optimalen Bedingungen Ihr Ziel zu erreichen.
 - Ein längerer Urlaub oder ein Auslandsaufenthalt kann immer zur Bildung und Weiterentwicklung der Persönlichkeit beitragen.
 - Eine Ausbildung, die abgebrochen wurde, zeigt, dass Sie bei falschen Entscheidungen schnell und gezielt gegensteuern können.
 - Gleiches gilt für sogenannte Kurzläufer, also Anstellungen, die Sie nach weniger als zwei Jahren wieder beendet haben.
- Behalten Sie den roten Faden und machen Sie den Zuhörern klar, welches Ziel Sie verfolgt und wie Sie es erreicht haben.
- Reichern Sie Ihren Vortrag mit kleinen Anekdoten aus Ihrem Leben an.
- Zeigen Sie sich menschlich, indem Sie auch darauf eingehen, wie Sie sich in bestimmten Situationen gefühlt haben.

Zeigen Sie, was Sie können: Selbstdarstellung und Selbstmarketing

Ein Assessment-Center hat viel mit Verkaufen zu tun. Professionelle Beobachter können in Assessment-Centern reine Schauspieler, bei denen hinter dem Schein kein Sein ist, leicht durchschauen. Aber ohne die Fähigkeit, sich gut zu

**Sich selbst
verkaufen**

verkaufen, das zu zeigen, was man kann und was einen ausmacht, geht es eben auch nicht. Das liegt in der Natur des Assessment-Centers, in dem man die Möglichkeit erhält, sich in relativ kurzer Zeit darzustellen. Diese Gelegenheit muss man nutzen. Selbstdarstellung heißt dabei, authentisch und präsent zu sein. Es lohnt sich also, Zeit in die Vorbereitung zu investieren und Ihren Auftritt nicht dem Zufall zu überlassen.

**Feedback
einholen**

Sehr wichtig ist es, sich zunächst Feedback über die eigene Wirkung einzuholen. Sie erinnern sich an den Anfang dieses Kapitels? Selbstbild muss nicht gleich Fremdbild sein. Daher sollten Sie als Erstes herausfinden, was Sie ganz konkret üben müssen. Geeignete Feedbackgeber sind Freunde, Verwandte und Lebenspartner. Weiterhin können Sie sich bei einem Vortrag filmen lassen. Wenn Sie sich anschließend kritisch betrachten, werden Sie einiges an Ihrem Auftreten bemerken, das Ihnen nicht bewusst war, und so viel über sich selbst lernen.

Die folgende Zusammenstellung enthält die wichtigsten Punkte, die Sie bei Ihrem Auftritt beachten sollten.

GUT ZU WISSEN

Darauf sollten Sie bei einem Vortrag achten

- Lautstärke: Sprechen Sie laut genug, dass man Sie auch in fünf Metern Entfernung noch gut verstehen kann?
- Deutlichkeit: Ist Ihre Aussprache deutlich? Verschlucken Sie einzelne Wörter?
- Modulation: Ist Ihre Art zu sprechen interessant? Betonen Sie richtig? Spielen Sie mit Lautstärke und Stimmintensität?
- Flüssigkeit: Sind Sie in der Lage, flüssig zu sprechen ohne ungewollte Pausen und die beliebten Füllwörter wie „äh“ oder „öhh“?
- Gestik: Ist Ihre Gestik lebendig? Wirken Sie steif oder bewegen Sie sich nervös hin und her?
- Körpersprache: Stehen Sie sicher und strahlen Sie mit einer offenen Körperhaltung Selbstbewusstsein aus?