

Erfolglos auf Jobsuche? 7 Tipps gegen hängende Köpfe

Zählen Sie auch zu den Opfern der „Krise“? Ihr Job wurde „eingespart“, „abgebaut“ oder aus wirtschaftlichen Gründen „ausgelagert“? Nun vergeht Woche um Woche, Bewerbung um Bewerbung geht auf die Reise und ein Vorstellungsgespräch nach dem anderen wird vereinbart. Nur: Dienstvertrag war noch keiner für Sie drinnen. Schon gar keiner, der Ihren Qualifikationen oder Gehaltsvorstellungen entsprochen hätte. Und das, obwohl Sie bereit wären, auch Jobs etwas weiter anzunehmen. Frust.

Sieben Tipps, wie man es durch den Jobsuch- und Bewerbungsmarathon schafft, ohne zu verzweifeln. Leider ohne Erfolgsgarantie, trotzdem gut gemeint.

1. **Behalten Sie die Nerven.** Leicht gesagt, zugegeben, trotzdem die Grundvoraussetzung um in schwierigen Zeiten kühlen Kopf zu bewahren. Denn einen solchen werden Sie brauchen, wenn es darauf ankommt, in Stresssituationen die richtigen Entscheidungen zu treffen. Stellen Sie sich vor: Sie absolvieren ein Vorstellungsgespräch oder [Assessment Center](#), haben aber nicht die Situation unter Kontrolle, sondern lediglich die Tatsache im Auge, dass Sie unbedingt einen neuen Job brauchen.
2. Versuchen Sie, Ihre Situation für ein persönliches „**Reboot**“ zu nutzen. Werden Sie sich klar darüber, in welche Richtung Sie künftig beruflich gehen wollen. Vielleicht liegen Ihre Interessen ja längst in einem anderen Bereich, möglicherweise sind Ihre Qualifikationen auch in anderen Branchen gefragt. Wenn Sie sich soweit im Klaren sind – bestimmen Sie Ihren „Wert“: Sind Ihre Gehaltsvorstellungen realistisch? Oder waren Sie unterbezahlt? Hilfreich können dabei die [Gehalts.Checks von karriere.at](#) sein.
3. Nutzen Sie die Zeit, um sich **fachlich** weiterzuentwickeln: Welche Computerprogramme, Sprachen oder sonstigen Qualifikationen wären in Ihrem bisherigen Job von Vorteil gewesen, Sie hatten aber nie die Zeit für Weiterbildungen, Seminare und Kurse? Durchforsten Sie das Angebot von [WIFI](#), [Volkshochschule](#) und Co.!
4. Wie sieht es mit Ihrer **persönlichen Weiterentwicklung** aus? In beruflichen Umorientierungsphasen hat man gezwungenermaßen mehr Zeit, als einem lieb ist. Nutzen Sie diese, um Dinge anzugehen, die Sie schon immer gereizt haben: Eine neue Sportart ausüben, Bilder malen, ein Instrument erlernen oder ein altes Hobby reaktivieren – die Möglichkeiten sind vielfältig. Und: Jeder neue Tagesordnungs-

punkt gibt Ihrem Tag mehr Struktur. So fällt der Umstieg weg vom stark schematisierten Arbeitsalltag leichter.

5. Gehen Sie unter Leute! Sicher ist es komisch, das Gefühl um zehn Uhr vormittags im Supermarkt einzukaufen und nicht Urlaub zu haben. **Verkriechen Sie sich nicht**, denn gerade wenn man gewohnt war, seinen Alltag umgeben von mehreren Arbeitskollegen zu verbringen, herrscht dann allein zu Hause rasch Depressionsgefahr.
6. **Überarbeiten Sie gezielt Ihr „Image“ im Internet.** Denn dieses können Sie maßgeblich beeinflussen. Und das sollten Sie auch, weil Sie mit großer Wahrscheinlichkeit gerade von Personalabteilungen überprüft werden, denen Sie Bewerbungen zugeschickt haben. Überprüfen Sie also, wie Sie sich auf [Xing](#) präsentieren, welche Bilder auf Facebook kursieren und googeln Sie, was auf bestimmten Seiten über Sie geschrieben wird. Selbst wenn Sie viele Dinge nicht mehr löschen können, haben Sie zumindest die Möglichkeit, sich Argumentationen zurechtzulegen, falls Sie beim Bewerbungsgespräch auf gewisse „Reliquien“ angesprochen werden. Eine [Umfrage](#) dazu gibt es einerseits von karriere.at. Ein interessanter Artikel über die Ehrlichkeit in Social Media Profilen findet sich außerdem auf [personalberater-blog.de](#), dies allerdings nur zur Ergänzung.
7. Gehen Sie den Bewerbungsprozess **so strukturiert wie möglich** an: Durchforsten Sie Jobangebote mit System. Überarbeiten Sie Ihre Bewerbungsunterlagen so sorgfältig wie Sie nur können. Wenn Sie nicht wissen wie, [hier gibt es Tipps](#). Versuchen Sie, bestehende Netzwerke zu nutzen (Haben Sie Freunde, Bekannte, Verwandte in anderen Unternehmen?)

Für Sie gefunden auf www.karriere.at