



SILVIA SCHROFFENEGGER

Stressfrei durch das Bewerbungsgespräch

Wer kennt das nicht? Das Bewerbungsgespräch steht an und Nervosität macht sich breit. Doch man darf durchwegs etwas angespannt sein. Eine gewisse Anspannung hilft uns konzentriert, aufmerksam und leistungsfähig zu sein. Wem das Bewerbungsgespräch aber zu viel stresst, der sollte etwas dagegen tun. Denn Menschen, die entspannt sind, machen einen besseren Eindruck und wirken professioneller.

Hier einige Tipps, wie man gelassener und souveräner durch das Bewerbungsgespräch kommt.

- Grundsätzlich gilt, **je besser vorbereitet man ist**, desto weniger gestresst ist man.
- Prinzipiell ist es wichtig zu wissen, mit wem man es zu tun hat. **Machen Sie eine Recherche über das Unternehmen.**
- **Fehlerfreie, vollständige Unterlagen** (Bewerbung, Zeugnisse, Zusatzinformationen usw.) vorbereiten
- **Entsprechendes Outfit:** Die Kleidung muss zu Ihnen passen. Aber



Wer gelassen und konzentriert ist, gewinnt das Rennen.

- immer gilt sauber, ordentlich und dezent.
- **Spielen Sie das Vorstellungsgespräch durch.** Die Selbstpräsentation muss sitzen. Evtl. im Rollenspiel im Vorfeld sollten folgende Dinge überlegt werden: Was sind die Stärken/Schwächen? Wie reagieren Sie im Stress? usw.

Gutenberg

Du mittendrin

SCHREIB DICH EIN: 15.01.–15.02.2022

INFOS: www.gutenberg.berufsschule.it

LANDESBERUFSSCHULE GUTENBERG

Die Talente fördern

Erlebe unsere Schule! Lerne unsere Bereiche kennen. Kreativität, Motivation und Flexibilität sind deine Eigenschaften? Die Gutenberg fördert deine Talente.

Schreib dich ein! Wir freuen uns auf dich!

HANDEL & VERWALTUNG

Du mittendrin - Du liebst den Kontakt zu anderen Menschen? Mode und Zahlen sind voll dein Ding? Dann bist du bei uns richtig. In der Gutenberg lernst du Management, Kundenbetreuung, Projektleitung sowie das richtige Schreiben und Austauschen von E-Mails, Briefen und Rechnungen. Verschiedene Praktika ermöglichen dir, Erfahrungen in der Berufswelt zu sammeln.

GRAFIK & MEDIEN

Du mittendrin - Gestalten, drucken, filmen und fotografieren findest du cool? Dann bist du bei uns richtig. Hier lernst du selbständiges Arbeiten, Teamarbeit und Projektarbeit. Du lernst durch Theorie- und Praxisunterricht den Bereich besser kennen und bereitest dich durch verschiedene Praktika auf die Berufswelt vor.

HOTELFACH

Du mittendrin - Du liebst das Kochen und interessierst dich für Hotellerie? Gerichte zubereiten, servieren und der Kontakt zu Menschen inspirieren dich? Dann bist du bei uns richtig. Hier lernst du den richtigen Umgang mit Lebensmitteln. Deine Teamfähigkeit, dein Ehrgeiz und deine Flexibilität werden erweitert.

Tel. 0471/562500 | www.gutenberg.berufsschule.it

// PR-Info



Silvia Schroffenegger

- Bereiten Sie auch die Fragen schriftlich vor, welche Sie an das Unternehmen haben.
- Planen Sie die Anfahrt und Pufferzeiten ein, damit Sie pünktlich und entspannt erscheinen.
- Bei großer Nervosität hilft kontrollierte Atmung. Atmen Sie 4 Sekunden lang ein, halten Sie die Luft 4 Sekunden lang an und atmen Sie 4 Sekunden lang aus.

- Nach einigen Wiederholungen lässt die Anspannung nach.
- Wenn Sie doch sehr nervös sind, stehen Sie dazu und sagen dies auch.
- Geben Sie sich, wie Sie sind. Und haben Sie keine Angst vor Fehler. Niemand ist perfekt, auch die Personalverantwortlichen nicht. //

- Fachberaterin für Stress und Burnout-Prävention
- Mental- und Fachtrainerin,
- PR-Beraterin und Inhaberin der PR-Agentur Cover

www.cover.pr.it | www.cover-training.com

INOX DESIGN

Design auf höchstem Niveau

Ein ausgeprägtes Qualitätsbewusstsein kombiniert mit einem hochmodernen Maschinenpark, kurze Entscheidungsfindung und große Flexibilität sind die Hauptmerkmale, welche den zukunftsorientierten Fachbetrieb für Edelstahlverarbeitung, Inox Design in Welsberg, kurz und treffend beschreiben.

Gegründet wurde das Unternehmen, das heute 30 Mitarbeiter beschäftigt, im Jahr 2001 von den Brüdern Alex und Günther Taschler. Operativ tätig ist der aufstrebende Handwerksbetrieb in ganz Italien, Deutschland, Österreich, Schweiz und darüber hinaus auch in Frankreich, Irland, Belgien und Afrika. Von der Entwicklung bis zur Endmontage reichen dabei die anspruchsvollen und kreativen Leis-

tungen, die CAD Konstruktion, Fertigung, Montage und Baugruppenfertigung sowie Qualitätssicherung, beinhalten. Die vielseitige Produktpalette umfasst neben innovativen Projektlösungen vor allem auch kundenspezifische Sonderanfertigungen im Bereich der Balkonanlagen, Treppengestaltungen, Geländerbau ebenso wie die Bereiche Überdachungen und Industrietechnik. Auf einer zweiten Schiene werden Halbfertig- und Fertigwaren aus Edelstahl im firmeneigenen Kleinteilekatalog angeboten. Ferner verfügen wir auch über Blech- und Rohrbearbeitungsanlagen sowie 2D Laser Schneidemaschinen für die Produktion von kleinen Losgrößen bis hin zur Serienfertigung. Eine fachgerechte, umfassende Beratung ergänzt dieses Spektrum individuell und projektbezogen. Die Qualität der Produkte und die treuen und zufriedenen Kunden aus dem Privat- und Industriebereich haben entscheidend dazu beigetragen, dass die Firma einen sehr guten Namen in der Branche hat. Die Vielfalt kennt kaum Grenzen! // PR-Info



INOX DESIGN
www.inoxdesign.eu