



## DAS BEWERBUNGSGESPRÄCH KANN KOMMEN!

### Fragen, Antworten und Nervenflattern

#### ZIELKOMPETENZEN

In dieser Lerneinheit trainieren die Lernenden ihre Selbst- und Kommunikationskompetenz:

- ✓ Sie beschäftigen sich mit für Bewerbungsgesprächen typischen Fragestellungen und erarbeiten hierfür Redemittel.
- ✓ Sie trainieren, auf Fragen im Vorstellungsgespräch direkt und angemessen zu reagieren.
- ✓ Sie reflektieren die Angemessenheit von Fragen von und an Arbeitgeber\*innen.
- ✓ Sie lernen Möglichkeiten kennen, um mit Nervosität und Stress umzugehen.

Zeitraumen: 3 x 45 Min.

## Herausforderung für die Lernenden

Ein Bewerbungsgespräch ist immer mit Aufregung verbunden: Es hängt viel davon ab, der Druck ist entsprechend hoch, die gegenüberstehenden Personen in der Regel unbekannt und der formelle Kontext erfordert zusätzlich auch noch ein ganz gewisses Auftreten sowie eine spezielle Sprache. Für Jugendliche, die sich sowohl in der deutschen Sprache als auch in den versteckten kulturellen Codes dieses spezifischen Kontextes noch nicht ganz sicher fühlen, ist der Druck und damit die Aufregung oft besonders groß. Eine gute Vorbereitung auf diese Situation ist also besonders wichtig.

## Training

Mit der vorliegenden Lerneinheit sollen Lernende durch eine entsprechende Vorbereitung auf Bewerbungs- und Vorstellungssituationen entlastet werden. Neben einer Übung, bei der das aufmerksame Zuhören und möglichst spontane Antworten im Vordergrund steht, werden für das aufgeschlossene und positive Auftreten in ersten Kontaktsituationen im Bewerbungskontext zudem Fragestellungen an potenzielle Arbeitgeber\*innen erarbeitet und nicht zuletzt das Thema No-Go's sowie Unsicherheit und Nervosität in Bewerbungssituationen thematisiert.

## Unterrichtsablauf

- + Eine Frage, mehrere Antworten
- + Speed Dating
- + Wie frage ich nach? Redemittel sammeln
- + Jetzt stelle ich die Fragen!
- + Atemübung: Nervosität lässt sich reduzieren
- + Abschlussreflexion und Dokumentation

## Didaktische Perspektive

Möglicherweise ist in der vorliegenden Lerneinheit Ihre Unterstützung in Bezug auf Sprachkompetenz besonders gefordert, wenn es darum geht, das richtige Sprachregister für Bewerbungsgespräche zu finden. Unterstützen Sie die Lernenden dabei, sich – gerade bei der Sammlung von Redemitteln – sprachlich unterschiedlich „auszuprobieren“ und vielleicht sogar sprachlich kreativ zu werden. Dies ist im Sinne einer individuellen Reaktion im Bewerbungsgespräch unbedingt erwünscht.

In der dieser Lerneinheit sollten sich für das Speed Dating möglichst alle Lernenden an einer langen Tischreihe in zwei Reihen gegenüber sitzen. Hierfür wird ein ausreichend großer Raum benötigt. Vermeiden Sie, dass Lernende zu nah beieinander sitzen, da der Geräuschpegel sonst zu hoch sein könnte. Ggf. teilen Sie die Lerngruppe auf und führen das Speed Dating in zwei Durchgängen durch. Achten Sie darauf, dass alle Lernenden den Ablauf verstanden haben und sich voll und ganz auf die Fragen konzentrieren können und so keine Unruhe während der Durchführung entsteht.

### Themenblock „Das Bewerbungsgespräch kann kommen“

Alle Lerneinheiten können einzeln und für sich stehend bearbeitet werden. Möchten Sie mehrere Einheiten des Themenblocks bearbeiten, schlagen wir folgende Reihenfolge vor:

1. Wer ich bin und was ich kann
2. Fragen, Antworten und Nervenflattern


2. = vorliegende Lerneinheit

## Eine Frage, mehrere Antworten



- + Schneiden Sie im Vorfeld die Fragekärtchen aus **Material 1a** zu.
- + Lassen Sie die Lernenden je eine Frage ziehen.
- + Nacheinander liest jede\*r Lernende seine Frage vor. Sammeln Sie an der Tafel / dem Whiteboard / einem Flipchart gemeinsam Redemittel für Antworten.
- + Weisen Sie die Lernenden darauf hin, dass die Antworten in der Form zwar oft ähnlich ausfallen, inhaltlich aber nur individuell beantwortet werden können. Deshalb ist besonders darauf zu achten, dass alle Lernenden zu Wort kommen.

### TIPP

In vielen Fällen bekommen neuzugewanderte Bewerber\*innen auch unangenehme oder auch unangebrachte Fragen in Bewerbungsgesprächen gestellt (z. B. „Warum sind Sie nach Deutschland gekommen?“). →  In der Lerneinheit „Kommunikativ kompetent in Kennenlernsituationen – Selbstbewusst in unangenehmen Situationen“ trainieren die Lernenden kommunikative Handlungsstrategien, um selbstsicher auf unangenehme Fragen reagieren zu können.



## Wie frage ich nach? Redemittel sammeln



- + Üben Sie an dieser Stelle auch (und immer wieder!) die kommunikative Handlung des „Nachfragens“: Wie zeige ich, dass ich etwas nicht oder nicht ganz verstanden habe? Wie kann ich nachfragen? Wie bitte ich um Wiederholung / Unterstützung / Erklärung?
- + Sammeln Sie gemeinsam Redemittel und halten Sie sie auf einem Plakat oder in einer Datei fest, die für alle rasch verfügbar ist. Diese kommunikative Handlung ist in vielen Lebenssituationen nötig und wichtig. Die entsprechenden Redemittel, mit denen um Rat, Hilfe, Wiederholung gebeten werden kann, sollten verinnerlicht und spontan abrufbar sein.

Beispiele:

Entschuldigung, das habe ich nicht verstanden.

Können Sie das bitte wiederholen?

Wie war das, bitte?

Darf ich kurz nachfragen?

Darf ich kurz unterbrechen?

Ich glaube, ich habe das noch nicht ganz / richtig verstanden.

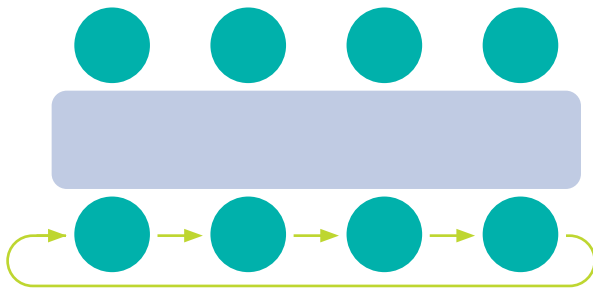
Ich habe noch eine Frage dazu.

usw.

## Speed Dating



- + Führen Sie – falls noch nicht bekannt – in die Methode „Speed Dating“ ein:
- + Die Lernenden setzen sich nebeneinander an eine lange Tischreihe, jeweils zwei sitzen sich gegenüber.
- + Die eine Reihe Lernende erhält die Fragekärtchen aus **Material 1a**: pro Lerner\*in eine Frage.
- + Nun wird die erste Frage gestellt, der/die Gegenübersitzende beantwortet die Frage. Weisen Sie darauf hin, dass die Antwort nicht zu ausführlich ausfallen soll, aber möglichst konkret und höflich.
- + Erinnern Sie die Lernenden bei Bedarf direkt die Redemittel zum höflichen Nachfragen anzuwenden.
- + Wenn die Reihe der Lernenden, die antwortet, die erste Frage beantwortet hat, rücken alle in dieser Reihe einen Platz weiter nach rechts. Geben Sie hierfür bei Bedarf ein akustisches Signal. Die\*Der Lernende am Ende der Reihe läuft zurück und nimmt Platz 1 ein.



- + Wenn alle Lernenden alle Fragen einmal beantwortet haben, werden die Rollen getauscht: Die Fragestellenden sind nun die Antwortgebenden.
- + Fragen Sie im Anschluss an das Speed Dating unbedingt, welche Fragen schwer oder nicht zu beantworten waren. Klären Sie diese im Plenum.

### Variation für mündlich starke Gruppen:

- + Wenn die Gruppe sprachlich sehr stark ist, können Sie in der zweiten Runde, wenn die Rollen getauscht werden, neue Fragen aus **Material 1b** austeilen. Die Fragen ähneln den Fragen von **Material 1a** und variieren fast nur im sprachlichen Ausdruck. Dies ist gewollt, damit sich zwar einerseits eine Routine beim Antworten einstellt, dennoch aber auf jede Frage genau geachtet und passend reagiert wird.

## Jetzt stelle ich die Fragen!



- + Bereiten Sie eine Pinnwand vor mit dem Titel: Was möchte ich über meine\*n Arbeitgeber\*in wissen? Was interessiert mich?
- + Thematisieren Sie, dass es für ein Vorstellungsgespräch auch wichtig ist, sich Fragen zu überlegen, die man dem/der Arbeitgeber\*in stellen kann. An dieser Stelle können Sie auch zurückgreifen auf die Überlegungen aus Lerneinheit 1 dieses Themenblocks.
- + In Kleingruppen sammeln die Lernenden nun auf Karten Fragen an potenzielle Arbeitgeber\*innen.

→ **Weiter auf Seite 5.**

- + Anschließend werden die Fragen im Plenum gesammelt und Kategorien gefunden, in die die Fragen nach Themenschwerpunkten sortiert werden können. Lassen Sie die Lernenden die Bezeichnungen für die Kategorien möglichst selbst finden und das Clustern der Fragen übernehmen, um das begriffliche Denken zu trainieren.

z. B.:


Fragen zum Arbeitsplatz (Ausstattung, Großraum- / Einzelbüro, Reisen ...)  
 Fragen zum Team (Größe des Teams, direkte Ansprechpartner, Anzahl der Azubis im Betrieb ...)  
 Fragen zu Arbeitsbedingungen/zum Vertrag (Arbeitszeiten, Gehalt, Urlaub ...)  
 Fragen zum Aufgaben-/Verantwortungsbereich  
 Fragen zur Chance auf Übernahme nach der Ausbildung  
 Fragen zur sprachlichen Unterstützung im Arbeitsalltag  
 Fragen zur Berufsschule  
 ...

## TIPP

**Thema No-Go's:** Thematisieren Sie mit den Lernenden auch Tabu-Themen bzw. Fragen, die im ersten Gespräch besser nicht gestellt werden sollten. Sie können hier auch in zwei Gruppen arbeiten lassen: Eine Gruppe erarbeitet Themen/Fragen, die der\*die Arbeitgeber\*in nicht stellen sollte/darf, die andere Gruppe erarbeitet Themen/Fragen, die Bewerber\*innen nicht am Anfang stellen sollten.

Stellen Sie die beiden Themensammlungen gegenüber und vergleichen sie sie im Plenum: Gibt es gleiche oder ähnliche Tabu-Themen? Oder liegen die „Interessen“ der Arbeitnehmer\*innen und Arbeitgeber\*innen weit auseinander?

Sie können die Themen/Fragen auf den Listen bearbeiten, indem Sie zunächst im Plenum prüfen, welche Fragen grundsätzlich nicht gestellt werden sollten/dürfen und welche Fragen besser zu einem späteren Zeitpunkt gestellt werden sollten.

➔  Bieten Sie den Schüler\*innen an, den Umgang mit unangenehmen oder auch unangebrachten Fragen mit der Lerneinheit „Kommunikativ kompetent in Kennenlern-situationen – Selbstbewusst in unangenehmen Situationen“ zu trainieren.

## Nervosität lässt sich reduzieren



- + Betrachten Sie zusammen mit den Lernenden Bilder von Menschen in Stresssituationen (Material 2).
- + Sprechen Sie über Gefühle wie Stress, Nervosität, Angst, Sorge und thematisieren Sie psychische wie physische Beeinträchtigungen, die diese Gefühle mit sich bringen können (z. B. Sprachlosigkeit, Schlaflosigkeit, Schweißausbrüche, Herzrasen, Panikattacken, Magenschmerzen, Toilettengänge ...). Weisen Sie darauf hin, dass viele Menschen solche Symptome kennen, gerade in Situationen, die für sie wichtig sind und in denen die Konzentration anderer auf der eigenen Person liegt, wie z. B. bei einem Vorstellungsgespräch.
- + Gehen Sie und die Lernenden durch den Raum und erzählen Sie sich gegenseitig, wie sie mit Nervosität in oder vor solchen Situationen umgehen und ob sie Strategien zur Bewältigung kennen.

## Atemübung



- + Bei der Ein- und Durchführung der folgenden abschließenden Atemübung ist es wichtig, dass die Gruppe zunächst zur Ruhe kommt. Geben Sie dafür ausreichend Zeit, gerade wenn die Gruppe mit Atemübungen (in diesem Kontext) wenig vertraut sein sollte.
- + Händigen Sie nun **Material 3** aus, eine Anleitung für eine Atemübung, die hilft Anspannung und Nervosität loszulassen und den Fokus und die Konzentration wieder zu finden.
- + Führen Sie die Übung gemeinsam durch. Fragen Sie anschließend in die Runde: „Wie fühlen Sie sich jetzt? Können Sie sich vorstellen, dass diese Übung Ihnen in Stresssituationen helfen könnte? Können Sie sich vorstellen, sich diese Übung für Stresssituationen einzuprägen und sich daran zu erinnern?“

### TIPP

Regen Sie die Lernenden an, die Anleitung der Atemübung auszuschneiden und z. B. im Geldbeutel aufzubewahren.

## Reflexion und Dokumentation



- + Laden Sie die Schüler\*innen ein, sich abschließend Zeit zu nehmen, um für sich über die vergangene Lerneinheit nachzudenken.
- + Teilen Sie hierfür den Dokumentations- und Reflexionsbogen (**Material 4**) aus.



**MATERIAL 1a****Fragen und Antworten im Vorstellungsgespräch**

Welche Schule haben Sie besucht?

In welchen Fächern waren Sie gut?

Was können Sie gut?

Welche Sprachen sprechen Sie?

Haben Sie schon einmal gearbeitet? Was haben Sie bei dieser Arbeit gemacht?

Was sind Ihre Stärken?

Was machen Sie in Ihrer Freizeit gern?

Wie lange sind Sie schon in Deutschland?

Was tun Sie gegen Stress?

Was sind Ihre Schwächen?

Wo sehen Sie sich in 3 Jahren?

Sind Sie teamfähig?

Was macht Ihnen Spaß?

Warum möchten Sie bei uns arbeiten?

Wie gut schätzen Sie Ihre Deutschkenntnisse ein?

Können Sie gut mit Kritik umgehen?

## MATERIAL 1b

### Fragen und Antworten im Vorstellungsgespräch (Variation)



Erzählen Sie von Ihrem Bildungsweg!

Welche Fächer machen Ihnen am meisten Spaß?

Worin sind Sie gut?

Welche Sprachen sprechen Sie?

Haben Sie bereits Arbeitserfahrung?

Wie beschreiben andere Sie?

Was sind Ihre Hobbys?

Wie lange sind Sie schon in Deutschland?

Wie gehen Sie mit Stress um?

Was können Sie nicht so gut?

Wo möchten Sie in drei Jahren stehen?

Arbeiten Sie gern allein oder im Team?

Was macht Ihnen Spaß?

Warum interessieren Sie sich für unser Unternehmen?

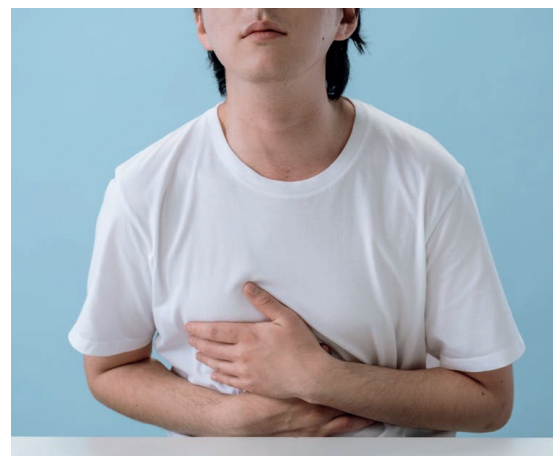
Wie gut sprechen Sie Deutsch?

Wie reagieren Sie auf Kritik?



## MATERIAL 2

### Menschen in Stresssituationen



## MATERIAL 3

### Atemübung



### Die Wechselatmung

Diese Atemübung kann bei Nervosität, Stress und Angst helfen:

- + Schließe dein rechtes Nasenloch mit dem Daumen deiner rechten Hand.
- + Atme durch dein linkes Nasenloch ein. Zähle dabei bis 4.
- + Schließe jetzt auch dein linkes Nasenloch mit dem Ringfinger deiner rechten Hand. Zähle bis 4.
- + Öffne jetzt dein rechtes Nasenloch und atme aus. Zähle dabei bis 8.
- + Atme jetzt durch dein rechtes Nasenloch ein. Zähle wieder bis 4.
- + Schließe dein rechtes Nasenloch und halte die Luft. Zähle bis 4.
- + Öffne dein linkes Nasenloch und atme aus. Zähle bis 8.

Wiederhole die Übung drei bis acht Mal.

schließen = zumachen    öffnen = aufmachen  
einatmen = Luft rein    ausatmen = Luft raus



## MATERIAL 4

### Reflexion und Dokumentation



Wenn ich ein Vorstellungsgespräch oder einen ähnlichen Termin vor mir habe, dann kann ich so für mich sorgen:

#### 1. VOR dem Gespräch kann ich ...

---



---



---



---

#### 2. WÄHREND des Gesprächs kann ich ...

---



---



---



---

#### 3. NACH dem Gespräch kann ich ...

---



---



---



---

#### 4. Checkliste – Was kann ich wie gut?



Ich kenne typische Fragen aus Vorstellungsgesprächen.

Ich kann auf typische Fragen in Bewerbungssituationen spontan reagieren.

Ich kann nachfragen, wenn ich etwas nicht verstanden habe.

Ich kenne eine Entspannungsübung.


**Impressum:**

© SchlaU-Werkstatt für Migrationspädagogik gGmbH, 2022  
[www.schlau-werkstatt.de](http://www.schlau-werkstatt.de)

**Konzept:** Nina Hille, Anja Kittlitz, Stefanie Studnitz, Melanie Weber

**Autorin:** Stephanie Mock-Haugwitz

**Projektsteuerung und Redaktion:** Stefanie Studnitz und Melanie Weber

**Grafisches Konzept:** Christina Knauer, München

**Satz:** Tim Schulz, Mainz

**Illustration:** Stefanie Studnitz

**Bildquellennachweise:** Material 2: © oben links: Thirdman von Pexels; alle anderen  
cottonbro von Pexels

Text und Illustrationen sind urheberrechtlich geschützt.

Das Material kann in Schulen zu Unterrichtszwecken vergütungsfrei vervielfältigt werden.