

Das Prinzip Marathon-Man: Durchhalten mit Motivation

Ob Marathon-Mann oder Marathon-Frau - ein Grundsatz ist auf den heutigen Bewerbungsparcours allgemeingültig: Man muss durchhalten können!

Insofern unterscheiden sich Marathonläufer und Jobsuchende kaum voneinander. Natürlich, die Stellenangebote sind von Region zu Region, von Beruf zu Beruf, von Tätigkeit zu Tätigkeit recht unterschiedlich. In Gegenden mit einer hohen und sehr hohen Arbeitslosigkeit braucht der Bewerber natürlich größeres Durchhaltevermögen, um überhaupt an das Ziel zu kommen.

Wie wir alle wissen, soll die Nachricht vom athenischen Sieg über die Perser in der Ebene von Marathon (490 v.Chr.) über einen Weg von ca. 42 km durch einen Läufer überbracht worden sein. (Der allerdings in Athen tot zusammenbrach). Heute haben Marathonläufe fast schon Volkssportcharakter, und nur der, der trainiert, gut vorbereitet ist und mental richtig an die Sache herangeht, hat die Chance, das Ziel zu erreichen. Mit den Füßen tritt man zwar auf, aber gelaufen wird mit dem Kopf ...

Und der Bewerber? Der ist auch gut beraten, wenn er sich durch den Kopf und nicht so sehr durch den Bauch steuert oder gar durch die Beine. Wer heute Erfolg haben will, muss schon einen Bewerbungs-Marathon starten, und manchmal sind es nicht 42 verschickte Bewerbungen, bis man einen Arbeitsvertrag unterschreiben kann, sondern 100, 200 oder gar 300. Ein Ultra-Marathon, bei dem einem leicht die Luft ausgehen kann.

Darf sie aber nicht. Was kann ich also raten?

Erfreuen Sie sich an den kleinen Erfolgen, die Sie im Bewerbungsverfahren errungen haben. Eine Einladung zum Vorstellungsgespräch gehört dazu wie auch ein besonders motivierender Absagebrief.

Den RefLine Award 2001 für das beste Absageschreiben an Bewerber erhielt übrigens IKEA mit folgendem Text: „Wir wollen Ihre Geduld nicht unnötig strapazieren. Wir haben uns sehr bemüht, für Sie das Richtige zu finden. Doch bei IKEA fühlen sich die Mitarbeiter so wohl, dass wir leider derzeit nicht den passenden Arbeitsplatz für Sie haben. Eines ist sicher: Ihre Bewerbung hat uns sehr gut gefallen und wir freuen uns,

wenn Sie uns wieder einmal schreiben ... Und richten Sie sich doch einfach mit uns ein.“

Doch wirklich nett! Es gibt aber auch noch andere erfreuliche Ereignisse im tristen Alltag des Bewerbers, die das Selbstbewusstsein stärken können. Ein sehr gut gelaufener Eignungstest, die Tatsache, dass Sie unter den letzten drei Bewerbern waren, Deutschfehler, die auch in Schreiben von Unternehmen zuhauf vorhanden sind. Usw. usf. Positiv Denken ist hier der Schlüssel zum Erfolg.

Trainieren Sie im Bewerbungsverfahren mit unterschiedlichen Anforderungen und Intensitäten - wie der erfolgreiche Läufer auch. Sie brauchen Hoch-Zeiten der Jobsuche wie auch ruhige Phasen („Intervall-Training“), Bewerbungen sowohl auf den „Traumjob des Lebens“ als auch auf Stellen, die eigentlich am Rande Ihres Interesses und Ihrer beruflichen Fähigkeiten liegen. Wer es immer noch nicht glauben will: Auch solche Rand-Bewerbungen bieten durchaus eine Chance, zum Vorstellungsgespräch zu gelangen. Und dort können Sie ganz selbstbewusst und locker für „wichtigere“ Gespräche trainieren. Ihre Position ist ja sehr stark in solchen Situationen. Sie überprüfen, ob das Tätigkeitsfeld und Firma zu *mir* passen, was der Arbeitgeber *mir* bietet kann. Bewerben Sie sich initiativ und auf Stellenanzeigen, mit Flyer, mit einer Kurzbewerbung, mit einer klassischen Bewerbungsmappe, modifizieren Sie Anschreiben und Lebenslauf je nach zu erreichender Position. Und Sie werden sehen, der Bewerbungs-Marathon ist dann viel leichter zu absolvieren und kann durchaus Spaß machen.

Vor allen Dingen: Überfordern Sie sich nicht! Zum richtigen Trainieren und Bewerben gehören auch Ruhephasen, in denen Sportler wie Kandidaten des Arbeitsmarktes neue Kraft schöpfen können für die Herausforderungen der nächsten Etappen. Pausen, die man sich ohne Schuldgefühle gönnen muss. Wer immer mit Höchstleistungen trainiert, wird im entscheidenden Wettkampf versagen.

© Frank-Rainer Schurich 2007