

Herzlich  
Willkommen!



# AktivSenioren Bayern e.V.

Region Oberfranken

## Wir stellen uns vor

 AktivSenioren

# Training Praxiswissen – was wir mitbringen

Die Zusammenarbeit der Generationen liegt uns am Herzen

- Wir sind ein gemeinnütziger Verein (**1984** gegründet)
- Wir sind über **500** Führungskräfte und Unternehmer
- Wir verfügen über **Profis** aus allen Branchen
- Wir möchten gemeinsam **Zukunft** schaffen
- Wir sehen uns als „**Trainer für die Jugend**“
- Wir unterstützen **alle** Bildungseinrichtungen
- Wir bieten ein Training nach **individuellem** Bedarf
- Wir entwickeln gemeinsam **passende** Lösungskonzepte
- Wir helfen **ehrenamtlich** und beraten uneigennützig
- Wir leisten pro Jahr über **40.000 Stunden** für Klienten
- Wir arbeiten aus der **Praxis** für die Praxis



# Alle Angebote der AktivSenioren Bayern e.V.

Wir bieten kompetente Beratung

- [Existenzgründung](#)
- [Unternehmensführung](#)
- [Krisenmanagement](#)
- [Unternehmensnachfolge](#)
- [Geschäftsmodellanalyse](#)
- [Digitale Transformation](#)
- [Training Praxiswissen](#)



Grundsatz: Hilfe zur Selbsthilfe





# Unser Projekt Ausbildungsmesse 2024



# Was wir gemeinsam mit Euch machen

Übergang Schule – Ausbildung – Beruf – Karriere

- **Bewerbungscoaching** für die Ausbildungsmesse am 22.10.2024 / 23.10.2024 in der Regnitz Arena
  - Vorbereitung auf ein persönliches Gespräch
  - Klärung Eurer Ziele und Wünsche
  - Klärung aller Eurer Fragen
- Interaktive **Trainingssituation** mit erfahrenen Führungskräften aus den unterschiedlichsten Branchen
- Individuelle **Unterstützung** hier in der Schule
  - in der Zeit vom 25.09. – 15.10.2024 (KW 39 - 42)
  - Planung und Organisation (Zeiten und Räume) gemeinsam mit der Schule
  - Anleitung für Euch zur weiteren Vorbereitung
- Genauer **Terminplan** entsteht gemeinsam mit euch!
  - Wir verwenden das Veranstaltungsportal Eveeno



# Unser gemeinsames Projekt

und unsere Unterstützung für Euch



**Ihr sollt Eure Antwort finden auf die folgenden drei Fragen**

Was **kann** ich?

Lieblingsfächer, Fachkenntnisse, Fertigkeiten, Talente, Fähigkeiten, Vorlieben, persönliche **Stärken**

Was **will** ich ?

Lieblingsberufe, Ausbildung, weiterführende Schule, Studium, Selbstständigkeit, Karriere, Wünsche, persönliche **Ziele**

Was **werde** ich tun?

Ausbildungsplatzsuche, Praktikumsplatzsuche, **Suche** im Internet, **Auswahl** Arbeitgeber, Bewerbungen schreiben, Vorstellungsgespräch üben, Selbstpräsentation üben, **Fragen** überlegen



# Wir haben bereits einen Plan

wie wir Euch unterstützen können



Info: der erste Eindruck - - -  
100 Millisekunden entscheiden  
Die Erfolgsfaktoren

- Benchmen (Smalltalk, Kennnt, höflich, verbindlich)
- Duft beim Eintrcken
- Händedruck
- Bl
- Kl
- W

## Feedback-Bogen zum Vorstellungsgespräch

Nicht nur das Gesagte ist in einem Vorstellungsgespräch entscheidend. Als Bewerber vermitteln Sie den Interviewern und Beobachtern mit allen Facetten Ihrer Persönlichkeit einen Eindruck von sich, der für die spätere Entscheidung für Sie oder für einen anderen Bewerber oder eine Bewerberin entscheidend ist, dazu gehören auch Ihr höfliches Benehmen, ein gepflegtes Erscheinungsbild sowie Ihre authentische Wirkung.

Die nachfolgenden Beobachtungen sollen Ansporn für Sie sein, an sich zu arbeiten. Gleichzeitig sollen sie ermutigt werden, Dinge, welche Sie korrigieren können, zu verbessern und sich so natürlich wie möglich beim Vorstellungsgespräch zu zeigen.

### Beobachtungen zum Trainingsgespräch

Eigene Einschätzung des Bewerbers nach dem Interview:  
Wie fühlen sie sich jetzt? - Was ist Ihnen gut gelungen und warum? - Was würden Sie spontan anders machen?

### Einschätzung durch die Beobachter:

Begrüßung:	höflich – sicher – gewinnend – lustlos – nervös – unsicher
Gesichtsausdruck:	interessiert – konzentriert – freundlich – abwesend – unsicher
Körperhaltung:	offen – verkrampt – abweisend – zu lässig – lasch – kontrolliert
Blickkontakt:	gut – teilweise vorhanden – wenig
Gestik:	kontrolliert – unbewusst – verhalten – nervös
Sprache:	flüssig – klar – überzeugend – unklar – stockend
Interessen:	gut erklärt – vielseitig – einseitig – schlecht erkennbar
Einstellung zum Beruf:	positiv – motiviert – indifferent – schwach ausgeprägt
Eigene Fragen:	ja – passend – nein – unpassend
Kleidung:	ordentlich – passend – ansprechend – verbesserungsfähig

Beobachter: positiv – muss noch an sich arbeiten – muss sehr viel an sich arbeiten  
Selbstreflexion: natürlich – realistisch – zu subjektiv – noch wenig ausgeprägt

## „Fit für das Einstellungsverfahren mit den AKTIVSENIOREN“ (Vorstellungsgespräch, Selbstpräsentation)

Einladung mit Selbstanalyse-Bogen für Selbststudium der Schüler,  
Hausaufgabe: Beobachter-Feedback-Bögen Vorstellungsgespräche und Selbstpräsentation

08.40 Uhr Aktivseniorinnen treffen am Schulhauseingang zur Abholung ein

09.00 Uhr Begrüßung, Hinweise zum Ablauf, Erwartungen, Ziele

### Informationen zu Vorstellungsgesprächen (Beispiele überzeugen)

Fragen zum Feedbackbogen im Plenum besprechen mit Beobachtungsbogen-Info

### Start mit einem simulierten Vorstellungsgespräch vor der Klasse

(entweder 1 Schüler + 1 AS oder 2 AS als Beispiel)

Feedback (Selbst, Plenum, AS)

10.00 Uhr Kurze Pause

10.15 Uhr Simulation Vorstellungsgespräche  
(Gruppe 3 SchülerInnen je 20 Min ca./1 AS)  
mit Feedback (Selbst, SchülerInnen, AS)

11.30 Uhr Pause 15 Min

11.50 Uhr eine AKTIVSENIORIN zeigt beispielhaft eine Selbstpräsentation  
mit Feedback und Erläuterungen

12.00 Uhr Schüler/in zeigen vor der Klasse eine Selbstpräsentation  
Feedback und Erläuterungen

12.40 Uhr Reflektion, Erkenntnisse, Erwartungsabgleich, Feedback

13.00 Uhr Ende

danach kurzer Erfahrungsaustausch der Trainer, Lehrer

### Ausstattung

Klassenraum mit 1 FC und Flipchartpapier und 1 Pinnwand

## Training Vorstellungsgespräche Fragen zum Vorstellungsgespräch

Rund 80% der Fragen wiederholen sich bei jedem Vorstellungsgespräch.  
Das Standardvorstellungsgespräch gibt es allerdings nicht, zu unterschiedlich sind die Interviewer und die Bewerber. Aber durch gezielte Vorbereitung auf die häufigsten Fragestellungen können Sie beim Gespräch deutlich punkten und Ihre Chancen verbessern. Zeigen sie anhand von Beispielen was sie konkret meinen, was sie auszeichnet, was Ihnen wichtig ist. Trainieren Sie die Antworten und lassen Sie sich von einer Person Ihres Vertrauens abfragen.

### Fragen:

- Schildern Sie uns bitte Ihren Lebenslauf.
- Wie haben Sie sich auf den Beruf, für den Sie sich bewerben, vorbereitet?
- Was wissen Sie über unser Unternehmen?
- Was sagen Ihre Eltern zu Ihrem Ausbildungswunsch? (Bei Minderjährigen müssen diese den Ausbildungsvertrag unterschreiben)
- Was sind Ihre Lieblingsfächer?
- Was machen Sie um in schwachen Fächern besser zu werden?
- Wie gestalten Sie Ihre Freizeit?
- Was hat Ihnen bei den Praktikas gefallen und was nicht?
- Wie gehen Sie mit Kritik um?
- Was war bisher Ihre größte Schwäche?
- Gibt es Dinge die Sie gerne machen würden, aber noch nicht geschafft haben Sie?
- Wie wieder passiert?
- Wie würde Ihr Leben sein?
- Wie würde ein Freund Sie beschreiben?
- Was ändert sich in den nächsten Jahren?
- Wie soll es nach dem Abschluss sein?
- Könnten Sie sich vorstellen, in einem anderen Unternehmen zu arbeiten?
- Ist eine Weiterbildung für Sie wichtig?
- Haben Sie noch andere Bewerbungen?
- Wie informieren Sie Ihre Eltern?
- Welche Fragen haben Sie?

Vergessen Sie nicht, jede Frage zu beantworten, auch die mit „Worum...“  
Auf Fragen, die Sie nicht beantworten können, sagen Sie dies offen zu.

## Merktblatt zum Vorstellungsgespräch

### Vorbereitung

- Eine gute Vorbereitung ist mehr als der halbe Erfolg.
- Termin unbedingt sofort am Telefon oder schriftlich bestätigen.
- Bringe möglichst viel über das Unternehmen in Erfahrung. Zum Beispiel mit Hilfe des Internets.
- Mache Dir Stichpunkte, was Du dazu fragen oder erwähnen willst.
- Notiere Deine Fragen, die Du zur Stelle unbedingt noch klären musst.
- Teste gegebenenfalls den Weg zum Arbeitgeber, damit Du pünktlich bist.
- Nimm ein Exemplar Deiner Bewerbungsunterlagen mit.
- Schalte Dein Handy vor dem Gespräch unbedingt aus.

### Vorstellungstermin

- Handy ausschalten
- Pünktlichkeit.
- Freundlichkeit, zu allen Menschen, die Dir beim Arbeitgeber begegnen.
- Kleidung muss passen.
- Ein bisschen Nervosität ist normal und legt sich schnell, wenn man das Problem einfach anspricht.
- Bei Fehlern: sich entschuldigen. (Fehler sind menschlich und machen manchmal sympathisch.)
- Dein Auftreten und Deine Aussagen müssen zur schriftlichen Bewerbung passen.
- Spiele keine Rollen, bleibe authentisch.
- Höre interessiert zu.
- Halte Blickkontakt.
- Spreche Deinen Gesprächspartner öfter mal mit Namen an.
- Rechne mit überfrachten Fragen.
- Stelle Deine Fragen an passender Stelle.
- Zeige, dass Du die Stelle unbedingt haben willst.
- Bringe Deine Erwartung zum Schluss zum Ausdruck.
- Frage, bis wann Du Bescheid erhältst.
- Bedanken!



# Wie wir diesen Plan umsetzen

gemeinsam mit Euch mit diesen Themen



- Wir wollen Eure **Erwartungen** kennenlernen (was wollt ihr mit unserer Unterstützung schaffen?)
- Wir wollen Eure **Wünsche und Ziele** kennenlernen (was ist für Euch Euer Traumberuf, was ist für euch der absolute Höllenjob?)
- Welche verschiedenen **Berufe** findet Ihr spannend? (was wisst ihr bereits von diesen Berufen?)
- Wie sieht Eure **Bewerbungsmappe** aus? (macht sie neugierig, Euch persönlich kennenzulernen?)
- Wir wollen mit Euch Euer **Vorstellungsgespräch** und Eure **Selbstpräsentation** trainieren

„Meine **Motivation**  
– mein Warum“

Noch keine **Berufsziel**? –  
wir überlegen gemeinsam

Was erwartet der **Arbeitgeber**? –  
welche Fragen kommen?

- Wir geben Euch ein freundliches **Feedback**: Welche Erkenntnisse nehmt Ihr mit? Ist etwas offen geblieben?





# Was wir von Euch benötigen

für unser gemeinsames Coachingprojekt

- **überlegt** Euch im Vorfeld schon erste Antworten auf die drei großen Fragen
  - Was kann ich?
  - Was will ich?
  - Was werde ich tun?
- habt Mut, mit uns über alle Fragen zu **sprechen**, denn
  - sprechenden Menschen wird geholfen
- bereitet Eure Unterlagen vor und **zeigt** uns
  - wie Euer Lebenslauf aussieht
  - wie Euer Bewerbungsschreiben aussieht
  - wie Euer Bewerbungsfoto aussieht
- seid neugierig und macht **aktiv** mit
- bucht eure persönlichen Termine über **Eveeno!**



# Was wir von Euch benötigen

für unser gemeinsames Coachingprojekt

- tragt euch für **euren persönlichen Coachingtermin** hier auf Eveeno ein
  - <https://eveeno.com/coachingplan-schulen>
- tragt euch für **eure drei persönlichen Vorstellungsgespräche für Ausbildungsverträge** hier auf Eveeno ein
  - [https://eveeno.com/messeplan\\_ausbildung](https://eveeno.com/messeplan_ausbildung)
- tragt euch für **eure drei persönlichen Vorstellungsgespräche für Praktikumsverträge** hier auf Eveeno ein
  - <https://eveeno.com/betriebliches-praktikum>
- bucht alle eure persönlichen Termine über **Eveeno!**



# Was wir Euch zur Verfügung stellen

ist ein Internet-Buchungstool

## Irmgard Lellek

(Dipl. Betriebswirtin BWL, Schwerpunkt IT - 42 Jahre IT/Medizintechnik-Erfahrung | 15 Jahre IT-Management-Erfahrung | internationale Projekte)

- individuelle Coachingtermine bei Irmgard Lellek (Einfach-Auswahl)
- 08:10 Uhr - 08:55 Uhr
  - 08:55 Uhr - 09:40 Uhr
  - 09:40 Uhr - 10:25 Uhr
  - 10:25 Uhr - 11:10 Uhr
  - 11:10 Uhr - 11:55 Uhr

Jeder bucht nur an den Tagen SEINER Schule!

Ziel (Menü-Auswahl)

## Thomas Kestler

(Mediziner, Betriebswirt, Sozialwirt, Lehrbeauftragter Uni - 40 Jahre Lehr-Erfahrung | 30 Jahre Vertriebserfahrung | Behördenerfahrung | Konzernenerfahrung | Projektmanagement und Changemanagement)

- individuelle Coachingtermine bei Thomas Kestler (Einfach-Auswahl)
- 08:10 Uhr - 08:55 Uhr
  - 08:55 Uhr - 09:40 Uhr
  - 09:40 Uhr - 10:25 Uhr
  - 10:25 Uhr - 11:10 Uhr
  - 11:10 Uhr - 11:55 Uhr

Jeder bucht sich genau EINEN Coachingtermin

Ziel (Menü-Auswahl)

## Arbeiterwohlfahrt Kreisverband Bamberg Stadt und Land e. V.

Hauptsmoorstraße 26 a

96052 Bamberg

Website: <https://awo-bamberg.de/>

- Gesprächstermine Arbeiterwohlfahrt Kreisverband Bamberg Stadt und Land e. V. (Einfach-Auswahl)
- 08:35 Uhr
  - 09:00 Uhr
  - 09:25 Uhr
  - 09:50 Uhr
  - 10:15 Uhr
  - 10:40 Uhr
  - 11:05 Uhr
  - 11:30 Uhr
  - Mittagspause ab 11:55 Uhr (nicht buchbar!)
  - 12:40 Uhr
  - 13:05 Uhr
  - 13:30 Uhr
  - 13:55 Uhr
  - 14:20 Uhr
  - 14:45 Uhr
  - 15:10 Uhr
  - 15:35 Uhr

Jeder bucht sich genau EINEN Gesprächstermin

Jeder bucht sich einen Termin bei DREI FIRMEN

Ausbildungsberuf (Auswahl)



# Was wir gemeinsam mit Euch machen

und worauf es letztlich ankommt

Hurra!



Coaching muss **Spaß** machen

# Wir sind für Euch da

mit einem Bewerbungscoaching in Eurer Schule



Irmgard Lellek ♦ Region Oberfranken  
Tel. 01525 /9457320  
[Irmgard.Lellek@aktivsenioren.de](mailto:Irmgard.Lellek@aktivsenioren.de)

Thomas Konietzka ♦ Region Bamberg  
Telefon 0951/1338277  
[Thomas.Konietzka@aktivsenioren.de](mailto:Thomas.Konietzka@aktivsenioren.de)

Thomas Kestler ♦ Region Bamberg  
Telefon 0178 /8182857  
[Thomas.Kestler@aktivsenioren.de](mailto:Thomas.Kestler@aktivsenioren.de)

& viele engagierte Kolleginnen und Kollegen!





Lasst uns also...

**Gemeinsam**  
**Zukunft schaffen.**