

Arbeitsintegration konkret, Februar 2023

EXPERTENWISSEN

Stellensuchende in der Hauptrolle

Ein Bewerbungsvideo als Ergänzung zum Lebenslauf? Bewerbungscoach Milena Keller ist von der Wirkung überzeugt. Sie lädt uns ein, selbst zur Kamera zu greifen und teilt ihre Erfahrungen für ein gelungenes Video.

Ein Bewerbungsvideo ergänzt die Bewerbungsunterlagen, ersetzt sie aber nicht. «Gerade bei lückenhaften Lebensläufen ist ein Video die ideale Ergänzung», erzählt Milena Keller, Bewerbungscoach in den Programmen TransFer und PeP. Ein kurzes Video verleiht einer Bewerbung grundsätzlich Persönlichkeit und steigert die Sichtbarkeit.

Obwohl das Video am Schluss nur knappe zwei Minuten dauert, braucht es laut Milena Keller nebst einer guten Planung und technischem Knowhow auch viel Zeit und Geduld. Sie ist überzeugt, dass ein gutes Bewerbungsvideo die Chance auf eine Einladung zum Bewerbungsgespräch erhöht und die Erfolge der Teilnehmenden geben ihr recht.

Eine Geschichte erzählen

Ein gutes Video braucht eine Struktur und eine persönliche Botschaft. Dies gelingt am besten, wenn man sich mit einem kleinen Drehbuch vorbereitet und Sätze zu den einzelnen Sequenzen entwirft. Milena Keller hält sich an diese Reihenfolge: Mit einer Begrüssung einsteigen, danach etwas über die eigene Person und Erfahrungen erzählen, Fähigkeiten und Fertigkeiten benennen, anschliessend seine Ziele erwähnen und sich zum Schluss für die Aufmerksamkeit bedanken. Soll man für jede Bewerbung ein eigenes Video drehen? «Das kann man machen, aber der Aufwand ist gross», meint Milena Keller. Sie rät zu einem allgemein gehaltenen Video.



Locker bleiben und Zähne zeigen

«In kurzen Sequenzen fällt es uns leichter, natürlich zu bleiben. Kurze Sequenzen sind auch einfacher, wenn man sich nicht sicher fühlt. Denn so muss man sich nur ein bis zwei Sätze merken und die Anspannung sinkt.» Milena Keller legt Wert auf eine lockere Atmosphäre bei den Aufnahmen und freut sich über jedes Lächeln. Sie ist überzeugt, dass sich die Stimmung auf das Video überträgt. Wie oft wiederholt sie die einzelnen Sequenzen? «Bis zu fünf Mal; aber wenn es beim ersten Mal rund läuft, dann wiederholen wir nicht», erzählt sie.

Wer bei Milena Keller ein Bewerbungsvideo dreht, entscheidet immer selbst über den Inhalt, das Outfit oder den Hintergrund.

Kleider, Kulisse, Requisiten

Was anziehen? Laut Milena Keller sollte man sich wohl und nicht verkleidet fühlen. Am besten zieht man sich so an, wie man es für ein Vorstellungsgespräch machen würde.

Welchen Hintergrund wählen? Die Aufnahmen können an verschiedenen Orten, mit unterschiedlichem Hintergrund gemacht werden. Dabei ist aber unbedingt zu beachten, dass man weder im Gegenlicht noch im Schatten steht. Milena Keller gefällt die Idee, das Video an einem Arbeitsplatz zu drehen. So kann sich die/der Bewerbende gleich in «Aktion» zeigen und besondere Fertigkeiten herausstreichen. In solchen Fällen ist es aber wichtig, dass der Datenschutz eingehalten wird und involvierte Menschen

und Firmen vorgängig informiert werden.

Haustiere, Kinder, unvoreilhaftes Einblicke ins Privatleben und lustig gemeinte Einlagen sind selten eine gute Idee; ausser bei einer Bewerbung im Showbusiness.

Tipps zum Bewerbungsvideo für junge Menschen:
[Bewerbungsvidoes: Darauf musst du achten - YouTube](#)

Tipps zum Bewerbungsvideo für junggebliebene Menschen:
[Die erfolgreiche Videobewerbung - YouTube](#)

Die liebe Technik

«Bitte drehen Sie nicht im Selfie-Modus. Wir sehen vorteilhafter aus, wenn wir auf Augenhöhe gefilmt werden. Benutzen Sie ein Stativ für eine ruhige Kameraführung.» Milena Keller hält wenig von originellen Perspektiven oder Zoomeffekten. Sie empfiehlt eine neutrale Kameraposition und rät zu einer Einstellung pro Sequenz. Geht das auch mit dem Handy? Ja, findet Milena Keller, wenn dieses über eine gute Kamera verfüge.

Für den privaten Gebrauch gibt es kostenlose Tools für das Schneiden und Fertigstellen des Videos. Bei der Arbeit hat Milena Keller das Glück, auf ein professionelles Tool zurückgreifen zu können, das jedoch nicht umsonst ist.

Damit der Ton klar wird, dreht Milena Keller in möglichst ruhiger Umgebung. Unterlegt sie das Video mit Musik? «Musik ist nicht zwingend. Wenn Sie sich aber für Musik entscheiden, suchen Sie eine instrumentale und fröhliche aus, die die Stimme nicht übertönt. Wählen Sie auf keinen Fall einen Ohrwurm! Das lenkt zu stark vom Inhalt ab.»

Milena Keller ist der Meinung, dass die Videobewerbung mehr genutzt werden soll; dies vor allem bei der Lehrstellensuche. «Viele junge Menschen können mit den Medien und digitalen Tools gut umgehen und sie sollten diese Kompetenzen nutzen. Natürlich müssen sich Bewerbende dabei wohlfühlen und sich auch auf diese Weise präsentieren wollen», merkt sie an. Bisher hat sich der Aufwand für Milena Keller und die Teilnehmenden gelohnt: Die Videobewerbungen wurden positiv aufgenommen und 90% der Stellensuchenden zu einem Erstgespräch eingeladen. Im Filmgeschäft würde man von einer Traumquote sprechen!

Milena Keller arbeitet seit dreieinhalb Jahren als Bewerbungscoach im Programm TransFer und seit zwei Jahren im Programm PeP der Arbeitsintegration Winterthur. Ferner unterrichtet sie an der Agogis und bildet sich im Bereich Sozialmanagement weiter. Sie begleitet Teilnehmende im Bewerbungsprozess und kennt die aktuellen Entwicklungen in diesem Bereich. Da sie unvoreingenommen und neugierig ist sowie keine Berührungsängste mit der Technik hat, probiert sie gerne Neues aus und entwickelt so ihr Coaching weiter. Nebst ihrer Offenheit zeichnen Milena Keller auch ihre soziale Kompetenz und ihren professionellen Umgang mit den Teilnehmenden aus.

