

Gregor Loser

# Fit für die Lehre

Tipps für den erfolgreichen Berufseinstieg

**orell füssli** Verlag

# Inhaltsverzeichnis

## **Vorwort** 7

## **Was kann dieses Buch nicht?** 11

### **Teil 1 Die mentale Vorbereitung** 13

- 1.1 Erfolg beginnt im Kopf 15
- 1.2 Dreifache Fitness 22
- 1.3 Kommunikationsfähigkeit 51
- 1.4 Selbstbewusstsein und Erfolg 57
- 1.5 Dein Traumberuf und die Realität 65
- 1.6 Die Säulen des Erfolgs 68

### **Teil 2 Das Bewerbungsdossier** 73

- 2.1 Die andere Seite – wenn du Personalchef wärst... 75
- 2.2 Deine Bewerbungsunterlagen 83
- 2.3 Deine Bewerbungen in der Übersicht 87

### **Teil 3 Das Vorstellungsgespräch** 91

- 3.1 Jetzt gilts ernst: Der erste persönliche Kontakt 93
- 3.2 Von Kleidern, Kaugummis, Zigaretten und anderen Unpässlichkeiten 97
- 3.3 Deine Persönlichkeit zählt! 105
- 3.4 Der richtige Umgang mit Absagen 112
- 3.5 Ziel erreicht: Was nun? 119

**Anhang 123**

- Checkliste: Wichtige Merksätze 125
- Checkliste: Dreifache Fitness 126
- Checkliste: Wichtige Eigenschaften zum sofort  
Lernen 128
- Checkliste: Meine Bewerbungsunterlagen 129
- Checkliste: Mein persönlicher Auftritt 130
- Checkliste: Kommunikation mit allen Sinnen 131
- Checkliste: Die Säulen des Erfolgs 132
- Tipps für Eltern 133
- Der Erfolgsworkshop «Fit für die Lehre» 137
- Die Förderer dieses Buches 139
- Schlusswort 141