

## PRESSEMITTEILUNG

München, 28.12.2018

### **Neues Jahr – Neues Arbeitsglück**

Mit den Ratgebern des STARK Verlags erfolgreich im Berufsleben durchstarten

**Laut der Studie „Jobzufriedenheit 2018“ des Marktforschungsinstituts Toluna sind 50 Prozent der Deutschen mit ihrem aktuellen Arbeitsplatz so unzufrieden, dass für sie ein Jobwechsel oder sogar ein Berufswechsel in Frage käme. Ständige Überstunden, ein zu geringer Lohn, zu wenig Wertschätzung, ein schlechtes Betriebsklima: Was am Anfang nur ein Gefühl ist, entwickelt sich immer mehr zum Problem. „Arbeit ist das halbe Leben“, beschreibt ein Sprichwort die Gewichtung von Arbeit im Leben eines Menschen. Umso wichtiger ist Zufriedenheit mit dem persönlichen Arbeitsinhalt und der Atmosphäre am Arbeitsplatz. Der STARK Verlag zeigt mit den Ratgebern seiner Erfolgsautoren Jürgen Hesse & Hans Christian Schrader, wie man mit Mut und Veränderung sein persönliches Arbeitsglück finden kann.**

### **Körpersprache: Wie wirke ich auf andere?**

Ein geringes Selbstbewusstsein ist die Ursache für viele Jobprobleme. Zweifel wie „Was bin ich überhaupt wert?“ oder „Habe ich gegen die Konkurrenten eine Chance?“ schwächen das Ego. Frustration ist die Folge. Diese Einstellung äußert sich oft durch eine entsprechende Körperhaltung, Mimik und Gestik. „Ein eingezogener Kopf mit hochgezogenen Schultern signalisiert Angst. Der gesenkte Kopf signalisiert mangelndes Selbstbewusstsein und Demut.“ Dies erläutern Hesse & Schrader in ihrem Buch „Körpersprache – Wie man sie im Beruf liest, versteht und gezielt anwendet“. Die beiden Autoren geben darin viele Anregungen für eine individuelle positive und authentische Körpersprache, um im Bewerbungsgespräch und Arbeitsalltag zu glänzen.

### **Bewerbung: Perfekte Vorbereitung ist die halbe Miete**

Das Anschreiben ist der Türöffner zum Vorstellungsgespräch. Es vermittelt dem potenziellen Arbeitgeber in Kürze einen ersten Eindruck von der Bewerberin oder dem Bewerber. Entscheidend ist nicht nur eine saubere, ordentliche Form des Schriftlichen, sondern das Marketing in eigener Sache. Die Experten Hesse & Schrader raten: Ehrlich sein und seine Stärken glaubhaft darstellen, darauf kommt es an. Wer flunkert, wird es im Job zu spüren bekommen und mit neuen Aufgaben womöglich überfordert sein. Zu den häufigsten Fehlern bei einer schriftlichen Bewerbung zählt es, keine persönliche Botschaft für den Empfänger durchdacht und aufbereitet zu haben oder allgemein das fehlerhafte Wissen um die Bedeutung von Anschreiben, Lebenslauf, Zeugnissen und anderen Anlagen. Dies erklären die Erfolgsautoren Hesse & Schrader im Buch „Training: Schriftliche Bewerbung“.

### **Vorstellungsgespräch: Mit einem starken Auftreten überzeugen**

Mit dem richtigen „1x1“ für das Bewerbungsgespräch sind alle Kandidatinnen und Kandidaten bestens gewappnet. Wie bereite ich mich optimal vor? Welche Fragen erwarten mich? Was muss ich bei Anreise und Outfit beachten? Fragen, mit denen man sich bereits im Vor-

feld beschäftigen sollte. Während des Gespräches selbst gilt es, an sich zu glauben. Ein selbstbewusstes, höfliches Auftreten ist wichtig, um ernst genommen zu werden. Für einen Misserfolg verantwortlich können u.a. zu starke Kritik an früheren Arbeitgebern, unzureichende Ausstrahlung von Selbstvertrauen und Begeisterung oder zu häufiger Stellenwechsel sein. Im Buch „Die 100 wichtigsten Tipps für die Bewerbung“ präsentieren Hesse & Schrader zahlreiche Hilfestellungen und Tipps für die wichtigsten Fragen und Antwortstrategien im Vorstellungsgespräch.

## **Positionierung: Wo sind meine Stärken?**

Für eine Bewerbung ist es wichtig, die eigenen Stärken und Schwächen zu kennen. Das Wissen darüber erleichtert Bewerberinnen und Bewerbern die Entscheidung, ob das Aufgabengebiet einer Stelle zur eigenen Persönlichkeit passt. Ein lukrativer Arbeitsplatz mit hohem Gehalt ist auf den ersten Blick verlockend. Für ein erfülltes Arbeitsleben reicht das aber nicht aus. Doch wie findet man heraus, was einem liegt und was man gut kann? Die Autoren Hesse & Schrader geben mit dem Buch „Was steckt wirklich in mir“ einen idealen Ratgeber an die Hand, der für mehr Glück und Zufriedenheit im Job sorgt. Sie sind überzeugt: Wer genau weiß, was einen von anderen positiv unterscheidet, findet den richtigen Job. Mit Übungen, Tipps und Checklisten, um die eigenen Stärken und Schwächen zu filtern, ist man perfekt vorbereitet. Denn: Wer seinem Gegenüber in einem Vorstellungsgespräch überzeugend vermittelt, was dieser erwarten kann, hat sehr gute Chancen.

---

## **Über den STARK Verlag**

Der STARK Verlag ist deutscher Marktführer im Bereich Prüfungsvorbereitung. In den vergangenen gut 40 Jahren hat STARK mit seinen Büchern mehr als 20 Millionen Schülerinnen und Schülern in ganz Deutschland zu bestandenen Prüfungen verholfen. Der Verlag unterstützt Lernende von der Vorschule bis zum Abitur sowie beim Start in Studium und Karriere mit passgenauen Büchern und Arbeitsheften – viele davon mit digitalen Zusätzen. Mehr als 2.500 Autorinnen und Autoren sowie 200 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sorgen dafür, dass jedes Jahr neue Bücher erscheinen, die den Lehrplänen der Länder entsprechen und sich an neuesten Entwicklungen im Bildungswesen orientieren. Der STARK Verlag ist Teil der Pearson Verlagsgruppe, dem weltweit größten Bildungsunternehmen. Weitere Informationen: [www.stark-verlag.de](http://www.stark-verlag.de)

## **Kontakt PR-Agentur**

Friederike von der Kühlen  
von der Kühlen Kommunikation  
Herzogstraße 41  
80803 München  
Tel.: +49 (0) 89 209 409 – 31  
E-Mail: [presse@stark-verlag.de](mailto:presse@stark-verlag.de)

## **Kontakt STARK Verlag**

Peer Wiesner  
STARK Verlag GmbH  
Lilienthalstraße 2  
85399 Hallbergmoos  
Tel.: +49 (0) 811 60004 -738  
E-Mail: [presse@stark-verlag.de](mailto:presse@stark-verlag.de)