

## Beim Bewerben ist das FSJ ein Pluspunkt

Bei der Jobsuche steigert ein Freiwilligendienst im Lebenslauf die Aussicht auf Erfolg. Wie du dein FSJ, deinen BFD oder Friedensdienst am besten zur Geltung bringen kannst, weiß Karin Wilcke. Sie ist Dozentin an der Universität Düsseldorf. Und sie hilft als freie Berufsberaterin Abiturienten und Studierenden bei der Berufs- und Studienwahl. Im Gespräch mit zivil.de gibt sie Tipps, wie du bei der Jobsuche mit einem Freiwilligendienst für dich punkten kannst.

---

KLAUS MARTIN HÖFER | 24.03.2014

---



Fotolia/Alexander Rath

Optimistische Bewerberin: Ein Freiwilligendienst im Lebenslauf kann die Aussicht auf Erfolg verbessern

**Bewerbungen. Wie bringe ich den Freiwilligendienst am besten zur Angenommen, mein Freiwilligendienst ist bald zu Ende und ich schreibe Geltung?**



Foto: Katja Thiele  
Karin Wilcke

**Karin Wilcke:** Ich nenne im Lebenslauf nicht nur die Einsatzstelle, sondern beschreibe auch zwei oder drei wichtige Tätigkeiten. Und formuliere dabei immer so konkret wie möglich. Es sollte beim Arbeitgeber ein Bild davon entstehen können, was ich genau gemacht habe. Wenn ich zum Beispiel in einer Gedenkstätte gearbeitet habe und dort Konzeptionen für Ausstellungen mit entwickelt habe, sollte ich das auch so aufschreiben.

**Und wie ist das mit den sozialen Kompetenzen, die man sich im Freiwilligendienst aneignet?**

**Karin Wilcke:** Arbeitgeber wollen gerne Bewerber, die „teamfähig, flexibel und belastbar“ sind. Das wird in einem Freiwilligendienst vermittelt. Doch wenn ich einfach nur diese Begriffe nenne, klingt das ziemlich abgehoben. Viel besser ist es, etwa so zu formulieren: „Durch meine Arbeit habe ich mich ins Team eingefügt, das aus hauptberuflichen Mitarbeitern und Freiwilligen bestand. Meine Aufgaben waren, Heimbewohnern bei Essen und beim Ankleiden zu helfen und sie bei Ausflügen zu betreuen. Ich habe auch an Wochenenden gearbeitet sowie Schichtdienste übernommen.“ Das ist jetzt nur ein Beispiel. Aber es zeigt, dass Arbeitgeber in solchen Tätigkeitsbeschreibungen Verhalten erkennen. Wenn dann auch signalisiert wird, dass der Bewerber einen freundlichen Umgang mit Kollegen und zu betreuenden Menschen pflegt, ist das natürlich auch positiv: Das ist letztendlich Kundenorientierung, die im Beruf zählt.

**Sollte bereits mein Freiwilligendienst auf den Berufsweg ausgerichtet sein?**

**Karin Wilcke:** Am besten ist es, früh anzufangen zu planen, was ich später einmal machen möchte. Vielleicht will ich Geschichte studieren und später einmal in einem Museum arbeiten. Dann ist es natürlich schön, wenn ich ein Freiwilliges Kulturelles Jahr mache. Es ist allerdings auch durchaus plausibel, wenn ich einmal BWL studieren möchte und sage, ich bin in einem behüteten Elternhaus aufgewachsen, in meinem Leben war alles so komfortabel und sicher, ich möchte mal raus, ich will einen Gegensatz zu meinem bisherigen Leben kennen lernen und gehe zum Beispiel nach Indien, um dort in einem Waisenhaus zu arbeiten. Wenn das tatsächlich so ist, sollte ich das auch so begründen.

**Und wenn ich mein Leben nicht so planvoll durchorganisieren will oder kann?**

**Karin Wilcke:** Wichtig ist bei Bewerbungen, dass ich nicht den Eindruck erwecke, ich hätte gerade nichts anderes oder besseres zu tun gehabt. Wenn einem als Begründung absolut nichts einfällt, liegt das meist nicht daran, dass einem tatsächlich die Motivation fehlt, sondern, dass man noch nicht gründlich darüber nachgedacht hat. Oder dass es einem selbstverständlich erschien. Da hilft es, sich einmal mit guten Freunden zusammzusetzen und gemeinsam zu überlegen, wie Entscheidungen für den Freiwilligendienst, den Einsatzort und die Tätigkeit zustande kamen und warum man mögliche Alternativen ausgeschlagen hat.

**Ich bin erst kürzlich vom Freiwilligendienst zurückgekehrt. Alles war prima, ich bin immer noch euphorisch. Ist es gut, wenn ich diese Begeisterung in Lebenslauf und Anschreiben zum Ausdruck bringe und auf Einzelheiten eingehe?**

**Karin Wilcke:** Nur in Stichworten, nicht ausschweifend und keine Romane erzählen: Das ganze Bewerbungsschreiben hat nicht mehr als ein halbe Seite Text, selbst, wenn ich noch so beeindruckt war, von dem, was ich gemacht und erlebt habe.

**Angenommen, ich bewerbe mich gleichzeitig in ganz unterschiedlichen Bereichen – etwa in Sozialarbeit, Umweltschutz oder Denkmalpflege. Soll ich dann jeweils andere Facetten meines Freiwilligendienstes hervorheben?**

**Karin Wilcke:** Wenn möglich, suche ich mir eine [FSJ](#)

<http://zivil.evangelisch.de/glossary/term/22>) –Stelle, die mit meinem Berufsziel zu tun hat. Und ich erwähne anschließend, welche Erfahrungen ich dort gemacht habe. Will ich zum Beispiel einen Arbeitsplatz in einer Werbeagentur oder auch in einer Redaktion, schreibe ich, dass ich in meinem Freiwilligendienst Pressetexte über Veranstaltungen meiner Einsatzstelle geschrieben habe. Es muss natürlich immer stimmen, das ist klar. Denn Flunkereien fallen schnell auf. Wenn ich in einem freiwilligen Jahr in der Denkmalpflege mitgeholfen habe, alte Fachwerkhäuser zu restaurieren, passt das gut in eine Bewerbung als Schreiner oder Tischler. Ich kann die handwerklichen Tätigkeiten aber auch vernachlässigen und betonen, dass mich kulturgeschichtliche Zusammenhänge und Stadtentwicklung interessiert haben, wenn es um eine Stelle geht, bei der dies wichtig ist.

**Nehmen wir mal an, ich mache ein Freiwilliges Ökologisches Jahr bei einer Umweltschutzorganisation und studiere dann Chemie. Später bewerbe ich mich bei Chemie-Konzern. Könnte mir da ein [FÖJ](http://zivil.evangelisch.de/glossary/term/18)**

**<http://zivil.evangelisch.de/glossary/term/18> auch negativ angerechnet werden?**

**Karin Wilcke:** Gar nicht. Zunächst einmal ist es so, dass bei Chemikern die gute Examensnote und der Doktor-Titel zählen. Wenn ich dazu noch sagen kann, ich habe mich bereits vor dem Studium eingehend mit Umweltzusammenhängen befasst, ist das nur positiv. Und wenn sich fachliche Zusammenhänge mit den Projekten im FÖJ und meinen Schwerpunkten im Studium ergeben, umso besser. Das gleiche gilt, wenn ich mich um einen Ausbildungsplatz in der chemischen Industrie bewerbe: Auch da ist es ein Pluspunkt, wenn ich schon Wissen vorweisen kann, das mir den Einstieg in den Beruf einfacher macht.

**Im Lebenslauf kann man Schwerpunkte setzen, indem man gewisse Abschnitte des Lebens mehr oder weniger ausführlich darstellt. In welchen Fällen sollte ich meinen Freiwilligendienst eher verstecken oder stärker betonen?**

**Karin Wilcke:** Verstecken schon mal überhaupt nicht. Jedes Engagement ist sinnvoll. Allerdings gut begründen, wenn sich Sprünge ergeben. Zum Beispiel wenn ich zunächst ein FÖJ gemacht habe, weil ich später Biologie studieren wollte, und dann aber doch etwas ganz anderes mache. Das sollte ich auch so schreiben – auch warum ich mich anders entschieden habe. Es kann ja durchaus sein, dass ich in meinem Beruf vollkommen unglücklich bin und einen Freiwilligendienst mache, weil ich mich neu orientieren möchte. Und dann währenddessen zu der Überzeugung gelange, in einer ganz anderen Branche als vorher zu arbeiten. Auch da gilt wieder: Nachvollziehbar aufschreiben, warum ich dies mache.

**Was tue ich, wenn ich merke, dass der Arbeitgeber meinen Freiwilligendienst nicht zu schätzen weiß?**

**Karin Wilcke:** Nun gut, das weiß ich bei der Bewerbung ja noch nicht. Ist mir mein Freiwilligendienst wichtig, formuliere ich das entsprechend. Wenn sich beim Bewerbungsgespräch herausstellt, dass mein möglicher Arbeitgeber Freiwilligendienste eher geringschätzt, kann ich immer noch überlegen, ob ich bei diesem Unternehmen arbeiten möchte.