

S. 24

Motivation für Unmotivierte

Tipps vom Motivationscoach, Brainfood-Rezepte und positive Bestärkung für den Semesterstart.

S. 8

Alles eine Frage des Blickwinkels

Wie dir Beratung neue Perspektiven aufzeigt.

S. 26

Lass dir helfen!

Warum Nachhilfe im Studium gut für deine Noten und Nerven sein kann.





What is The New Equation?

Wir haben gelernt: Ein plus eins ist zwei!
Aber kombiniert man Menschen und Technologien auf besondere Weise, kann etwas viel Größeres daraus werden.

Unsere Formel ist einfach: Wir liefern mutige Ideen, Lösungen von Menschen für Menschen – unterstützt durch wegweisende Technologien. **The New Equation.**

Bewirb dich jetzt auf www.wachsenmit.pwc.at



Entdecke deine berufliche Zukunft

„Würdest du mir bitte sagen, wie ich von hier aus weitergehen soll?“, fragt Alice im Wunderland.

„Das hängt zum großen Teil davon ab, wohin du möchtest“, antwortet die Katze.

„Es kommt darauf an!“ – unsere Antwort auf eure Frage nach der idealen Karriereplanung in unseren Beratungen stößt zunächst verständlicherweise auf Unzufriedenheit!

Doch stell dir einmal in deinem Freundeskreis folgende Fragen: Was bedeutet beruflicher Erfolg für dich? Was macht eine erfolgreiche Karriere aus?

Du wirst wahrscheinlich feststellen, dass ihr sehr unterschiedliche Antworten darauf habt.

Das bedeutet, dass es DIE eine Karriere oder DEN einen Traumjob nicht für alle in der gleichen Form gibt. Eine gute Job- und Karriereplanung basiert nicht alleine auf deinen fachlichen Interessen, sondern ist darüber hinaus eng mit deiner individuellen Persönlichkeit verknüpft.

Wir vom Career Center der TU Wien möchten dich daher für eine frühzeitige studienbegleitende Karriereorientierung sensibilisieren und dich ermutigen, dich auf deine eigene, persönliche Entdeckungsreise zu einem erfüllenden und sinnstiftenden Berufsweg zu begeben.

Als Karriereexpert*innen mit langjähriger Erfahrung im HR-Bereich begleiten wir dich dabei vom Beginn deines Studiums bis zum erfolgreichen Eintritt in das Berufsleben.

Es ist uns ein Anliegen, dich während dieser Zeit in deiner individuellen Persönlichkeitsentwicklung zu bestärken und Raum für Selbstreflexion zu schaffen. Wir motivieren dich, dein individuelles Potenzial zu erkennen, deine Karriereziele eigenverantwortlich zu entwickeln und selbstbewusst zu verfolgen.

Wir zeigen dir Möglichkeiten auf und bereiten dich mit unserer Expertise bestmöglich auf den Arbeitsmarkt vor.

Auf dem Weg dorthin bieten wir dir als unabhängige Schnittstelle zwischen Arbeitsmarkt und Universität viele Möglichkeiten, wie unsere individuellen Beratungs- und Coaching-Angebote, unsere Trainings und unsere vielfältigen Karriereformate und -veranstaltungen. Mehr zu unseren Angeboten findest du in unserer Coverstory ab Seite 8 und im Eventkalender ab Seite 46.

In der aktuellen Ausgabe beleuchten wir das Thema Karriereorientierung aus verschiedenen Perspektiven. So stellen wir dir konkrete Karrierewege ehemaliger Studierender vor – vom erfolgreichen Berufseinstieg in der Industrie bis zur wissenschaftlichen Karriere oder auch dem Wechsel von Wissenschaft zu Industrie. Deine ehemaligen Kommiliton*innen teilen im Magazin ihre individuellen Erfahrungen und Überlegungen, die sie dabei im Zuge ihrer Karriereplanung gemacht haben. Darüber hinaus stellen wir verschiedene Anlaufstellen an der TU Wien vor, wie z. B. die Psychosoziale Studierendenberatung auf Seite 32. Und last but not least haben wir auch wieder Unternehmensvertreter*innen gebeten, ihren Standpunkt aus der Praxisperspektive zu Fragen rund um die Karriereplanung mit dir zu teilen.

Wir wünschen dir bei der Lektüre viel Inspiration und neue Eindrücke für deine Karriereplanung und freuen uns darauf, dich kennenzulernen, um gemeinsam mit dir deine berufliche Zukunft zu entdecken!

Eure Karriere-Coaches



Mag. Julia Stift



Lisa Bockberger, BA



Foto: © Raimund Appel

Es liegt in der Natur wissenschaftlicher Arbeit, Disruption aufzugreifen, Rückschläge einzustecken, Orientierung zu bieten und Lösungswege aufzuzeigen. Das ändert aber nichts an der Tatsache, dass die Pandemie unsere Sicht auf das Lehren und Lernen ebenso wie auf das Arbeiten verändert hat. Als Studierende der TU Wien werden Sie dazu ausgebildet, Lösungen zu entwickeln, mit herausfordernden Situationen umzugehen und Lösungspotenziale zu erkennen und weiterzuentwickeln. Sie haben in den vergangenen Semestern bewiesen, dass Sie den

Studienalltag unter schwierigen Rahmenbedingungen meistern und damit indirekt auch, dass wir unser Ausbildungsziel erreicht haben. Auch deshalb können wir an der TU Wien gemeinsam optimistisch nach vorne schauen. Auch wenn uns die zukünftigen Rahmenbedingungen noch nicht bekannt sind, es steht fest, dass an der TUV alles getan wird, um Ihnen ein planvolles und qualitatives Studium und einen ebensolchen Abschluss zu ermöglichen. Unsere Absolvent*innen – Sie – sind nämlich wichtige Botschafter*innen in Unternehmen oder privaten und öffentlichen Institutionen, indem sie dort ihre Kompetenzen einbringen und auf dem Arbeitsmarkt bestehen. Als TUV-Studierende und -Absolvent*innen gehören Sie der TUV Community an, die – speziell in Krisenzeiten – Vorbildwirkung hat. Nehmen Sie also Angebote, die Sie beim Studium unterstützen, in Anspruch. Dann werden Sie gut und verantwortungsbewusst in eine Zukunft mit Technik gehen, für die ich viel Erfolg wünsche!

**O.Univ.-Prof. Dipl.-Ing. Dr.techn. Dr.-Ing. h.c.
Sabine Seidler
Rektorin**

**Impressum, Offenlegung
(§ 14 UGB, §§ 24, 25 MedienG)**
mein.job – Das Berufs- und Karrieremagazin
für Studierende der TU Wien,
Frühjahrsausgabe 2021

Herausgeberin, Medieninhaberin, Verlegerin:
TU Career Center GmbH
Geschäftsführerin: Mag.ª Michaela Unger
Beteiligungsverhältnisse:
TU Wien Holding GmbH (100%)
FN 296928i, Handelsgericht Wien
Wiedner Hauptstraße 15/ Stiege 2 /
DG 5. Stock / Top 5, 1040 Wien
tucareer.com

in Koproduktion mit

Marble House GmbH
Unternehmensgegenstand: Projekt-, Marken-
und Medienentwicklung sowie Verlagswesen
Geschäftsführerin: Mag.ª Sabrina Klatzer
Gründer und Gesellschafter:
MMag. Romed Neurohr (100%)
FN 3484885, Handelsgericht Wien
Rathausstraße 5/4, 1010 Wien
marblehouse.at

Chefredaktion:
Mag.ª Miriam Kummer

Projektleitung
Mag.ª Natascha-Simone Paul

Redaktion: Dipl.-BW (FH) Susanne Leeb;
Mag.ª Julia Stift; Lisa Bockberger, BA;
Annabell Lutz, BA; Leslie Keferstein, MA;
Nadja Riahi, MA; Johanna Heiss, BA; Daniel Neumann;

Cover & Layout:
Christin König, MA, Marble House GmbH

Anzeigenleitung:
Mag.ª Michaela Unger, michaela.unger@tucareer.com
Mag.ª Sabrina Klatzer, sabrina.klatzer@marblehouse.at

Fotocredits, sofern nicht extra angegeben:
Shutterstock / Pexels / Unsplash

Blattlinie:
mein.job ist das Berufs- und Karrieremagazin der TU
Wien und richtet sich mit einem inhaltlichen Fokus auf
die Themen Karriere, Jobeinstieg und aktuelle Trends
am Arbeitsmarkt an Studierende der TU Wien aller
Fachrichtungen.

Druck: Walstead NP Druck GmbH, St. Pölten

Erscheinungsweise: halbjährlich

Disclaimer: Die Inhalte wurden mit größtmöglicher Sorg-
falt und nach bestem Gewissen erstellt. Dennoch über-
nehmen wir keine Gewähr für Aktualität, Vollständigkeit
und Richtigkeit der bereitgestellten Seiten und Inhalte.
Eine Haftung der Herausgeberin, Medieninhaberin, Ver-
legerin und der Autor*innen ist somit ausgeschlossen.

Gender: Ganz im Sinne der Diversity haben wir uns in
unserem Magazin für die Darstellung verschiedener gen-
derneutraler und -gerechter Formulierungen entschieden.



gedruckt nach der Richtlinie „Druckerzeugnisse“
des Österreichischen Umweltzeichens, NP DRUCK, UW-Nr. 808



Leben

- 24 **Motivation für Unmotivierte** – Tipps vom Motivationscoach, Brainfood-Rezepte und ein neuer Blickwinkel.
- 26 **Lass dir helfen!** – Warum Nachhilfe im Studium gut für deine Noten und Nerven sein kann.
- 32 **Was, wenn man mit sich selbst nicht mehr klarkommt?** – Psychotherapeutin Nadja Springer im Interview.
- 34 **Why TU** – TU-Studis Tanja und Erik erzählen von der faszinierenden Welt der Chemie.
- 38 **TecEck** – Drei Gaming-TikTok-Accounts, denen du folgen solltest.



Orientieren Beratung

- 00 **Alles eine Frage des Blickwinkels** – Warum deine Karriere immer Ansichtssache ist und wie dir Beratung neue Perspektiven aufzeigt.
- 10 **Im Auftrag der Forschung** – Zwei Postdocs an der TU Wien erzählen über die Vor- und Nachteile einer akademischen Karriere.



Netzwerken

- 42 **Working and Studying at BOC Group** – Wie Bruna Kapaj über Voice of Diversity ihren Traumjob ergattert hat.
- 44 **Ehrenamt bringt mehr, als nur den Lebenslauf aufzupeppen** – Setze dich für die TU-Studierenden ein und sammle bei der HTU wertvolle Erfahrungen.
- 46 **Wir kümmern uns um deine Karriere!** – Die Events und Services des TU Career Center im Überblick.

Bewerben

- 52 **Karriere-Guide** – Diese elf Unternehmen kannst du beim talente.praktikum und talente.programm persönlich kennenlernen. Hier beantworten die spannenden Arbeitgeber*innen essenzielle Fragen zum Recruiting.
- 63 **Musterbewerbung** – Mit unseren Vorlagen ist Bewerben easy!

ORIENTIEREN

The background of the page is a photograph of a hallway with white walls and a dark floor. Several large, rectangular mirrors are mounted on the walls, reflecting the hallway and people walking through it. The lighting is somewhat dim, creating a moody atmosphere.

S. 8

Alles eine Frage des Blickwinkels

Warum deine Karriere immer Ansichtssache ist und wie dir Beratung neue Perspektiven aufzeigt.

S. 18

Im Auftrag der Forschung

Zwei Postdocs an der TU Wien erzählen über die Vor- und Nachteile einer akademischen Karriere.

THEMENEREIN

Alles eine Frage des Blickwinkels

Wie dir Beratung neue Perspektiven aufzeigt.

Wer sich selbst besser kennenlernen möchte, seine Stärken und Schwächen analysieren, Ziele definieren oder bei Fragen zum Berufseinstieg unsicher ist, bekommt beim TU Career Center kostenlose Beratung speziell für Studierende und Absolvent*innen. Inwiefern die Coaching-Angebote dabei helfen, sich selbst zu verwirklichen, und weshalb es sinnvoll sein kann, sie rechtzeitig in Anspruch zu nehmen, erzählen die TU-Studierenden Linda, Zeynep und Lorenz.



TEXT ANNABELL LUTZ
LESEDAUER 16 MINUTEN

Der Schritt von der Uni in den Job ist groß und häufig mit noch größeren Unsicherheiten verbunden. Worauf soll ich in meinem (Master-)Studium den Fokus legen? Passt eine Firmen- oder eine akademische Karriere besser zu mir? Welcher Job ist der richtige für mich? Und wie kann ich im Vorstellungsgespräch am besten von mir überzeugen? Auf Fragen wie diese stoßen wohl die allermeisten früher oder später im Studium. Doch die konkrete Pläneschmiederei für die Zukunft – ob kurz- oder langfristig – kann oft herausfordernd sein: „Ich hatte das Gefühl, Experte in meinem Studienfach, der Technischen Mathematik, zu sein. Aber ich hatte nicht wirklich eine Ahnung, welche Karriereart die richtige für mich ist“, erzählt etwa Lorenz Fischl, der sich in der Endphase seines Masterstudiums befindet und am TU Career Center mehrere Beratungssessions absolviert hat.

Beratung: Mit HR-Expertise zum Ziel

Vertrauliche Gespräche, bei welchen Studierende die HR-Expertise der Career Coaches in Anspruch nehmen können, sind die Idee der Beratung am TU Career Center. Die auf die Studierenden individuell zugeschnittenen Themen drehen sich beispielsweise um Feedbackgespräche zu Bewerbungsunterlagen, Vorbereitungen auf das Vorstellungsgespräch und die Gehaltsverhandlung sowie um karriere- und branchenspezifische Fragestellungen. So auch bei Lorenz: „Zusammen mit Julia Stift bin ich bereits meinen Lebenslauf sowie ein Bewerbungsschreiben für meine Wunschstelle bei MedAustron – einem Forschungs- und Behandlungszentrum für Krebskrankheiten – durchgegangen. Außerdem habe ich mich dazu beraten lassen, wie ich meine Anliegen im Bewerbungsgespräch am besten anspreche. Die Bewerbung war auch meine erste und es war mir wichtig, den besten Eindruck von mir zu hinterlassen.“

Als Lorenz schließlich zum Vorstellungsgespräch eingeladen wurde, wollte er noch eine essenzielle Frage für sich selbst klären: „Mein wichtigstes Anliegen an das Career Center war es, herauszufinden, ob ich eher der Typ für eine Spezialistenkarriere oder auch gut für eine vertikale Karriere geeignet bin. Denn ich fand es wichtig, dem Unternehmen gegenüber frühzeitig zu kommunizieren, wo ich hinmöchte.“



Lorenz Fischl (24) steht kurz vor dem Abschluss seines Masters der Technischen Mathematik an der TU Wien und hat, dank guter Vorbereitung, mit seiner ersten Bewerbung den Wunschjob bekommen

Die eigenen Potenziale erkennen

„Ich hatte zwar das Gefühl, dass ich durchaus bereit dazu wäre, in einem Unternehmen auch mehr Verantwortung zu übernehmen. Ich war mir allerdings nicht sicher, ob die mit einer Führungsposition verbundenen Aufgaben auch zu mir passen würden“, sagt Lorenz, der im Rahmen seiner Karriereberatung beim Career Center auch eine Potenzialanalyse in Anspruch nahm. Die aus verschiedenen Fragekatalogen bestehende Analyse kann bequem von zu Hause aus erledigt werden und dient dazu, individuelle Stärken sowie Entwicklungsfelder zu identifizieren. Die Ergebnisse können sowohl dabei helfen, im Studium Fokusbereiche zu setzen, als auch dabei, die passende Berufsart und -laufbahn zu finden.

Im Feedbackgespräch mit Karriereberaterin Julia Stift konnte auch Lorenz die Potenzialanalyse erfolgreich auf die eigene Karriereplanung anwenden: „Nach dem Test hat mir Julia erklärt, welche Voraussetzungen ich für gewisse Karrierearten erfülle und woran ich noch arbeiten kann, wenn ich diese oder jene Karriere anstreben will.“ Obwohl die Beratung im Anschluss an den Test optional ist, empfehlen die Karriereexpertinnen sie in jedem Fall – denn das Gespräch schafft einen vertraulichen Raum für Selbstreflexion und zeigt individuelle Möglichkeiten auf.

„Man kann sich selbst fragen, zu welchen Veränderungen man bereit ist und zu welchen nicht. Im Gespräch mit Julia kam ich zum Schluss, dass ich auf jeden Fall einen Mittelweg anstreben sollte. Ich habe gesehen, dass ich sowohl ein Potenzial für Führungstätigkeiten mitbringe – auch indem ich meine bisherigen Engagements wie etwa als Tutor noch einmal reflektieren konnte –, aber auch erkannt, dass ich zu sehr daran interessiert bin, mich zu spezialisieren, als dass ich diesen Weg vernachlässigen sollte“, erzählt Lorenz. Seinen Traumjob hat der TU-Student mittlerweile in der Tasche: „Dank der Beratung habe ich es im Bewerbungsgespräch auch geschafft, meine angestrebten Ziele zu kommunizieren. Ich habe beispielsweise erklärt, dass ich es interessant fände, einen PhD zu machen. Dann wurde darüber gesprochen, inwiefern das im Unternehmen möglich sei und wann ein guter Zeitpunkt dafür wäre.“



Linda Arab (22) studiert Medieninformatik und Visual Computing im Bachelor. Die ambitionierte Studentin hat gelernt, dass in manchen Bereichen des Studiums auch 80 Prozent Einsatz ausreichend sind.

Coaching: Sich selbst als Expert*in helfen

Manche Problemstellungen erfordern weniger HR-Expertise als vielmehr die richtigen Impulse. Diese zu geben, steht im Zentrum von Coachings, die seit einigen Jahren einen regelrechten Boom auf dem Markt erleben. Zwar stellen Führungskräfte – vor allem im mittleren als auch im Top-Management –, Teams und Privatpersonen (oft im Hinblick auf die berufliche Orientierung) noch immer die wichtigsten Zielgruppen im Coaching-Bereich dar, so die Rauen Coaching-Marktanalyse 2020. Das soll allerdings nicht heißen, dass Coachings vor dem eigentlichen Eintritt ins Berufsleben weniger sinnvoll sind. Im Gegenteil: Schon

während des Studiums können die Coaching-Gespräche beispielsweise zu mehr Fokus, Motivation und Konzentration beitragen und dabei helfen, Stress entgegenzuwirken.

Was das Coaching von einer Beratung unterscheidet? „Beim Coaching bekommen die Studierenden keine Lösungsvorschläge für ihr persönlich definiertes Thema serviert, sondern sind selbst die Expert*innen und verfügen über alle Ressourcen, die sie benötigen. Die Rolle der Coaches ist es, die Studierenden zu aktivieren und bei ihrer Lösungsfindung zu unterstützen“, so Lisa Bockberger, Karriereexpertin des TU Career Center.

Ich bin am Ende meines Bachelorstudiums „Medieninformatik und Visual Computing“ und habe mir das Ziel gesteckt, mein Studium mit einem Bachelor with Honors abzuschließen“, erzählt Linda Arab, die über das VERBUND-Frauenstipendium auf das Coaching-Angebot des TU Career Center aufmerksam geworden ist. „Im Vorfeld des Coachings habe ich von Julia Infos dazu bekommen, was ich mir von den Einheiten erwarten konnte – und zum Beispiel auch dazu, wie sich das Coaching von einer Therapie oder Beratung abgrenzt. Noch vor Beginn des eigentlichen Coachings musste ich mir selbst ein Thema aussuchen, das ich angehen wollte“, erklärt die Studentin.

Durch gezielte Fragen zur Lösung

Letztendlich hat Linda das Problemfeld Perfektionismus ausgewählt: „Der Perfektionismus war für mich ein Problem, das sich durch viele Lebensbereiche zog und dann oft für Stress sorgte. Mein Ziel für das Gespräch mit Julia war es, herauszufinden, wie ich meinen Perfektionismus verringern kann, ohne von meinem Studienziel abzuweichen“, sagt die Studentin. Die Unterstützung durch Karriereexpertin Julia Stift bestand in Lindas Fall darin, gezielte Fragen zu stellen. Mit Prioritätensetzungen, die ich selbst im Alltag anwenden kann, konnten wir unter anderem zu einer Lösung finden“, erzählt Linda.



Coachings und Beratungen sind kein Ersatz für eine Therapie

Über die Hälfte der deutschen Studierenden (59 %) klagt laut einer Forsa-Umfrage im Auftrag der KKH Kaufmännische Krankenkasse über Motivations- und Konzentrationsprobleme. Je rund 40 % haben Probleme bei der Einschätzung des Lernstoffs, stellen eine erhöhte Arbeitslast fest und sind unsicher über den weiteren Studienverlauf. „Rund ein Viertel der Hochschul- und Lehrlinge berichtet außerdem von körperlichen Beschwerden wie Kopfschmerzen, Bauchschmerzen und Verspannungen sowie von Ein- oder Durchschlafproblemen“, so die KKH.

Nadja Springer, die Leiterin der psychosozialen Studierendenberatung der TU, weist darauf hin, dass Coachings und Beratungen kein Ersatz für eine Therapie sind: „Probleme mit studienrelevanten Inhalten, also z. B. Struktur, Zeit- oder Stressmanagement, sind klassische Coaching-Themen. Wenn ich aber körperliche und psychische Reaktionen feststelle, wie Abgeschlagenheit, Motivationsverlust, Magenschmerzen, Rückenschmerzen, Schlafstörungen oder Gefühle von Angst, wenn ich also mit mir selbst nicht mehr klarkomme, dann braucht es eine tiefere psychologische Beratung.“

Studierende, die sich psychisch allgemein nicht wohl und mit der aktuellen Situation überfordert fühlen, haben die Möglichkeit, sich an die Psychosoziale Studierendenberatung der TU Wien zu wenden. Mehr dazu im großen Interview mit Nadja Springer auf S. 30.



Julia Stift hat an der Universität Wien Psychologie studiert und sich im Bereich Personalberatung und -entwicklung spezialisiert. Seit 2021 berät und coacht sie TU-Studierende im Hinblick auf verschiedene Karrierethemen.

Wer im Coaching verschiedene Themen erörtern möchte, muss sich übrigens nicht auf eine Fragestellung begrenzen: Im Regelfall werden ein bis fünf Einheiten in Anspruch genommen. So können die verschiedenen Problemfelder nacheinander aufgegriffen werden. Weitere Themen oder Problemfelder können beispielsweise darin bestehen, Karriereentscheidungen zu treffen, mehr Motivation zu erlangen, sich durch die Doppelbelastung von Studium und Arbeit überfordert zu fühlen oder sich darauf vorzubereiten, eine erste Führungsrolle zu übernehmen. Doch egal welches Problemfeld besprochen werden soll, den Schlüssel für den Erfolg sehen die Karriereexpertinnen in jedem Fall in der Motivation und Bereitschaft der Studierenden, sich auf den Coaching-Prozess einzulassen. „Im Prinzip lag die Antwort in mir selbst – und am Ende war ich wirklich erstaunt, wie einfach es war, auf konkrete und alltagstaugliche Lösungen zu kommen“, sagt auch Linda.

Kompakt-Trainings für den Bewerbungsprozess

Studierende, die im Bewerbungsprozess allgemein Unterstützung suchen, können sich auch für die Kompakt-Trainings in deutscher oder englischer Sprache anmelden, die das TU Career Center regelmäßig in Kleingruppen abhält. Diese werden für die Bereiche „Treffsicher mit CV und Motivationsschreiben“, „Überzeugen im Vorstellungsgespräch“ und „Tipps zum Thema Gehalt“ angeboten. Die Formate zielen vor allem darauf ab, Fragestellungen rund um die Bewerbung zu beantworten, Einblicke in den Human-Resources-Bereich zu gewähren, konstruktives Feedback zu geben sowie den Austausch unter den Studierenden zu fördern.



Zeynep Gökdeniz (40) absolviert ihren PhD am Institut für Chemische Technologien und Analytik der TU Wien und hat sich sehr gut auf anstehende Bewerbungsgespräche vorbereitet.

Zeynep Gökdeniz, die im Laufe ihres Doktoratsstudiums zwei der Trainings absolviert hat, erzählt: „Im Moment befinde ich mich in der Endphase meiner Dissertation und habe bereits zwei konkrete Jobs im Blick. Da ich mich bald bewerben will, habe ich vorsorglich meinen Lebenslauf checken lassen und ein Bewerbungsgesprächstraining absolviert.“

Durch Fremdrelexion zur Selbstreflexion

Als positiv empfand Zeynep unter anderem die familiäre Gruppengröße: „Die Trainings fanden in einer sehr angenehmen Atmosphäre in Kleingruppen von drei bis fünf Personen statt. Unter Moderation der Expertinnen des Career Center konnten wir uns dann im Vorstellungsgespräch üben. Als Studierende nahmen wir sowohl die Rolle der Bewerber*innen ein, als auch die der Fragestellenden, sodass wir uns gegenseitig Feedback geben konnten. Eine sehr wertvolle Übung, bei der man viel über sich selbst lernt.“

Zur Vorbereitung auf den interaktiven Austausch bekommen die Teilnehmer*innen bereits im Voraus Infomaterial – etwa zu häufig gestellten Fragen von Personaler*innen. „Die Fragen waren wirklich realitätsnah. Einer der Teilnehmer

kam etwa gerade von einem Vorstellungsgespräch und erzählte, dass ihm genau dieselben Fragen gestellt wurden“, sagt Zeynep. Neben den Infos und dem Austausch mit anderen Studierenden fand die Doktorandin aber auch das Feedback der Career Coaches hilfreich: „Die Expertinnen haben stets mit konstruktivem Feedback geholfen. Sie hatten beispielsweise immer Tipps dazu, wie man bisher Geleistetes in einem guten Licht darstellen kann. Ich habe dadurch auch gelernt, aus negativen Erfahrungen Positives zu schöpfen: Etwa zu reflektieren, dass man Lösungen gefunden hat – auch wenn es mal gehakt hat.“

Auch bei der Session zum Thema Lebenslauf, bei der die Teilnehmenden die Möglichkeit haben, ihren Lebenslauf in der Gruppe zu teilen und zu diskutieren, nahm Zeynep einiges mit: „Man sah die Stärken und verbesserungswürdigen Punkte in den CVs der anderen Teilnehmer*innen und konnte so auch sich selbst und den eigenen Lebenslauf in einem anderen Licht sehen“, so die Doktorandin. „Nach dem Training habe ich noch einmal einiges geändert (lächelt). Zum Beispiel habe ich die Seitenanzahl stark gekürzt und meine Publikationsliste in den Anhang verlegt“, erinnert sich Zeynep.



Lisa Bockberger hat an der FH Wien Personalmanagement studiert und bringt Konzern- erfahrung als HR Business Partnerin mit. Zudem ist sie ausgebildete Trainerin und unterstützt ab Mai 2022 Studierende der TU Wien bei Fragen rund um das Thema Karriere.

>>

Hinauf auf der Karriereleiter



Herwig Koppauer über seinen eindrucksvollen Start ins Berufsleben



Herr Koppauer, Sie leiten bei ENGEL den Bereich Antriebstechnik. Mit welchen Themen beschäftigen Sie sich?

ENGEL produziert Spritzgießmaschinen zur Kunststoffverarbeitung. Angetrieben werden diese hydraulisch oder elektrisch. Kurz gesagt arbeite ich gemeinsam mit meinem Team daran, die Antriebssysteme weiter zu verbessern, um sie robuster, kompakter und energieeffizienter zu machen. Vor allem die Themen CO₂-Neutralität und Klimaschutz sind aktuell in aller Munde. Durch Reduktion des Energiebedarfs unserer Anlagen können wir einen erheblichen Beitrag zu einem niedrigeren CO₂-Footprint in der Spritzgießindustrie leisten.

Sie sind seit 2018 bei ENGEL beschäftigt. Wie war Ihr Einstieg?

Das erste Kennenlernen war untypisch: Mein Gesprächspartner war zufällig in Wien und so fand das Bewerbungsgespräch einfach in einem Wiener Kaffeehaus statt. Begonnen habe ich im Bereich Data Analytics mit Fokus auf Prozesstechnologien, wo ich später die Teamleitung übernahm. Das war für mich ein völlig neues Thema, das mich einfach reizte. ENGEL sah früh die große Bedeutung von Data Analytics und gab mir die Möglichkeit, diesen neuen Fachbereich aufzubauen. Seit April 2021 leite ich nun die Antriebstechnik.

Was macht einen Maschinenbauer interessant als Arbeitgeber?

Spritzgießmaschinen sind bei genauerer Betrachtung hochkomplex. Für deren Entwicklung und Produktion benötigt man mechatronisches Fachwissen. Neben dem mechanischen Know-how braucht es Softwaretechnik, Prozesswissen, Automatisierung, Werkstofftechnik und vieles mehr. ENGEL deckt die einzelnen Fachbereiche auf hohem Niveau ab und investiert erheblich in die Produktentwicklung. Der hohe Stellenwert der Innovation spiegelt sich im jährlichen Ranking des österreichischen Patentamts durch die regelmäßigen Top-Platzierungen von ENGEL wider. Um die Komplexität zu beherrschen, nutzen wir moderne

Herwig Koppauer
Leiter Entwicklung Antriebstechnik bei ENGEL

Foto: © ENGEL

Entwicklungsmethoden, wie unterschiedliche Simulationswerkzeuge (FEM, Multi-Körper, CFD etc.) und Erkenntnisse aus neu etablierten Data-Analytics-Methoden. Ich schätze an meinem Job vor allem die Interdisziplinarität. Insbesondere die Zusammenarbeit mit den österreichischen und globalen Standorten bringt interessante Fragestellungen. Spannend ist außerdem die Entwicklung neuer Produkte und die anschließende direkte Umsetzung mit unseren Produktionswerken.

Sie haben in Linz studiert und Ihr Doktorat an der TU Wien abgeschlossen. Wie profitieren Sie von Ihrer Ausbildung?

Durch die Abschlüsse in Mechatronik und Recht & Wirtschaft an der JKU in Linz hatte ich mir bereits ein sehr breites Wissen angeeignet. Dieses konnte ich während meines Doktorats der Elektrotechnik am Institut für Automatisierungs- und Regelungstechnik bei Prof. Kugi vertiefen. In diesem habe ich mich intensiv mit der Simulation von mechatronischen Systemen beschäftigt, was heute die Basis meines Jobs bildet.

Mehr Infos zu **ENGEL** unter:
engelglobal.com/karriere

Entgeltliche Anzeige

Alle Infos zu den Angeboten des
TU Career Center findest du unter
tucareer.com.

Tool zur Selbstanalyse

Im Mai erscheint der brandneue career.guide des TU Career Center – ein interaktiver Guide, der dich auf deinem Karriereweg begleitet. Hier findest du eine Reihe spannender Selbstanalyse-Tools, um deine Charakterstärken, Kompetenzen (fachlich, methodisch, sozial und persönlich), Interessen und Wertvorstellungen kennenzulernen.

Wer Lust auf ein erstes Praxisbeispiel aus dem career.guide hat, kann hier nun seine Charaktereigenschaften analysieren.

Wer bei der Selbstanalyse Unterstützung braucht, kann diese Fragen im Rahmen eines Coachings mit einer Beraterin des TU Career Center erarbeiten.



Als individuelle Persönlichkeiten unterscheiden wir uns in unseren persönlichen Eigenschaften.

Man geht davon aus, dass ein gewisser Anteil (ca. 50 %) vererbt wird. Darüber hinaus prägen uns unser Umfeld und die Erfahrungen, die wir bis ins Erwachsenenalter erleben. Auch wenn sich unsere Persönlichkeit teilweise noch bis ins höhere Lebensalter leicht verändern kann, so ist der „Kern“ doch recht stabil.

Wenn wir also wissen, welche Eigenschaften uns besonders auszeichnen, gibt uns das erste wichtige Anhaltspunkte, in welchen Berufspositionen, Branchen und Unternehmenskulturen wir uns wohlfühlen und erfolgreich sein können.

Deine Charaktereigenschaften

Sieh dir in einem ersten Schritt an: Was macht dich speziell aus? Mit der Liste „Charaktereigenschaften“ startest du deine persönliche Entdeckungsreise:

Lies dir die Eigenschaften durch und bewerte sie entsprechend der Skala 1–4.

- 1 = trifft kaum auf mich zu**
- 2 = trifft eher auf mich zu**
- 3 = trifft gut auf mich zu**
- 4 = trifft mich sehr gut**

Es ist nicht nötig, dass du alle Eigenschaften bewertest. Wichtig sind v. a. jene, die dich sehr gut bzw. überhaupt nicht beschreiben. Das werden in etwa fünf sein.

wie sehe ich mich?	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
wie sehen mich meine Freunde?	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
wie sieht mich meine Familie?	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4

	ICH				FREUNDE				FAMILIE			
anpassungsfähig	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
aufopfernd	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
ausdauernd	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
begeisterungsfähig	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
belastbar	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
bescheiden	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
diplomatisch	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
diszipliniert	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
durchsetzungsstark	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
ehrgeizig	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
ehrlich	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
eigeninitiativ	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
emotional	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
empathisch	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
engagiert	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
ergebnisorientiert	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
fleißig	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
flexibel	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4

Wie Coaching und Beratung den Berufseinstieg erleichtern

Auch in der Consultingbranche haben sich interne Coachings und Beratungen etabliert, um junge Mitarbeiter*innen ins Unternehmen zu integrieren. Zwei ehemalige Studierende erzählen, inwiefern die Programme ihren Berufseinstieg erleichtert und geprägt haben.

Die Onboarding-Zeit bei PwC: Mit Trainings und Networking ins Berufsleben

Auch das Wirtschaftsprüfungs- und Beratungsunternehmen PwC setzt auf ein fixes Onboarding-Programm für neue Mitarbeiter*innen, um diese auf ihre Aufgaben vorzubereiten und Networking zu fördern. Laurenz Schwelle, der unter anderem IBWL in Wien studiert hat und seit 2015 als Wirtschaftsprüfer für PwC tätig ist, erzählt: „Im Rahmen der Onboarding-Zeit bei PwC gibt es viele Hilfestellungen für New Joiner. Alle, die neu bei uns starten, müssen in den ersten Wochen eine Reihe an Trainings und Schulungen durchlaufen. Zudem hat jede*r Mitarbeiter*in vom ersten Tag an einen eigenen Career Coach, der*die als Anlaufstelle für Fragestellungen dient und gleichzeitig eine Mentor*innenrolle übernimmt.“ Auch im



Laurenz Schwelle (30) hat Internationale Betriebswirtschaft und Strategic Management im In- und Ausland studiert und ist seit 2015 als Wirtschaftsprüfer bei PwC tätig.

PwC Österreich ist mit rund 1200 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern an fünf Standorten eines der größten Prüfungs- und Beratungsunternehmen des Landes. Global bieten sie als internationales Netzwerk in 157 Ländern Beratungsleistungen in den Bereichen Steuer- und Rechtsberatung, Wirtschaftsprüfung und Unternehmensberatung. Mehr Infos zu deiner Karriere bei PwC auf wachsenmit.pwc.at.

Laufe der Karriere bei PwC gehören Weiterbildungen und Soft-Skill-Trainings, wie etwa Zeitmanagement-schulungen, zum Alltag. Über die regulären Weiterbildungsmöglichkeiten hinaus habe Schwelle über PwC auch die Möglichkeit bekommen, ein externes Coaching in Anspruch zu nehmen: „Die Möglichkeit, Problemstellungen mit einer Person zu besprechen, die nicht in der gleichen Organisation verankert ist und andere Lösungswege sieht, hilft bei der persönlichen Weiterentwicklung sehr“, sagt der 30-Jährige.

	ICH				FREUNDE				FAMILIE			
fokussiert	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
freundlich	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Führungsanspruch	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
geduldig	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
gewissenhaft	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
großzügig	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
hilfsbereit	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
humorvoll	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
idealistisch	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
innovativ	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
interessiert	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
kämpferisch	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
kommunikativ	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
konfliktfähig	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
konkurrenzbetont	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
konsequent	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
kontaktfreudig	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
kooperativ	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4

	ICH				FREUNDE				FAMILIE			
kreativ	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
kritikfähig	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
leistungsorientiert	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
locker	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
logisch	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
lösungsorientiert	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
loyal	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
mutig	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
nachdenklich	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
neugierig	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
offen	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
organisiert	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
pflichtbewusst	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
planerisches Handeln	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
pragmatisch	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4



Christian Salvinetti (31) hat Wirtschaftsingenieurwesen mit Schwerpunkt Maschinenbau an der TU Wien studiert und ist seit 2015 bei EFS Consulting tätig.

EFS Consulting ist eine der größten unabhängigen Unternehmensberatungen Österreichs. Mit Hauptsitz in Wien und einem Office in China führen sie Projekte in Europa, Asien und Amerika durch. Sie beraten Kunden entlang der gesamten Wertschöpfungskette und entwickeln gemeinsam Ideen, Konzepte, Produkte und Services für die Zukunft. Mehr Infos zu deiner Karriere bei EFS Consulting unter efs.consulting.

EFS Consulting: Ständiges Lernen und Teamgeist-Building

Persönliche Mentor*innen, ein mehrtägiges Kennenlerncamp und zahlreiche Schulungsmöglichkeiten: Mit diesen Angeboten will das Beratungsunternehmen EFS Consulting nach außen beworbene Ideale auch unternehmensintern leben. Sich gegenseitig zu unterstützen und voneinander zu lernen werde bei

EFS im Arbeitsalltag großgeschrieben, so Christian Salvinetti: „Als ich meine Karriere bei EFS Consulting als Diplomand begonnen habe, wurde ich bereits bei der Erstellung meiner Masterarbeit von zwei Partnern betreut, die mich regelmäßig gefordert, aber auch unterstützt haben.“ Salvinetti, der an der TU Wien das Studium Wirtschaftsingenieurwesen – Maschinenbau absolviert hat und seit 2015 für EFS Consulting tätig ist, hat das Unternehmen zur Zeit seines Einstiegs noch als relativ kleines erlebt. Doch das Florieren der Branche spiegelte sich rasch auch bei EFS wider: „Mit dem kontinuierlichen Wachstum wurde ein standardisierter Onboarding-Prozess etabliert, bei dem heute alle neuen Kolleg*innen persönliche Mentor*innen zur Seite bekommen. Außerdem bietet EFS auch ein mehrtägiges Bootcamp an, um Mitarbeiter*innen den Einstieg zu erleichtern.“ Auch für langjährige Mitarbeiter*innen würden wöchentlich Weiterbildungen angeboten, so Salvinetti.

ICH FREUNDE FAMILIE

produktiv	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
redegewandt	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
resilient	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
rücksichtsvoll	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
schlagfertig	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
schnelle Auffassungsgabe	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
selbstständig	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
selbstbewusst	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
selbstdiszipliniert	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
sensibel	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
sozial	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
spontan	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
strategisch	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
stresstolerant	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
tatkräftig	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4

ICH FREUNDE FAMILIE

teamorientiert	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
tolerant	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
überzeugend	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
umgänglich	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
unabhängig	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
unternehmerisch	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
urteilsstark	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
verantwortungsvoll	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
vermittelnd	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
vernünftig	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
verständnisvoll	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
warmherzig	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
wissbegierig	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
zielstrebig	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
zuverlässig	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4

Nimm deine Zukunft in die Hand

Sich persönlich weiterzuentwickeln, ist zu jeder Zeit gefragt – im Studium ebenso wie im Beruf, sagt **Michaela Kreitmayer, Leiterin des Hernstein Instituts für Management und Leadership der Wirtschaftskammer Wien. Ihr Tipp: Nimm dir vor, dich regelmäßig mehr mit dir und deiner Entwicklung zu beschäftigen. Es zahlt sich aus.**

mein.job: Wann ist der beste Zeitpunkt, um in die eigene Weiterentwicklung zu investieren?

Michaela Kreitmayer: Persönliche Weiterentwicklung ist immer wichtig. Aber gerade in Krisen und schwierigen Zeiten macht sie sich besonders bezahlt. Zudem gilt: Nur wer sich selbst gut führt, kann früher oder später auch andere Menschen führen. Darum sind Selbstführung und ein gutes Selbstmanagement die unbedingten Voraussetzungen dafür, die eigenen Vorhaben zu erreichen. Schließlich ist es in jeder Lebenssituation wichtig, an sich selbst zu arbeiten, sich bewusst auf Ziele zu fokussieren und dank einer gewissen Resilienz auch mit stressigen Zeiten zurechtzukommen – egal ob während des Studiums oder dann im Beruf.

Was kann ich tun, um mein persönliches Selbstmanagement zu fördern oder zu verbessern?

Ganz wichtig ist, sich die eigenen Stärken und Verhaltensmuster bewusst zu machen. Denn nur wenn ich weiß, wo meine persönlichen Lernfelder und meine blinden Flecken liegen, kann ich auch daran arbeiten. Natürlich ist es gar nicht immer so einfach, diese selbst zu entdecken. Dafür ist eine Potenzialanalyse sehr zu empfehlen, vor allem beim Berufseinstieg. Die persönlichen Potenziale werden ausgelotet und die individuellen Lernfelder identifiziert. Du erhältst folglich einen neuen Blick auf dein eigenes Verhalten und eine Idee, wo du ansetzen kannst.



hernstein
Wir verstehen Leadership
Mehr Infos unter:
hernstein.at



Foto: gstockstudio / adobe.stock.com

Welchen Rat gibst du jungen Berufseinsteigerinnen und Berufseinsteigern?

Geh deinen Weg, nimm dir Zeit zur Reflexion und agiere authentisch. Achte auf deine persönlichen Ressourcen und lern deine Grenzen kennen – dann weißt du, wie weit du gehen kannst. Und last but not least: Führung ist ein unglaublich spannendes Abenteuer. Lass dich darauf ein.

Zur Person

Michaela Kreitmayer ist Leiterin des Hernstein Instituts, wo sie sich seit über 25 Jahren mit der Weiterentwicklung von Führungskräften beschäftigt. Als einer der führenden Leadership-Entwickler im deutschsprachigen Raum unterstützt Hernstein High Potentials, Projektmanagerinnen und -manager sowie angehende und bestehende Führungskräfte dabei, sie in ihrem Führungsalltag weiterzubringen – mit praxisorientierten Lösungen und einem systemischen Blick aufs Ganze.



Michaela Kreitmayer
Leiterin des Hernstein Instituts
Foto: © Philipp Tomsich

Im Auftrag der Forschung

Wie kann eine wissenschaftliche Karriere an der TU Wien aussehen? Zwei Postdocs erzählen über ihren Weg in die Wissenschaft, die Vor- und Nachteile einer akademischen Karriere und warum neue Impulse wichtig sind.

TEXT NADJA RIAHI

Katharina Ehrmann (29) Chemikerin

Katharina Ehrmann kam durch ein Physikturnier in der Schule zur Naturwissenschaft. Nach der Matura begann sie mit dem Chemiestudium in Innsbruck. Fernweh hatte die Chemikerin bereits während ihrer Schulzeit: „Ich war schon immer gespannt aufs Ausland. Ich war ein Semester auf einer High School in den USA und habe im Master ein Semester in Edinburgh studiert. „Nach meinem Master habe ich mich dazu entschlossen, an die TU zu wechseln und mich in die Materialwissenschaften zu vertiefen. Ich habe dann die nächsten drei Jahre mein Doktorat an der TU gemacht“, erzählt Katharina. Wissenschaftliches Arbeiten beschreibt sie als ein Auf und Ab.

„Prinzipiell gleicht in der Wissenschaft kein Tag dem anderen und die verschiedenen Aktivitäten wie Ideen ausarbeiten, Schreiben, Diskutieren machen mir sehr viel Spaß. Aber in der Wissenschaft gibt es nicht nur gute Tage. Es gibt auch Tage, an denen du dich einfach durchbeißen und dich selbst motivieren musst. Es gibt niemanden, der dir täglich Ziele vorgibt, außer dir selbst. Aber so anstrengend es auch manchmal ist, dieses Gefühl, wenn du ein neues Molekül synthetisiert und ein Ergebnis hast, ist toll.“ Nach Abschluss des Doktorats trat Katharina eine Postdoc-Stelle an der TU an. Eine Postdoc-Stelle ist der Einstieg in das wissenschaftliche Leben und die nächste Stufe, die Dissertant*innen anstreben. „In der Wissenschaft ist der Karriereweg klar vorgezeichnet. Gleichzeitig war mir klar, dass, wenn ich diesen wissenschaftlichen Weg einschlage, es auch wichtig ist, einmal die Institution oder das Land zu wechseln. Und das habe ich dann auch gemacht und bin – trotz Corona – für ein Jahr nach Brisbane, Australien, gegangen. Das war natürlich eine große Umstellung, aber auch ein tolles Erlebnis.“

Nach dem Postdoc, der üblicherweise vier Jahre dauert, sollte man sich idealerweise nach einem län-



Foto: privat

gerfristigen Vertrag umschauen. Es gibt abseits der eigenen Universität auch Möglichkeiten, die eigene Forschung zu finanzieren, wie etwa Stipendien oder Förderungen. Denn: Forschung kann teuer sein. „Wenn man wie ich in der Klinik arbeitet, dann kostet jeder Arbeitsplatz viel Geld. Als Leiter*in einer Forschungsgruppe muss man nicht nur sich selbst, sondern auch Mitarbeiter*innen finanzieren“, sagt sie.

Katharina wird nach dem Jahr in Australien wieder an die TU zurückkehren. „Ich konnte tatsächlich schon eine längerfristige Stelle ergattern, die während meiner Zeit in Brisbane ruhend gestellt wurde. Das ist aber eher die Ausnahme. Die Arbeit in der Wissenschaft ist bei vielen mit Unsicherheit verbunden. Darauf muss man sich schon einstellen, wenn man diesen Weg gehen möchte“, erzählt sie.

Auf Katharinas Weg haben sie immer wieder Mentor*innen begleitet: „Ich war schon immer neugierig auf die Werdegänge von anderen. Ich würde auch meine Chef*innen als Mentoren bezeichnen, denn sie haben mich bei meinen Zielen immer unterstützt. Aber Mentor*innen können auch andere, erfahrene Kolleg*innen sein.“

Meine Vorteile

- abwechslungsreich und selbstbestimmt
- viel Austausch mit (jungen) Menschen
- erfüllend
- örtliche Flexibilität

Meine Nachteile:

- viel Eigenmotivation nötig
- örtliche Flexibilität
- möglicherweise mit Ablehnung verbunden

Sebastian Huber (34) Physiker

Mit seinem ersten Studium, einem dualen Studium an einer Hochschule, war Sebastian nicht zufrieden.

„Ich habe gemerkt, dass ich die theoretischen Hintergründe und Zusammenhänge besser verstehen möchte. Mir erschien es wichtig, mehr Zeit zu haben, die Themen deutlich stärker zu vertiefen.“ Sebastian wechselte zur Physik.

„Ich war vom ersten Tag an von der Tiefe und Komplexität der Mathematik gefesselt. Es ist beeindruckend, wie etwas von Menschenhand Erschaffenes so eindeutig und immer korrekt sein kann. Ich fand das Knobeln an den mathematischen Aufgaben immer sehr spannend.“

Nach dem Bachelor in München, das auch ein Auslandssemester in Schweden einschloss, ging es akademisch weiter. In seinem Masterstudium spezialisierte sich Sebastian auf den Bereich der Vielteilchenphysik. „Für die Masterarbeit bin ich nach Innsbruck gegangen, um an einem Thema zur Untersuchung von dynamischen Prozessen in (effektiven) eindimensionalen Systemen im Nichtgleichgewicht zu arbeiten. Während dieser Zeit wurde mein damaliger Betreuer an den Lehrstuhl für Vielteilchenphysik der Technischen Universität Dresden berufen, wo ich dann schließlich meine Masterarbeit abschloss. Nach meinem Masterabschluss habe ich dann noch ungefähr drei weitere Monate bei meinem Betreuer gearbeitet, um inhaltliche Details zu vertiefen, und dabei parallel angefangen, die Arbeit in eine wissenschaftliche Publikation zu gießen.“

Gleichzeitig bewarb sich Sebastian für Promotionsstellen. „Ich bin dann wieder in München gelandet und



Foto: privat

habe in viereinhalb Jahren meinen Doktor gemacht.“ Sebastians Leidenschaft für die Forschung war auf jeden Fall vorhanden. „Aber ich habe in meinem Umfeld auch mitbekommen, dass es ansprechende und interessante Aufgaben in der Privatwirtschaft gibt, die durchaus viel von der Methodik und Herangehensweise aus der Forschung verwenden. Ich habe mir dann selbst die Frist gesetzt, dass ich noch eine Stelle als Postdoktorand antrete und mir in dieser Zeit darüber klar werde, ob ich langfristig in der Wissenschaft bleiben möchte oder ob ich in die Privatwirtschaft gehe.“

Schließlich kam die Zusage von der TU Wien: „Die Stelle hat inhaltlich sehr gut gepasst, da ich Konzepte und Anwendungsmöglichkeiten aus dem Bereich der künstlichen Intelligenz vertiefen und auf mein Fachgebiet übertragen konnte. Ich habe mich daher gefreut, in der Gruppe von Professor Karsten Held u. a. in diesem Themenbereich zu arbeiten.“ In den letzten zwei Jahren merkte Sebastian, dass er seine Fähigkeiten auch gerne um andere Wissensgebiete erweitern möchte: „Ich habe mich daher entschlossen, mich beruflich neu auszurichten und in die Privatwirtschaft zu gehen.“

Das Programm WINA+ für Predocs an der TU Wien:

WINA+ ist ein zweijähriges Förderprogramm für den wissenschaftlichen Nachwuchs auf befristete Stellen. Jedes Jahr gibt es zwei Programmzyklen: im Wintersemester auf Deutsch und im Sommersemester auf Englisch. WINA+ bietet Predoc-Assistent*innen der TU Wien Unterstützung bei ihrer individuellen Kompetenzentwicklung. Auf dem Programm stehen: TU-weite Vernetzung, Zielvereinbarung für das PhD-Projekt und Karriereplanung.

Talente finden, Talente binden

Green Jobs mit Sinn für eine lebenswerte Stadt der Zukunft

Die Wiener Stadtwerke-Gruppe gehört zu den größten Unternehmen Österreichs – ihre starken Marken machen sie zu einer besonders attraktiven Arbeitgeberin. Sie versorgen Wien nicht nur mit Energie, bauen und betreiben das Netz von U-Bahn, Autobus und Straßenbahn, sondern übernehmen auch die strategische und administrative Führung der Wiener Friedhöfe. Die WienIT hält im Hintergrund alles am Laufen.

Mit rund 500 Mitarbeiter*innen gehört der zentrale IT & Business Partner der Wiener Stadtwerke-Gruppe zu den größten Arbeitgebern für IT in Österreich. Hier wird an innovativen Lösungen, modernsten Technologien und reibungslosen Prozessen gearbeitet. Die

me an, um Wien bis 2040 klimaneutral zu machen. So bietet die Wiener Stadtwerke-Gruppe in den nächsten Jahren besonders viele konkrete Angebote für den Wiener Arbeitsmarkt.

Zugleich investiert sie viele Milliarden Euro in den Ausbau erneuerbarer Energien und klimafreundliche Mobilität. „Allein bis 2025 investieren wir Jahr für Jahr über eine Milliarde Euro. Zwei Drittel davon in klimafreundliche Projekte“, so Generaldirektor-Stv. Peter Weinelt über das größte Investitionsprogramm in der Geschichte der Wiener Stadtwerke.

Wer Pionierarbeit für die Klima-Zukunft der Stadt leisten will, wird mit vielen Benefits belohnt: Neben einem vielfältigen Weiterbildungsangebot und einem Betriebsklima, das die persönliche

Entwicklung fördert und fordert, werden Arbeitszeitmodelle in den Unternehmen laufend optimiert und so flexibel gestaltet, dass Beruf und Familie besser vereinbar sind. Auch der Gender-Pay-Gap ist bei den Stadtwerken längst Vergangenheit: Es gibt gleichen Lohn für gleiche Arbeit. Besonders spannend für TU-Absolvent*innen: Das innovative Klima-Traineeprogramm sowie die vielfältigen Karrieremöglichkeiten über alle Konzernbereiche hinweg.

WienIT bringt die Wiener Linien ins Rollen, Wien Energie zum Leuchten und bildet das Network der Wiener Netze. Für smarte Lösungen braucht es smarte Köpfe, und die sind aktuell gefragt denn je:

In den kommenden zehn Jahren verlässt ein Drittel der Wiener Stadtwerke-Belegschaft – rund 5.000 Mitarbeiter*innen – den Konzern Richtung Pension, gleichzeitig steht der große Umbau der Energiesysteme



Gemeinsam machen wir die Klimawende wahr.

20 | ORIENTIEREN

Entgeltliche Anzeige



Mach deinen Arbeitsvertrag zum Klimaabkommen!

Die Wiener Stadtwerke-Gruppe sucht 3.000 KlimapionierInnen

Gestalte mit uns die klimaneutrale Zukunft der Metropolregion Wien! Bewirb dich jetzt auf [wienerstadtwerke.at/karriere](https://www.wienerstadtwerke.at/karriere) #PionierarbeitKlimawende

WIENER LINIEN | WIEN ENERGIE | WIENER NETZE | WIENER LOKALBAHNEN | WIPARK | WIEN IT
BESTATTUNG WIEN | FRIEDHÖFE WIEN | UPSTREAM MOBILITY | FACILITYCOMFORT | GWSG
WIENER STADTWERKE GRUPPE

LEBEN



S. 24

Motivation für Unmotivierte

Tipps vom Motivationscoach, Brainfood-Rezepte und ein neuer Blickwinkel.

S. 26

Lass dir helfen!

Warum Nachhilfe im Studium gut für deine Nerven sein kann.

S. 32

Was, wenn man mit sich selbst nicht mehr klarkommt?

Psychotherapeutin Nadja Springer im Interview.

S. 34

WHY TU?

TU-Studis Tanja und Erik über die faszinierende Welt der Chemie.

S. 38

Tec-Eck

Drei Gaming-TikTok-Accounts, denen du folgen solltest.

Motivation für Unmotivierte

Du bist Weltmeister*in im Prokrastinieren, es fehlt an Antrieb und Motivation? Dann helfen dir diese einfachen Tipps von Motivationscoach Anchu Kögl und Stress- und Zeitmanager Burkhard Heidenberger.



Die 4 Phasen deines Studiums.

Bild: Imgur

1 Nutze den Motivationsquickie
Eine schnelle Übung, um den inneren Schweinehund zu überlisten: Nimm dir vor, die ungeliebte und aufgeschobene Aufgabe nur für fünf Minuten zu machen. Für fünf Minuten kannst du dich sicherlich überwinden! In den meisten Fällen wird dann aus den ersten Minuten eine halbe Stunde oder mehr, denn wenn man erst einmal dabei ist, läuft es von selbst. Überwindung kostet nämlich nur der Anfang.

2 Mach es als Erstes am Tag
Ganz gleich ob Morgenmuffel oder Frühaufsteher*in, erledige wichtige Dinge, die

du nicht gerne tust, gleich nach dem Aufstehen. Jeder Mensch hat nur einen begrenzten Vorrat an Willenskraft pro Tag, morgens ist der Willenskraft-Tank noch voll, erklärt Motivationscoach Anchu Kögl. Ist die unangenehme Aufgabe erledigt, fühlst du dich den restlichen Tag gut.

3 Visualisiere NICHT dein Ziel
Psychologen haben festgestellt, dass wir durch positives Visualisieren fauler werden, weil das Gehirn glaubt, das Ziel schon erreicht zu haben. Stellst du dir also vor, wie du deine gedruckte Masterarbeit in den Händen hältst, bevor du den ersten Satz geschrieben hast, wirst du mit weniger Motivation an dem Projekt arbeiten.

4 Bilde Lerngemeinschaften
Neben dem fachlichen haben Lerngemeinschaften auch psychologische Nutzen: So profitieren alle Mitglieder von Motivationshochs einzelner Personen, zudem verteilt sich der Leistungsdruck auf mehrere Schultern. Sind Lerngemeinschaften coronabedingt schwierig, suche dir zumindest eine/n Lernpartner*in.

fraupaul betrachtet das Leben aus einem anderen Blickwinke(r)l und läßt ein, mitzuschauen.

Schnelles Brainfood

Statt Cola und Schokolade helfen dir bei der Konzentration während der Klausur Wasser, Bananen und Nüsse wesentlich besser. Aber auch zu Hause kannst du deinem Gehirn mit leckeren, einfachen Snacks beim Denken helfen. Hier zwei Rezepte von Leckerschmecker.me.

Statt Schokolade:
Erdnussbutter-Banane-Tortilla:

Bestreiche eine in der Pfanne erhitzte Weizen-Tortilla dünn mit Erdnussbutter, wickle eine Banane darin ein und schneide die Rolle in Scheiben. Noch süßer wird es mit eingewickelten Rosinen oder Dattelstückchen. Ein süßer Snack, der dir beim Lernen hilft.

- + enthält viele Mineralstoffe wie Magnesium
- + versorgt lange mit Energie

Statt Leberkäsemmel:
Avocado-Brot

Zerdrücke eine reife Avocado mit einer Gabel auf einer Scheibe Vollkornbrot, träufle Olivenöl, Zitronensaft, Salz und Pfeffer darüber. Wer will, kann seine gesunde Jause noch mit Knoblauch, Basilikum oder Koriander, Tomatenscheiben oder einem Spiegelei aufpeppen.

- + viele Vitamine
- + ungesättigte Fettsäuren
- + hält lange satt



Make-over

KOLUMNE 01/22: DAS BLICKWINKE(R)L

Kürzlich, während einer Quarantäne, schaute sich meine Tochter „Aladdin“ an. Den Disney-Klassiker aus meiner Kindheit, und zwar erstaunlicherweise am Großbildschirm. Ich war „gezwungen“, mitzuschauen, weil sich das moderne Office teilweise im Home befindet. Es störte mich nicht, im Gegenteil, die Melodien beflügelten sogar mein Tun. Eine halbe Stunde später fand ich mich auch auf der Couch wieder. Das Popcorn war fast verputzt; während ich gebannt an Dschinnis Lippen hing. Es war zu schön, zu magisch zu ... „BOORING“, erklärte meine Tochter trocken. „Die Figuren sehen überhaupt nicht nice aus.“ Ich war schockiert! Wie kann man so über die (mir heiligen) Disney-Figuren sprechen? Schließlich bin ich mit ihnen aufgewachsen, hab sie selbst unzählige Male nachgezeichnet und mich sogar bei Disney beworben. Für mich war diese Aussage meiner Tochter glatter Verrat an der „hohen“ Disney-Kunst! So war es und so wird es immer sein! Ich war gerade drauf und dran,

eine Brandrede für und über Walt zu halten, als mich meine Tochter mit ihrer ruhigen Art „von der Palme“ holte: „Jetzt chill mal! Schau, ich zeig dir einen wirklich coolen Aladdin.“

Nach ein paar Swipes waren wir auf TikTok und mitten im Feed von Lexis Vanhecke. Und da war er, der coole Aladdin: Ein junger Mann mit kurzen, schwarzen Haaren, sechs Piercings, unzähligen Tattoos, einem 0,5-Tagebart und „Schlafzimmerblick“. Ich staunte und lernte: Die junge US-amerikanische Künstlerin hat sich schon Millionen Fans mit Disney-Make-overs „erzeichnet“. Mit ihrer Interpretation verpasst sie „altbekanntes“ Comic Held*innen einen Gen-Z-Touch. Und mehr als das. Neue Frisuren, trendige Modedesigns oder düstere Goth-Versionen vermitteln nicht nur Individuelles, sondern auch mutige Statements. Wow! Anders! Da war es wieder. Ein längst vergessenes Gefühl stieg in mir auf. Ich erinnerte mich an meine Disney-Figuren, die ich mit Wasserfarben an mein Kinderzimmerfenster gemalt hatte. Auch mit neuen Interpretationen, und auch mit eigenen Botschaften. Meine Kreationen bekamen halt nur die Passant*innen in der Ossiacherzeile Villach zu sehen und ich hatte nur eine Followerin (meine Mama), statt Millionen weltweit. Krass, was wäre ich jetzt für ein TikTok-Star, hätte es TikTok schon früher gegeben?

Wenn man die eigenen Erinnerungen mit der Tochter „reviewt“, sieht die Welt plötzlich wieder ganz anders aus. Die Generation Z steckt voller Mut, Neugier und Toleranz – tolle Eigenschaften, die unsereins manchmal verloren gehen oder eben in Vergessenheit geraten. Manchmal schadet es nicht, das Leben auch aus einer anderen Perspektive zu betrachten – gern auch mal mit jüngeren Augen. Es ist eben alles eine Frage des Blickwinke(r)ls und was man selbst daraus macht.

Voll motiviert ließen meine Tochter und ich uns von der TikTokerin inspirieren und verpassten Cinderella mit einer Zeichenapp einen neuen Look. Großes Gelächter! Und da war es wieder. Ein längst vergessenes Gefühl.

fraupaul

Mag. Natascha-Simone Paul
TU Career Center
Projektleitung mein.job
Marketing & Brand Management
natascha.paul@tucareer.com





Lass dir helfen!

Warum Nachhilfe im Studium gut für deine Noten und Nerven sein kann.

TEXT LESLIE KEFERSTEIN
FOTOS LIO LONGLIFE

Nur weil du dein Studium selbst gewählt hast, musst du nicht alles auf Anhieb verstehen. Die Erfahrungen von TU-Maschinenbaustudent Xandi und Nachhilfelehrer Stephan zeigen: Es ist keine Schande, manchmal auf externe Hilfe angewiesen zu sein. Zweifel an der richtigen Studienwahl oder an der eigenen Kompetenz sollte das keinesfalls auslösen.

Wenn der Knopf einfach nicht aufgeht, man in der gestreamten Vorlesung nur Bahnhof versteht oder sich keinen Reim auf die Lernunterlagen machen kann, dann fragt man in Zeiten des Distance Learning nicht eben seinen Sitznachbarn. Doch selbst wenn die Hörsäle wieder öffnen: Manchmal versteht man zu wenig, um fragen zu können. Oder man schämt sich, zugeben

zu müssen, im selbst gewählten Studium nicht mitzukommen. Dabei kennt es eigentlich jede/r, der/die jemals studiert hat: Immer wieder steht man an.

Xandi*, 24, Maschinenbaustudent, stand bei Strömungsmechanik an, zuerst vor dem Hörsaal, um die Prüfung zu schreiben, und dann bei der Prüfung selbst. Er kennt die Panik, bei einer Prüfung durchzufallen, nur zu gut: „Der erste Antritt ist schnell verhauen und der kommissionelle Antritt rückt damit gefühlt näher und näher. Ein Punkt, an dem man leicht Panik bekommt, denn zweimal ist keinmal, dreimal ist schon einer vor dem kommissionellen Antritt und die kommissionelle Prüfung bedeutet eigentlich, dass man sein Studium gleich an den Nagel hängen kann“, schildert er Sorgen, die viele Student*innen quälen.

40 Prozent der Studierenden fühlen sich durch die Pandemie stark oder sehr stark in ihrer Studienleistung, zum Beispiel beim Absolvieren von Prüfungen, beeinträchtigt.

Jede*r fünfte Schüler*in in Österreich benötigt Nachhilfe, das geht aus einer bundesweiten Befragung des IFES 2021 im Auftrag der Arbeiterkammer Wien hervor. Dass Schüler*innen externe Unterstützung durch Nachhilfelehrer*innen erhalten ist Usus und längst salonfähig, dass es einen ähnlichen Bedarf auch im Studium geben kann, wird hingegen seltener thematisiert. Dabei zeigt das aktuelle Mental-Health-Barometer von Studo und Instahelp, für das mehr als 2000 Studierende in Deutschland und Österreich befragt wurden, dass sich 40 Prozent der Studierenden durch die Pandemie stark oder sehr stark in ihrer Studienleistung, zum Beispiel beim Absolvieren von Prüfungen, beeinträchtigt fühlen. Besonders belastend sind laut Studie für knapp die Hälfte (49 %) der Studierenden die Überforderung bzw. der Arbeitsaufwand im Studium. Hinzu kommen ein Mangel an sozialen Kontakten für mehr als ein Drittel (36 %) und psychische Probleme (35 %). Es folgen Prüfungen (32 %) und Einsamkeit (30 %).

Dabei gäbe es schon ohne die zusätzliche Belastung durch Corona genug Probleme: Jedes Studium hat seine Knock-out-Prüfungen, Vorlesungen haben ihre Tücken und jede*r Student*in hat Stärken und Schwächen. „Als ich zum dritten Mal Strömungsmechanik wiederholen musste, habe ich schon meine Studienwahl und mein Können infrage gestellt. Es ist gar nicht so leicht, dann über seinen Schatten zu springen und zuzugeben, dass man bei bestimmten Vorlesungen vielleicht doch Hilfe braucht“, erzählt der Maschinenbaustudent Xandi.

Als ich zum dritten Mal Strömungsmechanik wiederholen musste, habe ich schon meine Studienwahl und mein Können infrage gestellt.

Oft hilft ein anderer Zugang

Stephan Tomusch, 26, Maschinenbau im Master, ehemaliger Nachhilfelehrer bei tutora.at und jetzt Tutor für Strömungsmechanik, kennt beide Seiten: „Auch wegen der Qualität der Lehre und der zur Verfügung gestellten Unterlagen habe ich mir selbst bei Strömungsmechanik anfänglich schwergetan. Als mir der Stoff dann von einem Tutor noch einmal erklärt wurde, habe ich gemerkt, wie einfach Strömungsmechanik sein kann und daraufhin beschlossen, selbst Nachhilfe zu geben.“ Stephans Beispiel zeigt, oftmals liegt das Problem nicht ausschließlich bei den Student*innen, auch die Qualität der Lehre ist ein entscheidender Faktor für den Bedarf an Nachhilfe. Besonders am Anfang seiner Karriere als Nachhilfelehrer waren die Kurse von Stephan sofort ausgebucht, eben auch deshalb, da es zu diesem Zeitpunkt nur handschriftliche Unterlagen auf Englisch für die Vorbereitung auf die Strömungsmechanik-Prüfung gab. Mit den Jahren sind es weniger Nachhilfestudent*innen geworden, da es mittlerweile lernfreundlichere Unterlagen gibt, was sich auch in den Noten widerspiegelt.



Knock-out-Prüfungen bestehen

Knock-out-Prüfungen haben naturgemäß einen schlechten Ruf. Gerüchte über hohe Durchfallquoten und sehr lange Vorbereitungszeiten tragen da nicht gerade zu einer positiven Grundstimmung bei. Für Stephan liegen die hohen Durchfallquoten, wie beispielsweise bei Mechanik, aber auch teilweise an der Angstmache von Student*innen in höheren Semestern. Er erzählt, dass viele vor lauter Panik auch schon vor dem ersten Antritt Nachhilfe nehmen, weil sie das Gefühl haben, es ohne gar nicht schaffen zu können. „Mechanik ist auf jeden Fall ein Fach, bei dem man

schnell an sich selbst zweifeln kann“, erzählt er. „Allerdings sollte man immer im Auge behalten, dass es völlig normal ist, nicht bei allen Fächern gleich zu bestehen und im Maschinenbaustudium sind beispielsweise Mechanik und Maschinenelemente durchaus Fächer, in denen es oft Nachhilfebedarf gibt“, führt er weiter aus. Dabei fällt Stephan immer wieder auf, dass es oft nicht an dem Stoff selbst liegt, sondern an der Herangehensweise, also wie der Stoff transportiert wird: „Wer Nachhilfe nimmt, ist nicht automatisch dumm, sondern braucht meist nur einen anderen Erklärungsansatz.“



Stephan Tomusch (26) hat sich anfänglich selbst bei „Strömungsmechanik“ schwergetan. Als er dank der Erklärung eines Tutors verstand, wie einfach es sein kann, beschloss er selbst Nachhilfe zu geben.

Ab wann ist Nachhilfe sinnvoll?

Man kommt einfach nicht weiter, es steht schon der zweite oder dritte Prüfungsantritt an und auch sonst erprobte Lernmethoden führen nicht zum Erfolg. Dieses Gefühl kennen viele Student*innen aus ihrem Studium. Gefährlich wird es, wenn dadurch die Motivation leidet und man ganz den Zugang zum Vorlesungsstoff verliert, denn schließlich steht zumeist am Ende einer Vorlesung, eines Seminars oder einer Übung die Prüfung oder Abgabe, ohne die es im Studium nicht weitergeht. „Ich wür-



Wenn ich schlampig gerechnet habe, dann ist das wahrscheinlich kein Grund, Nachhilfe zu nehmen.

de empfehlen, nicht vor dem ersten Antritt Nachhilfe zu nehmen, sondern mit großer Ehrlichkeit sich selbst gegenüber erst einmal die schiefgegangene Prüfung durchzugehen und sich selbst zu fragen, woran es gelegen hat. Wenn ich schlampig gerechnet habe, dann ist das wahrscheinlich kein Grund, Nachhilfe zu nehmen. Wenn ich merke, ich habe das Prinzip dahinter nicht verstanden, dann sollte man den Schritt wagen und sich den Stoff noch einmal von einer erfahrenen

Nachhilfelehrperson erklären lassen“, so der ehemalige Nachhilfelehrer Stephan. Dass man Student*innen und Lehrmethoden nicht vergleichen kann, merkt Stephan immer wieder, wenn er selbst Nachhilfe gibt: „Jeder Student und jede Studentin ist anders, jede*r hat andere Voraussetzungen, die eine versteht es mit Äpfeln, der andere mit Birnen. Ich würde dann in die Nachhilfe gehen, wenn ich merke, irgendwo ist vom Prinzip her der Knopf noch nicht aufgegangen und auf jeden Fall, sobald ich dann beim kommissionellen Antritt bin, einfach aus Sicherheit, damit man beruhigt ist.“ Ein sichereres Gefühl vor dem kommissionellen Antritt ist aber nicht der einzige Vorteil, den Nachhilfe verspricht. Neben der Verbindlichkeit, die damit einhergeht, erfolgt die Nachhilfe in der Regel in einer Kleingruppe, was den Lernprozess beschleunigt.



Wer Nachhilfe braucht, sollte sich als erstes an seine/n zuständigen **Tutor*in** wenden, auch die **HTU** und **Fachschaften** können bei vielen Problemen weiterhelfen.

Kostenpflichtige Nachhilfe explizit für TU Studierende gibt es unter anderem bei **Tutora.at**, auf **Studyrush.at** oder in Kleingruppen auf **EasyClass.at**. Private Nachhilfelehrer*innen inserieren häufig noch ganz klassisch am **Schwarzen Brett**.

Es gibt immer eine Lösung

Xandi hat Strömungsmechanik schlussendlich bestanden, vor allem, weil er seine Lernstrategie angepasst hat. Anstatt immer nur alleine zu lernen, hat er sich einer Lerngruppe angeschlossen und sich zusätzlich Nachhilfestunden genommen. Auch Stephan rät: „Wer sich mit der Theorie auseinandersetzt, der versteht den Rechenanteil auch besser. Für den Anfang

ist es immer gut, sich alleine in das Thema einzuarbeiten und sich anschließend in einer Gruppe auszutauschen, da kommt man dann auf Verständnisfragen drauf oder findet andere Wege, mithilfe derer man eigentlich wesentlich schneller zum Ergebnis kommt. Es gibt oft nicht nur einen Lösungsweg.“ Wer Unterstützung braucht, muss sich auch nicht immer teure Nachhilfe leisten können. Die Fachschaften der jeweiligen Studienrichtungen an der TU sind immer eine gute Anlaufstelle für Sorgen und Probleme aller Art: Hier findet man auch Student*innen in höheren Semestern, die für einen kleinen Gewissensbeitrag dabei helfen, den Knoten im Kopf zu lösen und so auch die schwierigste Prüfung erfolgreich zu meistern.

*Name von der Redaktion geändert

Gesucht: IT-Professionals, die das Banking der Zukunft mitgestalten

Die Raiffeisenlandesbank NÖ-Wien sucht Expert*innen für die Bereiche IT und Digitalisierung. Geboten werden anspruchsvolle Aufgaben mit vielfältigen Entwicklungsmöglichkeiten sowie modern ausgerichteter Work-Life-Balance.



Foto: © Martin Hörmandinger

Die Digitalisierung schreitet in allen Lebenslagen voran – auch im Banking. IT-Begeisterte, die Lust auf Veränderung mit einem interessanten Tech-Stack haben, sind deshalb bei der Raiffeisenlandesbank NÖ-Wien bestens aufgehoben.

Auf www.raiffeisenbank.jobs werden Developers, IT Security Officers, Product Owners, Expert*innen für die digitale Transformation, Requirement Engineers, Application-Manager*innen oder IT-Business-Analyst*innen gesucht, die an einem modernen Standort im Herzen Wiens – direkt am Donaukanal – ihre Chance ergreifen möchten. Die Must-haves der Branche haben bei der RLB NÖ-Wien lange Tradition: flexible Arbeitszeiten, umfassende Benefits und Work-Life-Balance.

„Wir bieten ein Rundum-Paket und sind wirklich dabei, etwas zu verändern“, erklärt Patricia Kasandzjev, Leiterin des Bereichs Digitalisierung, Produkte und Prozesse: „Die Herausforderung ist, ein traditionsreiches Unternehmen fit für die digitale Zukunft zu machen. Dafür braucht es flexible Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die Projekte leiten sowie Prozesse designen und beschreiben können. Neben Programmierern und Fachexperten suchen wir vor allem die Schnittstellen dazwischen, also sogenannte Requirement Engineers.“

Leading Employer mit individuellen Aufstiegschancen

Aufgrund ihrer Größe ist die Raiffeisenlandesbank NÖ-Wien attraktiv für IT-Karrieren. Bernhard Hohenegger, Leiter des Bereichs IT und Organisation: „Durch die Marktführerschaft in Wien und Niederösterreich sind die Projekte spannend und herausfordernd, gleichzei-

tig sind wir kein anonymer Konzern, bei dem man nur Projekte in einem Bereich sieht. Man kann in kurzer Zeit sämtliche Bankbereiche mit modernen Technologien unterstützen.“

Im Gegensatz zu anderen Unternehmen verfügt die RLB NÖ-Wien über ein umfassendes Personalentwicklungsprogramm mit individueller Gestaltung. Nicht umsonst wurde man als Leading Employer ausgezeichnet und gehört damit zu den besten Betrieben Österreichs, wenn es um Mitarbeiterangebote und -zufriedenheit, Werteverständnis, Arbeitsplatzsicherheit und -bedingungen, betriebliches Gesundheitsmanagement und vieles mehr geht.

„Wir bieten einen großen Gestaltungsspielraum“

„Wer beim Marktführer tätig sein möchte, ist bei uns richtig. Wir bieten unserem Team einen großen Gestaltungsspielraum. Jeder kann seinen Teil dazu beitragen, dass wir mit unserer Omnikanal- und Datenplattform – sie verknüpft sämtliche Kontaktmöglichkeiten für unsere Kundinnen und Kunden, um überall den bestmöglichen Service anzubieten – das Banking in die Zukunft transformieren“, so Kasandzjev.

Was es dafür braucht? „Ein vernetztes Denken, um Zusammenhänge zu verstehen und Probleme miteinander zu verknüpfen“, betont Hohenegger: „Denn unser Ziel ist es, moderne und kreative Lösungen zu finden.“

Raiffeisenlandesbank
Niederösterreich-Wien



Mehr Infos unter:
raiffeisenbank.jobs



Interview

Was, wenn man mit sich selbst nicht mehr klarkommt?

TEXT MIRIAM KUMMER

Seit Juni 2020 bietet die TU Wien kostenlose Psychosoziale Studierendenberatung für TU-Studierende an. Im Interview berichtet Leiterin Nadja Springer über die typischen Probleme von Studierenden, wie die Pandemie diese noch verstärkt hat und wann man sich unbedingt Hilfe suchen sollte.

Mit welchen Problemen kann man sich an Sie wenden?

Wenn man das Gefühl hat, sei es durch das Studium oder die akute psychische Situation, belastet zu sein. Bei studienrelevanten Themen geht es beispielsweise um Prüfungsängste oder wenn die Masterarbeit zur ernsthaften psychischen Belastung wird.

Die Studierenden kommen allerdings eher bei Problemen, die ihren sozialen Bereich betreffen: Man kommt mit den eigenen Ressourcen nicht zu recht, man ist entweder sehr traurig, übertrieben ängstlich oder es gibt Geister aus der Vergangenheit, die plötzlich wieder herumspuken. Oder aktuelle externe Belastungsfaktoren wie Krankheit eines nahen Angehörigen, Probleme im sozialen Bereich oder auch eine eigene Erkrankung beeinflussen den Studienalltag.

Was belastet die TU-Studierenden zurzeit?

Die Studierenden belastet stark die Pandemiemüdigkeit, wobei sich das in unterschiedlichen Bereichen zeigt: zum einen eine Motivationslosigkeit, weil der geregelte Studienalltag, bei dem ich auf die Uni gehe, mich mit Kolleg*innen treffe und ohne Auflagen in die Bibliothek setzen kann, fehlt. Das „connecten“ fällt weg und natürlich auch der direkte Zugang zu den Lehrenden. Zum anderen Zukunftsängste, weil man das Gefühl hat, man kommt nicht richtig weiter mit dem Studium. Aber dennoch sind nur rund die Hälfte Pandemiethemata.

Haben sich die Anfragen in den letzten Jahren verstärkt?

Ja, im letzten halben Jahr gab es einen unglaublichen Anstieg an Anfragen. Das letzte Wintersemester war unser stärkstes Semester. Menschen sind Meister der Anpassung, aber in den letzten Jahren haben wir uns permanent anpassen müssen und das zehrt sehr an den Nerven, das macht müde.

Das erste Semester mit dem ersten Lockdown, da wurde von uns allen noch nicht viel verlangt, das war ein allgemeiner Ausnahmezustand. Da war es möglich, sich zurückzuziehen und sich selbst zu sortieren. Ich habe den Eindruck, ab dem Wintersemester 20/21 wurde schon klar formuliert, man möge mit den neuen Bedingungen zurechtkommen, Leistung erbringen und kognitiv und emotional normal funktionieren. Und das ist schwierig.

Kommen eher jüngere Studierende oder jene aus fortgeschrittenen Semestern?

Es ist wirklich ganz unterschiedlich: Ich habe Bachelorstudierende, die ganz am Anfang stehen und sich überfordert fühlen, und dann ganz häufig das Thema „Abschluss“ – sei es Bachelor, Master oder PhD. Studierende schieben gerne die schwierigen Prüfungen ans Ende, weil man sich immer schon davor gefürchtet hat, und jetzt hängt das alles nach und man muss sich auf einmal damit auseinandersetzen.



Foto: privat



Die vertraulichen 50-minütigen Einzelberatungen in Deutsch oder Englisch finden mit einem/einer von vier Psychotherapeuten aus dem Team der Psychosozialen Studierendenberatung der TU Wien statt. Entweder das Problem lässt sich in bis zu drei Terminen lösen oder die Studierenden werden an Therapeut*innen (in Ausbildung), krankheitsspezifische Ambulanzen und Zentren weitervermittelt. Zusätzlich gibt es Gruppenangebote zu spezifischen Themen, die von externen Berater*innen des WU Student Counselling geleitet werden.

Termine nach vorheriger Vereinbarung an nadja.springer@wpv.at. Je nach Covid-19-Beschränkungen finden die Termine via Skype oder Zoom, aber wenn möglich persönlich in der Praxis (Krieglergasse 6/9, 1030 Wien) statt.

Nadja Springer ist Klinische Psychologin und Gesundheitspsychologin sowie Psychotherapeutin (für psychoanalytisch orientierte Psychotherapie) in freier Praxis. Darüber hinaus ist sie als psychosoziale Mitarbeiterin im Verein Dialog tätig sowie Teammitglied der Lehrgangsleitung des Zertifikats-, Hochschul- und Masterlehrgangs „Suchtberatung und Prävention“ an der FH St. Pölten.

Und natürlich auch Studierende aus dem Ausland – sei es Erasmus-Studierende, die sich verloren fühlen, oder Studierende, die aktuell wenig Kontakt zu ihren Familien haben, weil Reisen nicht gut möglich sind oder sie sich Sorgen machen.

Haben Sie das Gefühl, dass eine gewisse Hemmschwelle da ist, sich Hilfe zu suchen?

Was die Studierenden oft sagen: Es hilft ihnen enorm, dass es diese eine konkrete Adresse, diese eine konkrete Person gibt, die man anschreiben kann. Es gibt einige, die sagen, ich weiß schon länger, ich sollte mir Hilfe suchen, aber wohin denn wenden? Dass es direkt von der TU den Link gibt: „Hier wird dir geholfen“, hat die Hemmschwelle sehr gesenkt.

Wie schnell kann den Studierenden geholfen werden?

Da wir zurzeit sehr ausgelastet sind, wartet man bis zu fünf Werktagen auf eine Antwort per Mail. Einen Termin sollte es dann – abgesehen von Ausnahmesituationen wie rund um die Weihnachtszeit – innerhalb von 14 Tagen geben.

Was sind Alarmzeichen, bei denen man dringend psychologische Beratung in Anspruch nehmen sollte?

Bei psychischen Symptomen wie Abgeschlagenheit, massiver Motivationsverlust, Schlafstörungen, Somatisierungen wie Magen-, Rücken- oder vermehrt Kopfschmerzen und Ängstlichkeit ist es sehr sinnvoll, eine psychologische Beratung aufzusuchen. Sobald man das Gefühl hat, man kommt mit sich selbst nicht mehr klar.

Why TU

Tanja und Erik erzählen von der faszinierenden Welt der Chemie, den Vorteilen des Studiums an der TU und verraten ihre Lokal-Geheimtipps im TU-Grätzl.

INTERVIEW JOHANNA HEISS
FOTOS LIO LONGLIFE, PRIVAT

Warum war dein Studium an der TU die richtige Entscheidung?

Erik: Direkt nach der Matura war ich mir noch sehr unsicher, was ich mit meinem Leben eigentlich anfangen möchte. In der Schule fand ich die Chemieolympiade immer sehr cool und spannend, also habe ich mich dazu entschieden, die Chemie weiterzuverfolgen. Für die TU habe ich mich im Endeffekt entschieden, da ich Technik schon immer sehr interessant fand und ich mehr Wissen darüber sammeln wollte.

Tanja: Bei mir war's ein wenig anders. Für mich war einfach klar, dass ich Chemie studieren wollte – also blieb nur mehr die Frage wo. Da ich aus Wien komme und auch dortbleiben wollte, musste ich mich noch zwischen Hauptuni und TU entscheiden. In beiden Studiengängen hatte ich bereits Freund*innen, von denen ich mir Erfahrungswerte gesammelt habe – und da hat die TU dann einfach besser abgeschnitten.

Was ist das Besondere an deinem Studiengang der technischen Chemie?

T: Der Bachelorstudiengang ist sehr breit aufgestellt – das heißt, man lernt sehr viele Basics und kann sich ein umfangreiches Bild über Chemie im Allgemeinen machen und sich dann im Master spezialisieren. Das war für mich sehr praktisch, da ich vorher eine AHS mit Sprachenzweig besucht habe. Und außerdem haben wir im Bachelor einen unglaublich hohen Praxisanteil. Also Chemie auf der TU ist tatsächlich ein praktisches Studium und das hat mich immer schon gereizt.



Tanja Steger (22)
... möchte nach ihrem Bachelor in Technischer Chemie am liebsten zwei Master gleichzeitig starten: unter anderem den neuen „Green Chemistry“ Master von TU, BOKU und Uni Wien.

E: Auch ich finde, dass das Besondere an dem Studium der technischen Chemie der große Fokus auf die Laborübungen ist, die die Chemie so einzigartig machen. Dieser Fokus auf praktische Erfahrungen in einem chemischen Labor ist nicht auf allen Unis in dieser Form üblich. Gerade jetzt, wo ich einen Einblick in die chemische Ausbildung in anderen Ländern machen durfte, bin ich umso dankbarer, dass die Laborpraxis in dieser Form auf der TU möglich war.

Warum sollte man das TU-Career-Center kennen?

E: Vor allem weil das TU-Career-Center ein breites Angebot an Services bietet, die den Berufseinstieg erleichtern – z. B. den CV-Check, den ich persönlich für meine Bewerbungen genutzt habe. Außerdem gibt es immer wieder spannende Vorträge und andere Veranstaltungen wie der TUDay, an denen man neben Kugelschreibern auch Jobangebote und Kontakte zur Industrie bekommen kann.

T: Ich würde sagen, zum einen aufgrund der Jobmessen, die vom Career Center organisiert werden. Hier können Studierende sehr niederschwellig mit Firmen in Kontakt treten und man ist nicht auf das klassische Vitamin B – wie sonst so oft in Österreich – angewiesen. Und wie Erik schon erwähnt hat, finde auch ich es superpraktisch, dass man beim Career Center den Lebenslauf checken lassen kann und viele Tipps zum Thema bekommt. Dadurch wird der Übergang vom Studium in die Arbeitswelt deutlich erleichtert.

Wie findet man Freund*innen an der TU?

T: Auf der Chemie würde ich sagen, vor allem in Labors. Also es gibt natürlich auch die klassischen Vorlesungen und Übungen, da funktioniert das Kennenlernen aber semi-gut. Aber in den Labors arbeitet man über einen längeren Zeitraum zusammen in Teams, das erleichtert den Kontakt-Einstieg.

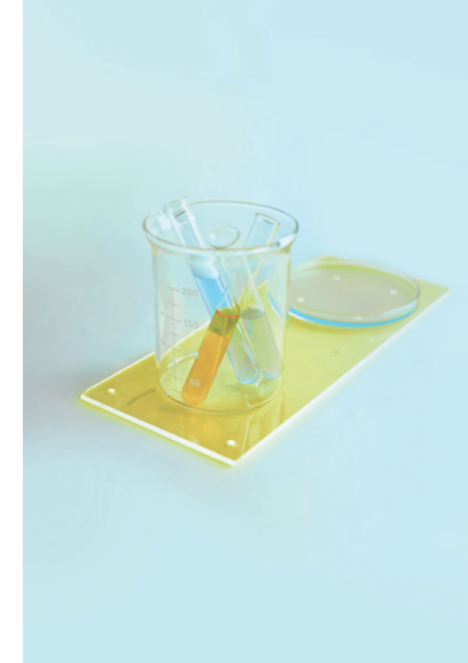
E: Ja, voll, das sehe ich auch so – die wahrscheinlich effektivste Methode in der Chemie ist es, Laborübungen zu machen. Dabei lernt man sehr viele Leute kennen und findet schnell Freund*innen. Aus meinen Laborkontakten wurden Lerngruppen für Prüfungen

und daraus wurde ein abgeschlossenes Studium und ein großer Freundeskreis. Alternativ dazu bieten sich Veranstaltungen der Fachschaft(en) an, wie zum Beispiel Spritzerstände, Spieleabende oder die Festln, die es hoffentlich bald wieder gibt.

Was hat dich motiviert, in deinem Studium durchzuhalten?

E: Gerade während des Studienanfangs, der bei mir alles andere als einfach war, hat mich mein Ehrgeiz dazu gebracht, Prüfungen doch noch einmal zu probieren, statt schon nach dem ersten Antritt das Handtuch zu werfen. Irgendwann ist dann auch der Gedanke dazugekommen, dass sich Abbrechen jetzt auch nicht mehr auszahlt. Unglaublich wichtig war aber auch die Unterstützung durch meine Freund*innen und Verwandten.

T: Ich bin zu stur zum Aufgeben (lacht). Es wird mit der Zeit einfacher, wenn man sich mal durch das erste Semester gekämpft hat, wird das zweite leichter. Am Anfang prasseln sehr viele Basics sehr schnell auf einen ein. Aber man kommt dann tiefer in die Materie und findet die eigenen Interessen. Auch den ganzen Tag im Labor zu stehen ist hart – aber die Chemie ist sehr spannend und faszinierend und deshalb bin ich dabeigeblichen.





Was ist dein Lieblingslokal im TU-Grätzl?

T: Mein Lieblingslokal ist eigentlich das „Café Carl Ludwig“. Das ist supernett und ich bin vor allem im Sommer gern dort, weil man sich dann in den Schani-garten setzen kann. Wenn auch nicht regelmäßig, freut es mich immer wieder, zu diesem Lokal zu kommen.

E: Mein absolutes Lieblingslokal zum Mittagessen war das „Tofu & Chili“ in der linken Wienzeile. Die Mittagsboxen für etwas mehr als 5 € haben schon viele Lern- und Labortage verbessert und die handgezogenen Nudeln mit allen Soßenkombinationen waren für mich das Standardmittagessen während der Masterarbeit.

Erik Lübke (25)

... arbeitet gerade an seinem Doktorat in Grenoble, Frankreich, mit der stärksten Neutronen- bzw. Röntgenquelle der Welt und lernt dabei die französische Sprache, Kultur und Bürokratie kennen.

Was war dein bester Moment während des Studiums auf der TU?

E: Es ist schwierig, mich auf einen Moment zu beschränken, da es so viele gab. Meine Top drei (in keiner besonderen Reihenfolge) sind:

Der letzte Tag im Synthesepraktikum, da zwei ganze Monate Arbeit fertig wurden. Die Mail mit der Note der letzten Prüfung zu öffnen, da dieser Vierer das letzte Zeugnis für den Bachelorabschluss war. Und die abgegebene, benotete und frisch gebundene Masterarbeit zu unterschreiben und ins Dekanat zu bringen.

T: Ich finde das sehr schwierig zu beantworten, weil ich mich nicht nur auf außergewöhnliche, besondere Vorkommnisse fokussiere, sondern lieber auf die kleinen Dinge. Deshalb habe ich diese großen Momente nicht so wirklich. Für mich ist es großartig, wenn ein Präparat funktioniert hat, obwohl ich nicht mehr daran geglaubt habe. Oder ich freu mich, wenn eine Messung die Ergebnisse bringt, die ich möchte.

Wie sehen deine weiteren Studienziele bzw. beruflichen Zukunftspläne aus?

T: Nach meinem Bachelorabschluss möchte ich auf jeden Fall noch meinen Master in technischer Chemie dranhängen – mit Synthese-Spezialisierung. Außerdem ist gerade ein neuer Master in Planung – ein Studienprogramm gemeinsam von

der TU Wien, der BOKU und der Uni Wien. Der heißt „Green Chemistry“ und soll mit Wintersemester beginnen. Der Studienplan klingt sehr spannend und ich spiele mit dem Gedanken, beide Master parallel zu beginnen.

Berufliche Zukunftspläne habe ich noch nicht konkret, je nachdem, welchen Master ich mache, habe ich wieder unterschiedliche Möglichkeiten – zum Beispiel direkt in die Industrie zu gehen oder einen PhD zu machen. Ausschließen kann ich nur eine akademische Karriere – weil ich mir nicht vorstellen kann, als Postdoc alle drei Jahre die Stadt zu wechseln.

E: Ich mache gerade mein Doktorat in Grenoble, Frankreich, im Rahmen des InnovaXN-Projekts. Dafür arbeite ich am Institut-Lauve-Langevin (ILL) und der European Synchrotron Radiation Facility (ESRF), zwei Großforschungseinrichtungen mit der stärksten Neutronen- bzw. Röntgenquelle der Welt. Dort forsche ich an Silizium-basierten Anodenmaterialien für Lithium-Ionen-Akkus und lerne nebenbei die französische Sprache, Kultur und Bürokratie kennen.

In den nächsten Jahren werde ich erst mal damit beschäftigt sein, mein Doktorat abzuschließen. Danach ist es grundsätzlich schwer zu sagen, wie es weitergehen wird. Ich plane aber eine Karriere mit starken Verbindungen zur Industrie und Technik, da mich diese Bereiche schon seit dem Anfang meines Studiums begeistert haben.



Klingt interessant?

Chemie ist die Lehre von den Stoffen und deren Eigenschaften, Verhalten, Aufbau und Veränderungen. Sie befasst sich auch mit der Umwandlung von Stoffen sowie den dabei geltenden Gesetzmäßigkeiten. Aus dem heutigen Alltag ist sie nicht mehr wegzudenken, sie bildet das Fundament für die Entwicklung neuer Materialien, Dünger, Medikamente, Aromen etc. Das Studium an der TU Wien gilt als Eurobachelor.

Das dreijährige Bachelorstudium „Technische Chemie“ richtet sich an alle Interessent*innen, die eine praxisorientierte, zugleich aber gut fundierte Grundlagenausbildung in Chemie anstreben. Wer Freude an der praktischen Arbeit im Labor zur Herstellung, Umwandlung und Charakterisierung von Stoffen und Materialien hat, ist willkommen.

Grundlegende Computerkenntnisse und Fremdsprachenkenntnisse (insbesondere Englisch) sind darüber hinaus von Vorteil. Im Rahmen des Bachelorstudiums „Technische Chemie“ werden chemisches Grundlagenwissen und praktische Fähigkeiten für die Arbeit im chemischen Labor vermittelt. Die Absolvent*innen des Bachelorstudiums sind mit der praktischen Arbeit im Labor ebenso vertraut wie mit den theoretischen Grundlagen und den chemischen Grundkonzepten. Sie beherrschen die einschlägige Terminologie und kennen die wichtigen fachspezifischen Methoden. Sie verstehen die grundlegenden Eigenschaften von Materie und deren Umwandlung.

3 Gaming-TikTok-Accounts, denen du folgen solltest

TikTok macht Spaß. Das müssen sich immer mehr über 12-Jährige eingestehen, wenn das nächtliche Videoscrollen zum Ritual wird. Was tun, wenn die Empfehlungen der #foryoupage eines Nachts enttäuschen? Diesen drei Accounts solltest du folgen, um deinen Feed mit Gaming zu bereichern.

TEXT DANIEL NEUMANN



Leslee hat aktuell rund 13.000 Follower und 380.000 Likes.

@famous_streamer

Leslee arbeitet in der Videogame-Branche und betreibt den TikTok-Account @famous_streamer. In unregelmäßigen Abständen postet sie Skits und Sketches über das Leben als Videospieldarstellerin. Sie nimmt sich insbesondere Missstände in großen Videospieldarstellerunternehmen vor, zwar mit einem Augenzwinkern, aber pointiert und ehrlich.

In der Vergangenheit hat sie schon einige von Sexismus-Skandalen geplagte Unternehmen verlassen. Es ist somit auch keine Überraschung, dass Frauen in der Videospieldarstellerindustrie ein zentrales Thema ihrer Videos sind.

Trotz aller Kritik und Witze auf Kosten ihrer Kollegen stellt sie in ihrer TikTok-Biografie klar: „I actually love my current job.“

Wem @famous_streamer gefällt, der könnte auch @moreelen folgen, die thematisch ähnliche Inhalte aus der Sicht einer Indie-Game-Entwicklerin postet.

Superlouis_64 hat aktuell rund 300.000 Follower und 5,5 Millionen Likes.



@superlouis_64

Die Gaming-Szene besteht aus unzähligen Subkulturen. Eine solche ist die Modding Community, die mit @superlouis_64 ihren exzentrischen TikTok-Vertreter hat. Louis präsentiert mehrmals die Woche seine neuesten Controller-Modding-Spielereien.

Bekannt wurde Louis unter anderem dafür, Halo 3 am höchsten Schwierigkeitsgrad mit einem Guitar Hero Controller durchgespielt zu haben. Auf seinem TikTok-Account stellt er seine unzähligen Controller vor und erklärt grob, wie sie funktionieren.

Um mit Videospielen abzunehmen, spielt er beispielsweise Mario Kart mit einem Hometrainer und Fitnessring oder boxt Minecraft-Blöcke kaputt. Dark Souls mit Kettensägen-Controller, Ghost of Tsushima mit einem echten Schwert oder Final Fantasy XIV mit Pistolencrullern, Louis versucht jede verrückte Steuerung, die (nicht) vorstellbar ist.

@alishakins

Wer gerne Highlights und lustige Videospieldarstellermomente im TikTok Feed hat, sollte @alishakins folgen.



Alisha streamt drei Mal die Woche auf Twitch und postet ihre im Stream entstandenen Highlight-Clips auf TikTok. Aber mit einem Twist: Sie bereitet ihre Clips humoristisch auf und erzählt ihre Gedankengänge nach, inklusive selbst eingesprochener Soundeffekte.

Alisha hat aktuell 105.000 Follower und 830.000 Likes.

So machen Game Highlights unfassbar viel Spaß und es ist schwierig, nicht blöd zu grinsen, wenn der erwartete Pistolensound ausfällt und stattdessen Alisha „pew, pew, pew“ in ihr Mikrofon schreit.

Als Warzone-Spielerin bekannt geworden, hat sie vor Kurzem Valorant zu ihrem Spielkatalog hinzugefügt. Wer Shooter mag und ein bisschen mehr „brr“, „bzz“ und „pew“ im Leben braucht, ist auf Alishas TikTok-Account absolut richtig. „GG LET'S GOOO!“



NETZ

S. 42

Working and Studying at BOC Group

Wie Bruna Kapaj über Voice of Diversity ihren Traumjob ergattert hat.

S. 44

Ehrenamt bringt mehr, als nur den Lebenslauf aufzupeppen

Setze dich für die TU-Studierenden ein und sammle bei der HTU wertvolle Erfahrungen.

S. 46

Wir kümmern uns um deine Karriere!

Die Events und Services des TU Career Center im Überblick.

ERKENN



Voice of Diversity

Insights on Working and Studying at BOC Group

Bruna Kapaj from Albania is pursuing her master's degree in business informatics at TU Vienna. At the TU Career Center's event "Voice of Diversity" she presented herself as a highly motivated and talented candidate. BOC Group was immediately enthusiastic about her, and she started her career at BOC Group in December 2020 as a part-

time Junior Software Tester in the quality management department. Meanwhile, Brunna has joined the team full-time, moved to the BOC solution team and advanced her career as a DevOps Developer. Today we want to talk to her about the challenges of working and studying as well as her life at BOC Group.

At the moment you are pursuing your master's degree in business informatics at TU Vienna. You started last year at 20 hours a week and increased your working hours to a full-time position in the meantime. What was your motivation to study and work full-time at the same time?

Even though the study load can become quite heavy when working, I think that the benefits are greater. Besides the confidence of being financially independent, I wanted to come in contact with the working environment here in Vienna and get a headstart on work experience, learn from more accomplished colleagues and start connecting to people in my field.

You started your career as a Software Tester and advanced to a DevOps Developer. What were your individual development steps in a professional as well as personal way? How did your role and responsibilities change since you started?

As a Software Tester here at BOC, I got to expand my knowledge regarding the quality standards of a software as well as learn about test automation. The latter caught my attention, so I focused more on the automation workflow and tools. I relocated to the DevOps team and started receiving more responsibilities and projects. I can say that the transition definitely helped me gain more insights which I put to use in my new role.

What do you like most about your job and which challenges do you face?

There are numerous aspects I like about my job. I could start with the great working culture, the effective collaboration with colleagues, the autonomy to make decisions and the diversity of tasks I perform.

Regarding the challenges I encounter, I would say it's learning about and using new tools and technology to improve the workflow of the processes we develop. However, this is at the same time the most exciting part.

How do you benefit from your work experience during your studies and vice versa?

Combining the information I've received from both of these domains has helped me enhance my soft skills – most importantly time-management – as well as my professional skills to a great extent. I feel more confident from having this extra experience, broader knowledge and a much larger network.

What skills and qualifications, do you think, are important for starting a career in software testing and as a DevOps Developer and from which did you benefit the most? And what advice would you give to someone who is studying and wants to start a career at BOC?

Besides the diplomas, professional certificates or coding experience/knowledge that you have, I think that having the following skills would be the best starting point: time management, problem solving, multitasking and collaboration skills. I benefited greatly from these skills and of course learned to improve them even more.

To anyone who is currently studying and is looking to start a career at BOC I would suggest doing so, since BOC has so much to offer in this regard. It provides teleworking, flexible working hours and most importantly a cool and friendly working environment where you can grow professionally alongside great people.

We met you last year at „Voice of Diversity“, a program by TU Career Center. How was the application for you in comparison to usual application processes?

The "Voice of Diversity" application process was definitely an experience I would recommend to my peers. The possibility to contact a company with regard to a new opportunity just by presenting your skills and abilities and without bias is hard to come by.

For me, all the different feelings I used to get in a usual process were drastically changed to just curiosity towards this new possible work environment. I was calmer and clearer in my communication with the company – either via chat or physical interview.

Have you ever faced discrimination in an application process before you joined „Voice of Diversity“, and how did you handle this?

Sadly, I cannot say that I have not – it was subtle, but I understood it.

However, I have always wanted to be part of a company that is accepting towards everyone, so I did not let such events get to my head. I just kept on searching for what was right for me. And I am very glad to say I have found what I was looking for in BOC. The diversity and acceptance I have witnessed here makes me happy to say I am part of it.

BOC Group offers young talents internships during the whole year in the areas of business management, software development, customer support, consulting and sales. In 25 years, the company has successfully grown together with a large number of colleagues as long-time companions and important key roles. BOC Group value curiosity, openness, enthusiasm and a high level of service quality and cultivate a personal, open corporate culture characterized by diversity. BOC Group strive to grow further every day.

Alle Infos auf tucareer.com



Ehrenamt ist ...



... ein Mittel, den Lebenslauf aufzuwerten?

Beim Thema ehrenamtliches Arbeiten denkt man zuerst einmal: „Arbeiten in der Freizeit? Was bringt mir das überhaupt?“ Zunächst hört es sich nach zusätzlicher Arbeit an, für die man sowieso nicht bezahlt wird. Was ist dann der Nutzen daraus? Mache ich das, damit mein Lebenslauf sich besser liest und nicht so leer wirkt? Oder dass die Mitarbeiter*innen der HR-Abteilung mir dann einen höheren Score geben, damit ich eher in die nächste Runde eingeladen werde? Damit meine Vorgesetzten denken, dass ich ein Asset bin?

Weit gefehlt! Ehrenamt ist mehr als nur ein Mittel zum Zweck der persönlichen Aufwertung im Berufsleben. Es ist ...

... ein Weg, Neues zu lernen und anderen zu helfen.

Während des ehrenamtlichen Engagements taucht man in neue Sphären ein und sammelt Erfahrungen. Nicht nur über die Tätigkeit, sondern besonders über sich selbst. Die sogenannten Soft Skills, die auch im Job immer mehr gefordert werden, werden innerhalb des Ehrenamts entwickelt und gestärkt. Teamfähigkeit, Empathie oder Übernahme von Verantwortung etwa: Hat man sich davon schon etwas in einem Ehrenamt angeeignet, so kann es dann durchaus von Vorteil sein, dieses in einem Lebenslauf anzugeben.

Neben der beruflichen Perspektive zählt aber auch das Persönliche. Das soziale Engagement im Rahmen eines Ehrenamtes stiftet Sinn, was besonders in Zeiten hilft, wenn einem dieser persönlich abhandenkommt. Ferner tut man freiwillig etwas für jemanden, ohne dafür Geld zu fordern. Man spendet sozusagen die eigene Zeit. Es ist also ...

... eine persönliche Bereicherung!

Denn innerhalb eines Ehrenamts kommt man neben dem Erwerb von Soft Skills immer wieder in Austausch mit anderen Leuten und Gruppen. Dies bietet eine Möglichkeit, neue Kontakte zu knüpfen, mehr Austausch mit anderen Menschen zu haben und ein

gemeinsames Ziel zu verwirklichen, womit wir wieder beim sinnstiftenden Aspekt des Ganzen wären. Und nebenbei hat man auch noch Spaß an der Sache und Spaß miteinander. Letzten Endes tragen alle diese Faktoren zum persönlichen, subjektiv wahrgenommenen Glück bei. Dieses ist ...

... auch auf der TU zu finden.

Auch wir von der HTU sind ehrenamtlich für alle Studierenden der TU Wien da. In Fachschaften^[1] vertreten wir die Studierenden in ihren jeweiligen Studien. In Gremien verteidigen wir die Interessen der Studierenden gegenüber den Gesetzgebern. In Kommissionen arbeiten wir an der Gestaltung der Studienpläne oder der Berufung von Lehrenden aktiv mit. Und in Referaten^[2] realisieren wir unterschiedlichste Projekte, die für die Studierendenschaft nützlich sind: Das Sozialreferat veranstaltet lehrreiche Vorträge. Das Presseferat gestaltet die Universitätszeitung (htu.info) und den Social-Media-Auftritt. Das Referat für Bildung und Politik kommentiert Gesetzesentwürfe. Das Organisations- und Kulturreferat ruft Veranstaltungen ins Leben. Um nur ein paar zu nennen.

Und das Beste? Auch du kannst mitmachen! Denn:

HTU ist Ehrenamt.

Hast du Interesse? Schicke eine Mail an mitmachen@htu.at und sag uns, wofür du dich interessierst. Wir geben dir mehr Infos und leiten dich ggf. weiter.

Daniel Heger, daniel.heger@htu.at

^[1] htu.at/fachschaften

^[2] htu.at/referate



Outdoor-Training beim MBA-Kickoff im Mai 2021



Erster Tech MBA in Österreich

Neue Studienangebote der TU Wien verbinden Know-how zu den modernsten Technologien mit modernem Management und sozialen Fähigkeiten

Um konkurrenzfähig zu bleiben, müssen Führungskräfte auf die richtigen Trends setzen, neue Geschäftsmodelle einführen und ihre Mitarbeiter*innen kompetent durch Transformationsprozesse leiten. Unternehmen brauchen deshalb Führungskräfte, die sich durch vernetztes Wissen zu Management, Führung und Technologietrends auszeichnen, um die Zukunft zu gestalten.

Die neuen Tech MBAs der TU Wien

Um den aktuellen Bedarf aus Wirtschaft und Industrie zu bedienen, bietet die TU Wien Academy ab sofort Österreichs einzigartigen Tech MBA an. Die verschiedenen Weiterbildungsprogramme richten sich vor allem an Führungskräfte mit wirtschaftlichem oder technischem Background, die ihre technische Expertise auf ein Zukunftsfeld ausweiten möchten oder an ihren Management- & Führungsfähigkeiten feilen möchten. Der nächste Einstieg in die Tech MBAs ist im Oktober 2022 und im März 2023 möglich. Außer den bereits etablierten Tech MBAs „Automotive Industry“ und „Mobility Transformation“ starten weitere Programme zum ersten Mal: „Operations and Supply Chain Management“, „Modern Workplace & Facility Management“ sowie „Robotics & Artificial Intelligence“.

Die Attribute einer erfolgreichen Weiterbildung

Prof. Wolfgang Güttel, Leiter der TU Wien Academy, sieht das Erfolgsrezept erfolgreicher Weiterbildung in der Verbindung verschiedener Teilaspekte. „Wir wissen, was Unternehmen und Führungskräfte in ihrer Managementpraxis benötigen, um in technologisch herausfordernden Zeiten strategisch exzellente Entscheidungen zu treffen. Auch kennen wir durch unsere Forschung die neuesten, globalen Trends im Bereich Technologie und Management. Daher gelingt der Brückenbau zwischen Praxis und Forschung und wir können Programme bieten, die sich am neuesten Stand der Forschung orientieren. Durch moderne Lernmethoden steigern wir zudem die Fähigkeiten von Führungskräften, den technologischen Wandel, der mit dem Einsatz neuer Technologien verbunden ist, gut zu meistern.“

Über die TU Wien Academy for Continuing Education

Die TU Wien Academy for Continuing Education (ACE) ist seit 2005 der zentrale Ansprechpartner der TU Wien für die postgraduale Weiterbildung an der Schnittstelle von Technologie, Management und Leadership. Das Angebot erstreckt sich über Masterprogramme, Universitätslehrgänge sowie verschiedene Kompaktprogramme.

Mehr erfahren: www.tuwien.at/ace

VOICE OF
DIVERSITY
10.11.2022

Das Karriere-Event, bei dem Diskriminierung keine Chance hat! Wir haben ein Tool entwickelt, durch das anonymisierte Gespräche möglich gemacht werden und durch das du eine nie da gewesene Chance bekommst. Sei dabei!

- Anmeldeschluss: **2.10.2022**
- Workshop: **20.10.2022**
- Voice-of-Diversity-Veranstaltung, Anonyme Audition: **10. November 2022**

Anmeldung unter tucareer.com
Ein Erfahrungsbericht auf den Seiten 42/43.

talente.programm

Lehrveranstaltung mit 3 ECTS

Melde dich für diese Lehrveranstaltung über Transferable/Soft Skills an und lerne spannende Unternehmen kennen. Jeder ist ein Talent und Talent-Sein hat für uns nichts mit dem Notenschnitt oder dem Fortschritt im Studium zu tun!

Bewerbungsprozess trainieren

Die Anmeldung ist bereits wie ein Bewerbungsprozess gestaltet und bietet dir ein praktisches Learning by Doing auf neutralem Boden inklusive moderner Videobewerbung.

Arbeitgeber kennenlernen

Beim OPENING lernst du die teilnehmenden Unternehmen im Rahmen eines „Schachdialoges“ kennen. Keine Sorge, dafür musst du nicht Schach spielen können! Nähere Infos zum Ablauf findest du auf tucareer.com!

Schau hinter die Kulissen

Bei den „Company Days“ verbringst du zwei Tage in einem der teilnehmenden Unternehmen und erhältst Einblicke in deinen potenziellen Arbeitsalltag!

Freut euch auf spannende Unternehmen. Aktuelle Infos unter: www.tucareer.com

Diese Termine sind für deine Teilnahme am folgenden Talente-Programm der TU Wien relevant:

Anmeldung bis **2.10.2022**
Infos und Anmeldung unter tucareer.com/Talenteprogramme

- Vorbereitungsworkshop: **15. 11. 2022**
- Opening: **23.11.2022**
- Company Days: **November 2022**
- Präsentationstraining: **Jänner 2023**
- Closing: **19.1.2023**



Abschlussveranstaltung
talente.programm WS 2020/21

Foto: © Ruiz Cruz

Mehr Infos zu den teilnehmenden Unternehmen gibt's auf den Seiten 52-58!

Für einen erfolgreichen Abschluss der Lehrveranstaltung (3 ECTS) gilt eine 100%-ige Anwesenheitspflicht bei allen Terminen. Ganz wichtig ist für uns bei einem professionellen Auswahlverfahren wie diesem, dass wir die Entscheidung anhand nachvollziehbarer Kriterien treffen. Sollte es trotzdem nicht klappen, dann hast du in den nächsten Semestern erneut die Möglichkeit, dich zu bewerben.

Zum Auftakt des Wintersemesters im Oktober 2022 veranstaltet das TU Career Center ein spannendes Event. Mehr Infos folgen auf tucareer.com

TUday

12.5.2022

Die TUday ist die Job- und Karrieremesse für Studierende und Absolvent*innen der TU Wien. Am Messetag hast du die Möglichkeit, 500 MINT Jobs und ca. 4000 Besucher*innen direkt am Campus der TU Wien kennenlernen, dich mit namhaften Unternehmen zu vernetzen und einen Überblick über den aktuellen Arbeitsmarkt zu erhalten.

Mehr Infos findest du auf tuday.at!

karriere.zeit

14./15.06.2022 &
23./24.11.2022

Karlsplatz 14 / 1. OG & Online

Die Job- & Karrieretage mit fachlichem Fokus

In jeweils 1,5-stündigen fachlichen Workshops mit spannenden Unternehmen deiner Fachrichtung bekommst du all die Insights, die du für deine Karriereplanung benötigst!

Du blickst hinter die Kulissen interessanter Arbeitgeber*innen, erfährst mehr zu fachlichen Schwerpunkten und konkreten Job- und Karrierechancen und kannst im Austausch mit den Praxisexpert*innen deine individuellen Fragen stellen.

So bist du dabei:

karrierezeit.at: Wähle aus dem Gesamtprogramm die für dich spannenden Online-Workshops aus und melde dich an!!

Folge uns auf Facebook und Instagram und verpasse nie wieder eines unserer Events!

- f @tucareercenterwien
- ig @TUCareerCenter
- in linkedin.com/company/tucc-inc

Beratung im TU Career Center

Das TU Career Center ist DEIN
Ansprechpartner für Fragen rund um
deine Job- und Karriereplanung!

Nutze als Studierende*r die Möglichkeit der kostenlosen Beratung durch unsere erfahrenen HR-Expert*innen und zertifizierten Karrierecoaches!

Bewerbungscoaching und Karriereplanung

Unsere Bewerbungscoachings haben das Ziel, dich für den Bewerbungsprozess topfit zu machen. Die Schwerpunkte der Beratung werden auf deine aktuellen Themenstellungen zugeschnitten und können je nach Bedarf z.B. folgende Inhalte umfassen:

- › Motivationsschreiben, Lebenslauf, Dienstzeugnisse o. ä.
- › Simulation von Bewerbungsgesprächen inkl. Feedback
- › Unterstützung bei der Entscheidungsfindung – passende Jobwahl, Karriereplan usw.
- › Erarbeitung der eigenen Stärken & Kompetenzen
- › Potenzialanalysen inkl. Feedbackgespräch (nicht kostenfrei)

Bitte kontaktiere uns für ein schriftliches Feedback oder vereinbare deinen individuellen Termin per E-Mail: beratung@tucareer.com oder telefonisch: **+43 664 605887815**.

Wir sind jetzt wieder persönlich und auch weiterhin virtuell für dich da!

Mehr zum Thema Bewerben samt Vorlagen findest du auf den Seiten 55 bis 58!

Workshops & Seminare

In unseren kompakten Bewerbungstrainings bekommst du wichtige Tipps und Insights von unseren HR-Expert*innen, kannst deine Fragen stellen, üben und dich in Kleingruppen austauschen.

Treffsicher mit CV und Motivationsschreiben

Unsere Trainer*innen zeigen dir, wie du mit deinen Bewerbungsunterlagen punktest!

Überzeugen im Vorstellungsgespräch

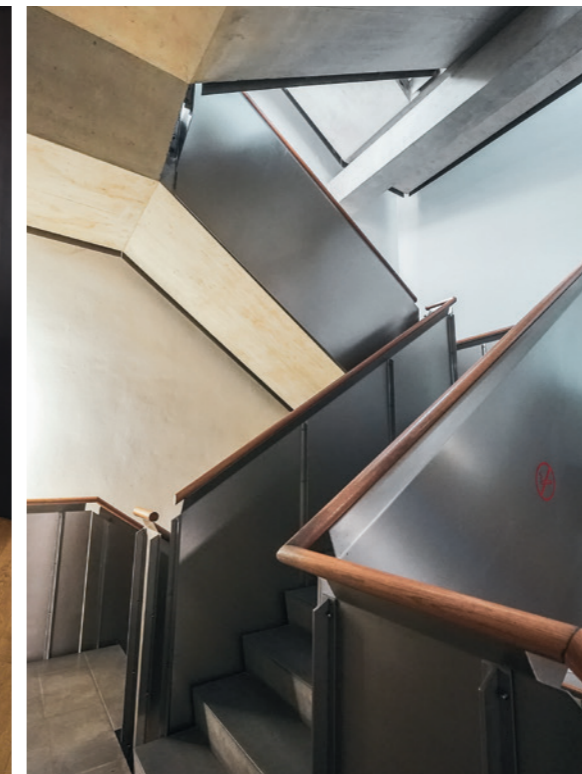
Wie dir das am besten gelingt, erfährst du in unserem Training zur Vorbereitung auf das Interview.

Tipps zum Thema Gehalt

Verschaff dir in der „Q&A-Fragerunde“ mit unseren Karriere-Expert*innen einen Überblick über markt- und branchenübliche Gehälter in Technik, IT und Naturwissenschaften!

Bitte informiere dich unter tucareer.com/events über die aktuellen Seminartermine und alle weiteren Details.

Unsere Seminare finden als Webinare und als Präsenz-Trainings statt.



Fotos: © Lio Longlife

Deine Ansprech- personen

Wir freuen uns darauf, euch auf eurer persönlichen Entdeckungsreise zu einem erfüllenden und sinnstiftenden Berufsweg zu begleiten.



Mag. Julia Stift



Lisa Bockberger, BA

t: +43 664 605887815
m: beratung@tucareer.com

Wir sind in der

Wiedner Hauptstraße 15
2. Stiege / DG 5. Stock / Top 5
1040 Wien

für dich da!

BEWERB-

S. 52

Karriere-Guide

Diese elf Unternehmen kannst du beim talente.praktikum und talente.programm persönlich kennenlernen. Hier beantworten die spannenden Arbeitgeber*innen essenzielle Fragen zum Recruiting.

S. 63

Musterbewerbung

Mit unseren Vorlagen ist Bewerben easy!

BEW



Macht eine Initiativbewerbung wirklich Sinn?

Dr. Maria Resch | Head of Human Resources FCP

Foto: © KRF

Auch auf die Gefahr hin, die Pointe gleich vorwegzunehmen: Die Frage möchte ich mit einem klaren JA beantworten.

Die Initiativbewerbung ist viel besser als ihr Ruf und sie wirkt vor allem dort, wo Selbstverantwortung, Tatendrang und der Glaube an das eigene Können und das Wissen – was man kraft der eigenen Motivation lernen kann – gefragt sind. Ich möchte sogar so weit gehen, zu sagen, dass es genaugenommen bereits ein erstes Selektionskriterium darstellt.

Wer nachfragt und sich ins Gespräch bringt, zeigt Interesse, und genau darum geht es. Mag sein, dass zu eben jenem Zeitpunkt Ihr Profil bereits latent gesucht wird – vielleicht aber auch nicht, dennoch zählt sie: Ihre Initiative, Ihr Schritt in eine aktive Bestimmung eines beruflichen Weges.

Sie zeigen damit einen wesentlichen Aspekt Ihres beruflichen Selbst, Sie zeigen auf und warten nicht darauf, dass andere es für Sie tun und Sie präsentieren die Fähigkeit von sich, aus eigenem Antrieb und mit ausgeprägtem Gestaltungswillen zu handeln.

Unternehmen suchen Persönlichkeiten, die dies auch innerhalb der Organisation an den Tag legen: Ihre initiative Bewerbung ist ein erstes klares situatives Beispiel dafür.

Worauf ist zu achten?

- Gehen Sie in Ihrem Motivationsschreiben besonders auf die Hintergründe Ihres Interesses ein.
- Stellen Sie sich in einem breiten Spektrum Ihrer Interessensgebiete dar.
- Zeigen Sie Profil, Ihre Persönlichkeit, Ihre Lernbereitschaft und Ihre Flexibilität.

- Formulieren Sie Sätze, die auf Sie aufmerksam machen.

- Gestalten Sie Ihre Unterlagen so, dass sie in Erinnerung bleiben.

- Versuchen Sie es mit einem Vorab-Telefonat mit Verantwortlichen für Recruiting und/oder der HR-Abteilung: Finden Sie heraus, wer diese Persönlichkeiten sind. Sie namentlich zu kennen, zeugt wiederum von echtem Interesse und wirkt verbindlich.

Und bitte wissen Sie stets: Wo ein klarer Wille – sprich ein ausgeprägtes Interesse – ist, da ist auch ein Weg, meiner persönlichen Ansicht nach ein erfolgreicher, weil er ein selbstbestimmter ist.

Wie handhaben wir bei FCP.VCE Initiativbewerbungen?

Wir schätzen diese Form der Kontaktaufnahme ganz besonders, da proaktive, gestaltungsfreudige Persönlichkeiten besonders gut in unsere Unternehmenskultur passen. Auch wenn wir nicht jedem unmittelbar eine passende Position anbieten können, so führen wir Gespräche, um Profile auszuloten, um gegebenenfalls zu einem späteren Zeitpunkt wieder anknüpfen zu können. Insgesamt haben wir in den vergangenen zwei Jahren über 20 % unserer Positionen über diese Form besetzen können.

Initiativ zu sein führt in eine konstruktive Aktivität, akzentuiert Ihre Persönlichkeit und führt früher oder später mit Sicherheit zu Ihrem beruflichen Ziel.

Mehr Infos unter FCP.at!



Wie gehe ich damit um, wenn ich nach meinen Schwächen gefragt werde?

Prok. Mag. Heide Schwarz, MBA | Leitung Personalmanagement bei HABAU Hoch- und Tiefbaugesellschaft m.b.H.

Foto: © HABAU GROUP Joel Kernasenko

Oftmals taucht diese Frage eher versteckt und anders formuliert auf: Etwa, welche Stärken andere haben, die einem selbst fehlen, oder was Kundinnen und Kunden an einem kritisieren könnten. Das Wichtigste ist, zu erkennen, weshalb Personalerinnen und Personaler sich nach den Schwächen erkundigen. Wir bei der HABAU GROUP möchten wissen, ob die Bewerberinnen und Bewerber über sich selbst reflektieren und ehrlich zu sich sowie anderen sind. Wir suchen keine perfekten Menschen – die gibt es auch nicht. Wir suchen solche, die zu uns passen und unsere Leidenschaft für die Baubranche teilen. Schwächen zu haben, ist normal und man sollte zu ihnen stehen.

Von Standardfloskeln und „Scheinschwächen“ wie Perfektionismus und Ungeduld, die man leicht als Stärken verkaufen kann, sollte man daher unbedingt Abstand nehmen. Personalerinnen und Per-

sonaler haben das schon hundertfach gehört und durchschauen das schnell. Im Idealfall zeigt man anhand von konkreten Beispielen und authentisch, dass man sich seiner Schwächen bewusst ist und an ihnen arbeitet. Eine Möglichkeit wäre es, zu sagen: „Vor anderen Menschen zu sprechen, macht mich gelegentlich nervös. Ich habe mir jedoch angewöhnt, mich sehr gut auf entsprechende Termine vorzubereiten und übe vorher mit Kolleginnen oder Freunden. Damit bekomme ich das sehr gut in den Griff.“

Diese Bereitschaft, anzupacken und sich weiterentwickeln zu wollen, wenn man an Grenzen stößt, ist für uns entscheidend.

Das zeigt sich u. a. auch an unseren Weiterbildungsprogrammen, in denen wir unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter gezielt fördern. Denn wir möchten gemeinsam über uns hinauswachsen, beste Ergebnisse erzielen und langfristig aufeinander bauen können. Mit unserer offenen Firmenkultur schaffen wir das Fundament dafür, dass individuelle Charaktere ihre Stärken einbringen und an ihren Schwächen arbeiten können.

Auf den Punkt gebracht: Ehrlich und authentisch bleiben!

BM Dipl.-Ing. Stefan Graf

CEO LEYRER + GRAF Baugesellschaft m.b.H.

Foto: © Leyrer + Graf

Das Leben ist keine „Gerade“. Es verläuft nicht konstant linear. Das Leben besteht aus vielen Ereignissen, Herausforderungen, Höhen und Tiefen, die es zu meistern gilt.

Trifft mich dieses „Tief“ unmittelbar vor einem Vorstellungsgespräch – dann einmal tief durchatmen! Nicht dramatisieren – jedem ist schon mal ein Hoppala passiert. Ehrlich bleiben. Die Sache beim Namen nennen. Den Kaffeefleck am Hemd ansprechen, sich für die im Besprechungszimmer verteilten Notizzettel entschuldigen – in Humor verpackt kann es ein Eisbrecher für den Gesprächsstart sein und Nervosität mindern. Besonders wichtig ist es zu thematisieren, wenn man im Bewerbungsgespräch feststellt, dass dieser Job nicht seinen Vorstellungen entspricht.

Offenheit ist die Basis für eine Kommunikation auf Augenhöhe und schafft damit Vertrauen. Ehrlichkeit mit Wertschätzung und Empathie bereichert, führt automatisch zu einer gelungenen Kommunikation und somit zu einem positiven Gesprächsverlauf.

Selbst wenn man direkt im Vorstellungsgespräch die angebotene Stelle negiert, schafft die Art und Weise der Kommunikation einen Austausch auf höchstem Niveau, den man gerne in Erinnerung behält.



Wir bei Leyrer + Graf sind besonders stolz auf unsere Gesprächskultur. Unser Leadership-Empowerment-Programm integriert neben vielen anderen Aspekten vor allem den kulturellen. „Wie gehen wir miteinander um?“ ist eine der Leitfragen, die wir uns immer wieder vor Augen halten und reflektieren. Unsere hohe Mitarbeiterzufriedenheit und geringe Fluktuationsrate bestätigen unseren Fokus auf zwischenmenschliche Beziehungen. Das macht uns aus und erfolgreich!

Deshalb: Bleiben Sie authentisch!

Mehr Infos unter leyrer-graf.at!

Wie werde ich zum „perfect match“? Der richtige Mix macht's aus!

DI Dr. Hubert Hager | Geschäftsbereichsleiter Projekte
Neu-/Ausbau ÖBB-Infrastruktur AG

Foto: © ÖBB/Lars Ternes

Ein Blick auf den Arbeitsmarkt zeigt: Der Kampf um die besten Köpfe wird härter. Getrieben von Globalisierung, Digitalisierung und Klimawandel werden die Aufgaben zunehmend komplexer und Arbeitsgeschwindigkeiten rasanter. Als Zuständiger für die Planung und Umsetzung der Neu- und Ausbauprojekte im Streckennetz der ÖBB kann ich das nur bestätigen. Denn im Kampf gegen den Klimawandel setzen wir aktuell das größte Bahnausbauprogramm um, das unsere Regierung jemals auf Schiene gebracht hat. Die hellsten Köpfe sind gefragt.

Aber was heißt das für Studierende auf der Suche nach einem Job in diesem Bereich? Lassen Sie mich die Chance ergreifen, unser Anforderungsprofil zu schärfen:

Bauprojekte zählen zu den komplexesten Aufgaben, die unsere Gesellschaft umsetzt. Sie sind in der Regel Unikate, die besondere Anforderungen an das Projektmanagement stellen. Dabei arbeiten wir in meinem Geschäftsbereich in Matrixorganisationen. D. h., die für das Projektmanagement zuständigen Projektleitungen binden im Projektverlauf zum richtigen Zeitpunkt die jeweils erforderlichen ÖBB-internen Expert*innen (Fachreferent*innen) ein und greifen dabei auf einen Expert*innenpool aus über 20 verschiedenen – vorwiegend technischen – Disziplinen zurück. Ebenso werden zahlreiche am Projekt arbeitende ÖBB-externe Auftragnehmer*innen koordiniert. Es kommt zu einem Zusammenwirken von Generalist*innen mit breiter fachlicher Ausbildung und von Spezialist*innen, die in ihren Fachgebieten



die erforderliche Expertise einbringen. An dieser Schnittstelle ist maßgebend, dass alle die gleiche technische Sprache sprechen und für eine gelungene Kooperation darüber hinaus über besondere Fähigkeiten in der Methoden-, Sozial- und Führungskompetenz verfügen. Fest steht: Die Kunst in der Zusammensetzung von Projektteams besteht im richtigen Mix aus Generalist*innen und Spezialist*innen – und im Idealfall aus den perfekt korrespondierenden Persönlichkeiten. Denn die Abwicklung von Projekten ist letztlich Teamsport.

„Sind Sie Teamplayer, verfügen zusätzlich zu Ihrer technischen Ausbildung über Know-how im Projektmanagement und haben Interesse an Bahnprojekten – dann sind Sie das ‚perfect match‘ zu unserem Mix.“

Mehr Infos unter karriere.oebb.at!

Mit Social Media zum Traumjob?

Dipl.-Ing. Josef-Dieter Deix
Geschäftsführer PORR Bau GmbH

Foto: © PORR

Social Media bietet Jobsuchenden eine erstklassige Chance, aus der Masse der Bewerberinnen und Bewerber hervorstechen. Denn auf LinkedIn, Xing, Twitter und Co. können sie mit relativ einfachen Mitteln Personal Branding betreiben und sich in einem attraktiven Licht präsentieren. Um damit Erfolg zu haben, gilt es freilich, einige Regeln zu beachten.

Eins jedoch vorweg: Wer sich bei der PORR beworben hat, muss nicht befürchten, dass der eigene Social-Media-Auftritt recherchiert wird. Denn nach



Bewerbungseingang ist dieser nicht mehr relevant: Die Einladung zu einem Gespräch erfolgt aufgrund der Bewerbungsunterlagen und der Berufserfahrung, danach gilt das persönliche Gespräch.

Trotzdem macht es Sinn, die eigenen Social-Media-Profile auf Hochglanz zu bringen. Einerseits, weil Unternehmen dort Active Sourcing betreiben und direkt auf die Userinnen und User zugehen. Die PORR etwa stellt alle offenen Stellen auf LinkedIn und kann dadurch interessante Profile einsehen. Zum anderen wegen der Vernetzung:

Wer auf Jobsuche ist, sollte sich mit Wunschunternehmen vernetzen, um News und Insights zu bekommen.

Die Vernetzung mit Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern ist für Jobsuchende schon eine heiklere Frage: Hier kommt es darauf an, ob ähnliche Interessen und Tätigkeitsbereiche bestehen.

Mit etwas Feintuning schaffen Jobsuchende ein attraktives Profil, das auffällt. Zum einen raten wir, nicht nur Werdegang und Ausbildung zu nennen. Die Persönlichkeit durchblitzen lassen kann man etwa im Profil-Slogan oder dem Beschreibungsfeld – dafür reicht ein Basis-Profil aus. Zweitens erleichtert man Recruiterinnen und Recruitern die Arbeit, wenn man eine Kontaktmöglichkeit außerhalb der Plattform anführt (Telefon, Mail etc.). Und drittens lohnt es sich, Arbeitsproben, Bilder und Videos anzufügen, um ein besseres Bild über die eigenen Projekte und Fähigkeiten zu vermitteln.

Als Arbeitgeberin freuen wir uns über kreative Profile, die uns mit einem Blick zeigen, warum Bewerberinnen und Bewerber gut zu uns passen. Wir raten: Nützen Sie dafür gerne auch die sozialen Medien.

Mehr Infos unter porr-group.com!

Entgeltliche Anzeige

Willkommen an Bord!

Von der Unterzeichnung des Dienstvertrags bis hin zum ersten Tag im Büro: Wie kann ich mich gut vorbereiten? Was erwarten Sie von mir?

Karoline Rauter M.A. | Gruppenleiterin Recruiting
Human Resource Development

Herzliche Gratulation! Sie haben uns im Bewerbungsgespräch überzeugt und wir freuen uns, Sie demnächst in unserem Team willkommen zu heißen. Eines vorweg: Besondere Vorbereitungen müssen Sie für Ihren ersten Arbeitstag nicht treffen. Alle relevanten Informationen zu Ihrer neuen Position erhalten Sie im Zuge des Onboarding-Prozesses, der mit dem Antritt der neuen Stelle beginnt. Trotzdem möchten wir Ihnen die Möglichkeit geben, sich schon im Vorfeld auf Ihren künftigen Job einzustimmen.

Nach der Unterzeichnung des Dienstvertrags beginnt daher die sogenannte Preboarding-Phase. Damit Sie bereits vorab Einblicke in die Firmenkultur bekommen, erhalten Sie neben allen für Ihren Start notwendigen Unterlagen und Hard Facts auch eine aktuelle

Ausgabe unserer Mitarbeiterzeitung „teams“. Diese liefert einen guten Überblick über aktuelle Projekte und Entwicklungen im Konzern. Abhängig vom Bereich oder der Abteilung, in der Sie anfangen, besteht mitunter auch die Möglichkeit, schon vor Beginn des offiziellen Arbeitsverhältnisses an Online-Meetings teilzunehmen. Generell gilt: Sollten während dieser Zeit Fragen auftauchen, können Sie sich jederzeit an Ihre Kontaktperson wenden.

An Ihrem ersten Tag erwarten wir von Ihnen, dass Sie zur vereinbarten Zeit am vereinbarten Ort erscheinen. Natürlich hoffen wir darüber hinaus, dass Sie sich auf Ihre neuen Aufgaben freuen! Um Ihnen eine optimale Einarbeitung zu ermöglichen, setzt sich unser Onboarding-Prozess aus vielen verschiedenen Elementen zusammen, die an das jeweilige Jobprofil angepasst sind. Sie erhalten einen individuell abgestimmten Einarbeitungsplan, lernen Ihr Team und Ihre Arbeitsumgebung kennen. Hinzu kommen (Online-) Schulungen und abhängig vom Einsatzgebiet ein Buddy, der Ihnen zur Seite gestellt wird.

Egal ob im Homeoffice, im Büro oder auf der Baustelle: Für den Onboarding-Prozess empfehlen wir Ihnen, sich aktiv einzubringen, offen und neugierig zu sein, Fragen zu stellen.

So stellen Sie sicher, maximal von dieser ersten Phase zu profitieren und den perfekten Grundstein für Ihre erfolgreiche Karriere bei STRABAG zu legen.

Mehr Infos unter karriere.strabag.com!



Entgeltliche Anzeige

Viele Wege, ein Ziel: Bei der Selbstpräsentation gut ankommen

Sabine Wimmer

Leiterin der Abteilung Infrastruktur, Wiener Linien

Foto: © Wiener Linien



„Erzählen Sie mal ein bisschen über sich ...“ – allein die Vorstellung dieser Aufforderung führt bei vielen Bewerber*innen schon vor dem Termin zu Knieschlottern. Die Bitte, sich vorzustellen, ist ein Fixpunkt in jedem Bewerbungsgespräch, meist gleich ganz zu Beginn. Der Methodenkoffer ist groß. Wie so oft im Leben gilt: Es gibt keine absolut richtige Lösung, keine Zauberformel. Auf der anderen Seite gibt es jedoch einige absolut falsche Herangehensweisen.

Wie wählt man also den richtigen Weg?

Um den für sich richtigen Weg zu finden, gibt es folgende drei wichtige Regeln, die du bedenken solltest:

1 Die Form/Art der Selbstpräsentation sollte unbedingt zum Job und dem Unternehmen passen! Bunte Folien mit Bildern und Zitaten können für einen Job im kreativen Bereich sehr passend sein – für eine Stelle z. B. im Bauwesen vielleicht eher Stirnrunzeln verursachen. Es kommt also immer stark darauf an, für welche Stelle du dich bewirbst und wie das Unternehmen tickt.

2 Aber: Auch zu dir selbst und deiner Art sollte es passen. Anpassung an die jeweilige Situation ist immer gut – sich komplett zu verstellen ein Tabu. Das führt einerseits dazu, dass du nervöser wirst, andererseits merkt das geschulte Recruiter*innen-Auge, dass du hier nicht ganz du selbst bist.

3 Es gilt: „Message before media!“ Es ist viel wichtiger, was du sagst, als auf welche Art du es präsentierst. Die tollste Powerpoint-Präsentation verführt zum Gähnen, wenn die vermittelte Story nicht relevant ist. Fokussiere dich also erst darauf, was deine Botschaften sind und bereite diese gut vor. Überlege dir genau, was du zu dir selbst sagen möchtest. Versuche konkrete Beispiele oder Situa-

tionen zu nennen, in denen Eigenschaften und Kompetenzen zum Einsatz gekommen sind, welche im Job gesucht werden. Denke bei der Vorbereitung immer daran: Welche Info ist für den Job und das Unternehmen relevant?

Was solltest du bei der Selbstpräsentation unbedingt vermeiden?

Den Lebenslauf vortragen: Deinen CV kennen die Unternehmensvertreter*innen schon und sie haben ihn meist vor sich liegen. Vermeide also unbedingt, einfach deinen Lebenslauf abzulesen. Erzähle lieber, wieso du welchen Ausbildungs- und Karriereschritt gemacht hast, was du aus den einzelnen Stationen gelernt hast, was dir bei deinen Jobs wichtig war oder welche Stärken du einsetzen konntest.

Zu lange sprechen: Filtere und priorisiere dabei immer nach der Relevanz für den jeweiligen Job. Womit kannst du besonders glänzen? Insgesamt sollte deine Redezeit nicht länger als drei Minuten sein.

Wir wünschen dir viel Erfolg bei deinem nächsten Vorstellungsgespräch – vielleicht für eine Karriere bei den Wiener Linien?

Mehr Infos unter [wienerlinien.at/karriere/](https://www.wienerlinien.at/karriere/)

Wie bereite ich mich auf einen Bewerbungsprozess in der Unternehmensberatung vor?

Bernadette Dolle, M.Sc. | Recruiting Lead Accenture Österreich

Foto: © Bernadette Dolle



Vorbereitung ist die halbe Miete. Genauso wie du dich für deine Prüfungen im Studium vorbereitest, solltest du ausreichend Vorbereitungszeit für dein Bewerbungsgespräch in einer Unternehmensberatung einplanen. Nimm dir Zeit und informiere dich vor deinem Gespräch über die Organisation: Wer sind deine Gesprächspartner? Wofür steht das Unternehmen? Welche Werte und Ziele verfolgt es? Etwas Vorbereitung gibt dir Sicherheit und hilft dir dabei, eine erste Einschätzung zu treffen, ob du dich mit der Vision des Unternehmens und der gelebten Unternehmenskultur identifizieren kannst.

Der Bewerbungsprozess bei Accenture startet mit dem Hochladen deines Lebenslaufs auf unserem Karriereportal. Nach einer ersten Prüfung deiner Bewerbungsunterlagen kommt es zum telefonischen Kennenlernen mit einem/-r unserer Recruiting-Kolleg*innen. Wir möchten in diesem Gespräch mehr zu deinem akademischen Werdegang sowie deinen bisherigen beruflichen Erfahrungen hören und über die gegenseitigen Erwartungen mit dir sprechen. Natürlich hast auch du die Möglichkeit, Fragen zu platzieren und dir einen ersten Eindruck von Accenture zu machen.

Im nächsten Schritt kommt es zum Interview mit unseren Kolleg*innen aus den Fachbereichen. An dieser Stelle möchte ich dir gleich etwas Angst nehmen:

*Im Bewerbungsprozess von
Accenture wirst du kein Assessment
Center durchlaufen. Bei allen Ge-
sprächen stehst du im Mittelpunkt.*

Dabei wird dir natürlich die eine oder andere fachliche Frage gestellt. Abhängig davon, für welchen unserer Unternehmensbereiche du dich interessierst, reichen die Fragen von kurzen Brainteasern über Case Studies bis hin zu Wissensfragen zu aktuellen Herausforderungen, Technologien und Trends. Mache dich vorab im Internet schlau – hier findest du zahlreiche Übungen zur Vorbereitung. Schau dir die Website deines zukünftigen Arbeitgebers an und informiere dich darüber, mit welchen Themen, Technologien und Trends sich das Unternehmen beschäftigt.

Während deines gesamten Bewerbungsprozesses ist uns eines ganz wichtig: Bleibe du selbst und sei authentisch. Zögere nicht, Fragen zu stellen und um Hilfe zu bitten, wenn du mal nicht weiterweißt – bei Accenture leben wir Individualität und Teamzusammenhalt nicht nur im Arbeitsalltag, sondern auch in unseren Bewerbungsprozessen.

Schau gerne unter [accenture.at/karriere](https://www.accenture.at/karriere) vorbei und lass uns deine Bewerbung zukommen.

Wir freuen uns darauf, dich kennenzulernen.



Gehaltsverhandlung leichtgemacht!

Jacqueline Wild
Head of Group Information Management

Foto: © Marcel Lehner

Noch immer sind Gehaltsverhandlungen ein schwieriges Thema für viele von uns. Doch das sollte sich ändern. Es muss klar und direkt über Geld gesprochen werden können. Es sollte nicht unangenehm sein, nach dem Gehalt zu fragen. Folgende Anlässe sind dabei die Regel:

Jobeinstieg nach dem Studium

Die meisten Unternehmen haben ein Standardeinstiegsgehalt für Absolvent*innen, bei dem es meist wenig Spielraum gibt. Schau dir verschiedene Jobausschreibungen an und du bekommst rasch einen guten Überblick über Einstiegsgehälter. Im Gespräch kannst du das angegebene Gehalt verifizieren, relevante Arbeitserfahrung während des Studiums noch hervorstreichen und ggf. abklären, wie es mit der Bezahlung von Überstunden aussieht. Auch ein Bonus oder Benefits im Unternehmen sind wichtig zu hinterfragen. Das machst du idealerweise am Ende des Gesprächs bzw. wenn klar ist, dass ernsthaftes Interesse besteht.

Interne Karriere

Du hast inzwischen gezeigt, was du kannst. Du kennst die internen Spielregeln (z. B. jährliche Performance-Gespräche, Vergütungsprozesse) und wählst den richtigen Zeitpunkt, das Thema Gehaltserhöhung anzusprechen. Du bist sicher gut vernetzt, weißt, was deine Freund*innen verdienen, und hast dich in seriösen Quellen informiert (z. B. Gehaltsbenchmarks diverser Berater*innen). Im Gespräch mit deinem/deiner Vorgesetzten holst du dir Feedback und erzählst von deinen Erfolgen und deiner Entwicklung. Klar und offen sprichst du an, dass du dir für deine Leistung eine Gehaltserhöhung wünschst. Nenne einen optimistisch-realistischen Betrag, vergleiche dich nicht mit



anderen, sondern argumentiere mit deiner Leistung und deinem Know-how. Vorgesetzte lassen sich nicht gerne unter Druck setzen! Erwarte dir keine sofortige Antwort, sondern frag nach, bis wann du mit einer Antwort rechnen kannst. Vorgesetzte wollen sich ein Angebot in Ruhe überlegen. Sie müssen sich auch an interne Prozesse halten. Bis zum genannten Zeitpunkt keine Antwort erhalten? Selbstverständlich fragst du nach.

Jobwechsel

Mit steigender Berufserfahrung ist auch dein Verhandlungsspielraum größer, dein Marktwert höher. Streiche deine Erfahrung und dein Wissen in relevanten Themengebieten hervor und steigere damit das Interesse an deiner Person. Für Kompetenz, Leistungsbereitschaft und gutes Auftreten zahlt man gern ein faires Gehalt. Jeder versteht, wenn du dein Gehalt bei einem Wechsel verbessern möchtest, aber pokere nicht zu hoch mit übertriebenen Angaben zum aktuellen Gehalt. Das wird meist durchschaut. Lote aus, welche Zusatzleistungen oder Rahmenbedingungen das Angebot für dich noch attraktiver machen können.

Die Vorbereitung macht den Unterschied im Ergebnis!

Mehr Infos unter mm.group!

Stressfaktor Assessment Center?

Mag. Sandra Temel | Manager HR

Foto: © Privat

Im Assessment Center werden die Bewerber*innen auf ihre Fähigkeiten und ihre Persönlichkeit geprüft, mit dem Ziel, möglichst ausführliche Profile über die Kandidat*innen zu erhalten. Das klingt nicht nur anstrengend für die Betroffenen, das ist es auch.

Schon die Einladung zu einem Assessment Center löst bei vielen Unbehagen, Nervosität und Stress aus. Es geht ja immerhin um die berufliche Zukunft jedes Einzelnen.

ABER: Kann es durch den Stress der Kandidat*innen nicht zu falschen Ergebnissen kommen?

Nicht jeder Job erfordert Stressresistenz. Möglicherweise übersieht man dadurch die wahren Potenziale?

Mein persönlicher Tipp:

Egal ob es um die Vorbereitung auf ein „normales“ Bewerbungsgespräch oder auf ein Assessment Center geht, informiert euch über den potenziellen Arbeitgeber, über seine Unternehmenskultur, Kunden und Produkte. Überlegt, ob ihr zu diesem Unternehmen passt, wo eure Stärken liegen und versucht stets authentisch zu sein. Nehmt die Vorbereitung ernst, denn es geht um viel. Auch für ein Assessment Center gibt es mittlerweile sehr gute Möglichkeiten dazu.

Assessment Center werden hauptsächlich von großen Konzernen eingesetzt. Wir als Familienbetrieb setzen auf die Kommunikation und ein persönliches Kennenlernen



ohne Stress – zuerst mit dem Management (HR- und Fachabteilung) und dann mit zukünftigen Kolleg*innen. Uns ist es wichtig, dass Kandidat*innen ins Team passen, aber auch Einblick in unsere Software bekommen. Je nach Bereich gibt es auch „Schnupperstunden“.

Bei kundennahen Jobs, wo die sozialen Kompetenzen und die Persönlichkeit im Vordergrund stehen, führen wir eine Persönlichkeitsanalyse durch (Dauer ca. 20 Minuten). Diese dient vor allem dazu, unseren persönlichen Eindruck vom Interview zu bestätigen bzw. abzurunden.

ISIS Papyrus Software sucht stets junge Talente, die Teil von uns werden und aktiv unsere Zukunft mitgestalten wollen. Neugierig?

Mehr Infos unter www.isis-papyrus.com!

Viel Erfolg bei eurer Jobsuche, egal ob mit oder ohne Assessment Center!



Muss ich mich bei einem Bewerbungsgespräch überhaupt be-werben? Immerhin will das Unternehmen ja mich!

Gabriele Vollnhofer | Talent Sourcing

Foto: © WALTER GROUP

Mit einer technischen Ausbildung hat man beste Voraussetzungen für den Arbeitsmarkt! **Top-Talente sind gefragt wie nie.** Du hast natürlich die Möglichkeit, entsprechend offensiv bei potenziellen Arbeitgeber*innen aufzutreten, Forderungen zu stellen und dann im Vergleich der Angebote das beste Gesamtpaket zu wählen. Benefits, Gehalt, Prämien spielen hier oft eine sehr wichtige und entscheidende Rolle.

Aber was verpasst man, wenn man nur die offensichtlichen Anreize vergleicht? Wenn man rein mit Forderungen in ein Gespräch geht und sich gar nicht auf das Gegenüber einlässt? Etwas unglaublich Wichtiges: **den richtigen Platz für dich!**

Denn ein Job ist viel mehr als Gehalt und gratis Kaffee oder Obstkorb. ;)

Wir möchten dich kennenlernen, erfahren, was dir wichtig ist und entdecken, wo dein Talent liegt.

Damit wir das gemeinsam herausfinden, gehen wir in einen offenen Austausch. Dabei geben auch wir als Unternehmen unsere Stärken und Schwächen preis, denn offene und ehrliche Kommunikation auf Augenhöhe ist uns wichtig. Zeige auch du dich mit allem, was du mitbringst – **sei so, wie du bist!**

Schon ist man auf einem anderen Level, nämlich **beim gemeinsamen Herausfinden des Cultural Fit** und idealerweise des richtigen Platzes für dich. Vielleicht ergeben sich dadurch **neue Perspektiven**, die dir davor gar nicht bekannt waren oder an die du selbst gar nicht gedacht hättest.

Sehr wahrscheinlich findest du im War for Talents einen guten Job, aber für den „perfect match“ ist es von Vorteil, sich auch selbst zu be-werben.

Bewerbung

So erstellst du deine perfekten Unterlagen

Das Anschreiben

Mit dem Anschreiben präsentierst du deine Persönlichkeit, deine Erfahrungen und deine Motivation. Das Unternehmen kann dadurch feststellen, ob du als potenzielle/r Mitarbeiter*in hinsichtlich deiner individuellen Qualifikationen und deiner Persönlichkeit in das Unternehmen und dessen Umfeld sowie Kultur passt. Es gibt auch Unternehmen, die die Bewerbungsmodalitäten sehr vereinfachen und Anschreiben nicht mehr einfordern. Die Standards solltest du dennoch kennen und deine Unterlagen den spezifischen Anforderungen der jeweiligen Unternehmen anpassen.

Um ein hochwertiges Anschreiben zu verfassen, braucht es eine gründliche Vorbereitung. Informiere dich auf der Website und in Social-Media-Kanälen über das jeweilige Unternehmen.

Folgende Punkte können schon online „zwischen den Zeilen“ herausgelesen werden:

- Unternehmenskultur/Wertvorstellungen eines Unternehmens
- Herausforderungen im Arbeitsprozess
- Karrieremöglichkeiten im Unternehmen
- Ansprechpartner*innen in der Personalabteilung
- Wirtschaftlicher Erfolg des Unternehmens

Persönlich bleiben

Dein Anschreiben ist deine persönliche Visitenkarte. Achte also auf eine seriöse und authentische Sprache, guten Ausdruck und korrekte Schreibweise, Standard-Floskeln lass am besten außen vor. Ebenso raten wir bewusst von Serienschreiben ab, bei denen nur die Ansprechperson geändert wird. Versuche, dich vorteilhaft, aber ehrlich zu präsentieren sowie die Hintergründe und die Motivation deiner Bewerbung verständlich darzulegen. Ähnlich wie im klassischen Produktmarketing stellen dein Anschreiben und dein CV im ersten Schritt nicht nur inhaltlich, sondern auch optisch deine (Be-)Werbung nach außen dar. Achte also darauf, beide Dokumente vom Layout anzupassen.

Das abgebildete Anschreiben soll dir als Leitfaden dienen, das jedoch noch deinen persönlichen Touch benötigt, um hervorstechen zu können. Auf den nächsten Seiten ist der zugehörige Musterlebenslauf zu deiner Orientierung dargestellt.



Musteranschreiben

Hannah Ölmüller, BSc
1050 Wien, Margaretenstraße 3

Achte auf die Vollständigkeit deiner Kontaktdaten.

Hochbaumeister GmbH
z. H. Dipl.-Ing. Richard Baumeister
Meisterstraße 101
1040 Wien

Denke an die Betreffzeile! Wofür bewirbst du dich? Hier solltest du auch – wenn vorhanden – die Inserat- oder Jobnummer angeben.

Wien, 28. März. 2022
Trainee-Position bei Hochbaumeister GmbH

Richte dein Anschreiben direkt an eine Person. Solltest du keine/n zuständige/n Ansprechpartner*in bei deiner Recherche finden, richte es an den/die HR-Verantwortliche/n. Im ersten Absatz solltest du anführen, warum du dich genau für diese Position/dieses Unternehmen bewirbst.

Sehr geehrter Herr Dipl.- Ing. Baumeister,

die Hochbaumeister GmbH interessiert mich seit Beginn meines Studiums und beeindruckt mich durch die Vielzahl an Karriere- und Weiterbildungsmöglichkeiten.

Solltest du schon persönlichen Kontakt zu dem Unternehmen gehabt haben, nimm darauf Bezug.

Den ersten persönlichen Kontakt zu Ihrem Unternehmen habe ich im Frühjahr bei der Jobmesse der TU Wien geknüpft. Bei dem interessanten Gespräch mit Frau Mag. Bauer hatte ich die Chance, erste Einblicke in Ihre Unternehmensstruktur und interne Abläufe zu bekommen. Begeistert hat mich dabei das von ihr vorgestellte Trainee-Programm mit der Möglichkeit, die verschiedenen Fachabteilungen in Ihrem Unternehmen kennenzulernen.

Bezug zum Unternehmen herstellen: Warum möchtest du dort arbeiten? Führe deine fachlichen und Soft Skills detaillierter an.

Schon während meines Studiums legte ich großen Wert auf Praxisnähe. So habe ich eigenständig einen Projektplan für eine Problemstellung in einem Unternehmen erstellt und war maßgeblich an der Umsetzung dieses Plans beteiligt. In dieser Zeit konnte ich erste Erfahrungen in der Gesprächsführung mit Kund*innen sammeln und meine gewissenhafte Arbeitsweise in der Praxis anwenden.

Hebe relevante Kompetenzen hervor. Nimm hier auch Bezug auf geforderte Qualifikationen. Solltest du noch nicht über viel Berufserfahrung verfügen, kannst du deine Kompetenzen auch aus deinen Hobbys oder außeruniversitären Aktivitäten ableiten.

Ich beschreibe mich selbst als wissbegierige und zielstrebige Person mit einer hohen Kommunikationsfähigkeit. Diese Kompetenzen kann ich auch beim Ausüben meines Hobbys, bei dem ich an der Organisation von Sportveranstaltungen mitwirke, weiterentwickeln. Die von Ihnen geforderten Kenntnisse in den Programmen AutoCAD und ArchiCAD habe ich in Seminaren und Übungen während meines Studiums erlernt und in der praktischen Anwendung bei meinen Praktika weiter verbessert.

Gegebenenfalls führe ein mögliches Eintrittsdatum an. Dein Anschreiben sollte nicht länger als eine A4-Seite sein.

Meine schnelle Auffassungsgabe und meine Fähigkeit zum lösungsorientierten Denken machen mich bestimmt zu einer Bereicherung für Ihr Unternehmen.

Ich freue mich auf ein persönliches Gespräch!

Mit freundlichen Grüßen
Hannah Ölmüller

Telefon +43 679 - 453 23 01

E-Mail hannah.oelmueller@gmail.com

Muster Lebenslauf

Persönliche Daten



Hannah Ölmüller, BSc

Adresse: Margaretenstraße 3, 1050 Wien

Telefon: +43 679-453 23 01

E-Mail: hannah.oelmueller@gmail.com

Geburtsdatum: 01. 01. 1995

Nationalität: Österreich

In weiten Teilen Europas, vor allem in Österreich und Deutschland, ist ein Foto im Lebenslauf Standard. Lass dir unbedingt ein professionelles Foto machen und verwende keine Schnappschüsse!

Wenn du Nicht-EU-Staatsbürger*in bist, füge deinen Unterlagen noch die gültige Arbeitserlaubnis hinzu. Füge außerdem eine Information deiner Arbeitserlaubnis hinzu, zum Beispiel Studierendenvisum 20 Std./Woche.

Ausbildung

10/2020 – dato

Technische Universität Wien

Masterstudium Bauingenieurwesen

Schwerpunkt: Bauprozessmanagement sowie Verkehr und Mobilität

Hier kannst du den Schwerpunkt deiner Ausbildung angeben, um thematische Highlights zu setzen.

10/2016 – 06/2020

Technische Universität Wien

Bachelorstudium Bauingenieurwesen und Infrastrukturmanagement

Abschluss Bachelor of Science (BSc)

Bachelorarbeit: „Erstellung eines Maßnahmenkataloges für alle am Bau Beteiligten zur Vermeidung von Mängeln bei Betonbauteilen“

08/2011 – 06/2016

Camillo Sitte Lehranstalt

Höhere Technische Bundeslehr- und Versuchsanstalt für Bautechnik Wien III, Ausbildungszweig Hochbau

Ordne sowohl deine Ausbildungsstufen als auch deine Berufserfahrungen chronologisch, wobei du beim aktuellsten beginnst und dann absteigend vorgehst.

Berufserfahrung

Seit 09/2021
15 Std./Woche

Immobilien GmbH Wien

Werkstudentenjob im Bereich Projektentwicklung

- Strukturierte und eigenständige Projektrecherche
- Aktualisierung der Projektdatenbanken
- Mitwirkung bei der Erstellung von Projektdokumentationen, Rechnungsprüfungen und Reportings
- Durchführung von Markt-, Kunden- und Wettbewerbsanalysen
- Unterstützung bei der Erstbewertung von Anfragen und Ausschreibungen

07/2020 – 08/2020

Verkehrs GmbH Wien

Ferialpraktikum im Bereich Verkehrswegebau

- Mitarbeit im BIM-Projektteam
- Verwendung und Anpassung von 3D-Modellen und Verknüpfung mit Terminplänen (4D)
- Mitarbeit bei der Konzeption, Dimensionierung und Planung von Entwässerungsanlagen der Verkehrsinfrastruktur

Musterlebenslauf

07/2019 – 08/2019

Bau und Handels GmbH Linz

Ferialpraktikum im Bereich Sanierungsprojekte

- Unterstützung bei der Kalkulation und Erstellung der Angebotsunterlagen für mehrere Bauprojekte (Sanierung oder Neubau nach Abriss)
- Berechnung statischer Lösungen
- Erstellung von Planzeichnungen in AutoCad
- Vermessungsarbeiten auf der Baustelle

Gib in Stichworten die wichtigsten Tätigkeiten, Verantwortungsbereiche, Erfolge und verwendeten Tools an!

Sprachkenntnisse

- Deutsch
- Englisch
- Italienisch
- Französisch

Muttersprache

Verhandlungssicher (TOEFL – Test of English as a Foreign Language, Zertifikat Cambridge English)

Fließend

Grundkenntnisse

Gib bei deinen Sprachkenntnissen unbedingt an, wie gut du die jeweilige Sprache beherrschst. Spezifiziere hier deine Angaben (Stufen etc.)!

Fachkenntnisse

- AutoCAD
- ArchiCAD
- SPSS
- MS-Office

Alternativ kannst du die Fachkenntnisse auch in Worten beschreiben.

Interessen

- Schach, Teilnahme an internationalen Turnieren, Mitarbeit bei der Organisation von Schachturnieren
- Ehrenamtliche Tätigkeit im Pensionistenwohnheim Wien-Mitte
- Rucksack-Reisen im asiatischen Raum

Interessen anzugeben ist kein Muss, kann aber deine Persönlichkeit noch besser beschreiben.

Solltest du dich für eine wissenschaftliche Stelle bewerben, gib auch deine Publikationen an.



Ready for Mission Future?

Starte Deine Karriere bei Infineon Austria mit Deiner Ausbildung im Bereich Technik, IT oder Naturwissenschaften!

Bereit mit uns die Zukunft zu gestalten?

Wir machen das Leben einfacher, sicherer und umweltfreundlicher. Werde ein Teil unseres Teams in der Fertigung und Entwicklung in Villach.



Bewirb Dich jetzt!
 #FrontEndAustria
www.infineon.com/jobsaustria



UNSERE TIPPS



Design

Einfach selbst ein eigenes Lebenslauf-Design mit Canva gestalten: www.canva.com
 Das Layout sollte deiner Persönlichkeit entsprechen.



Lesestoff

Im TU Career Center haben wir eine Reihe von Karrierebüchern zusammengestellt. Gerne geben wir euch Buchtipps unter beratung@tucareer.com.



Statussymbol: Hirn.



Welcome to the Group. Zusammen gewinnen, zusammen verlieren: Bei uns ist Fehler machen absolut erlaubt. Denn es gibt kein „I“ in BCG – nur ein „G“ für Group, die voneinander lernen. Mehr erfahren: [women.bcg.de](https://www.women.bcg.de)

