

Bewerbungsgespräch mit KI vorbereiten

Leitfaden für Studierende

Dieser Leitfaden zeigt Ihnen, wie Sie sich mithilfe von KI-Tools gezielt und strukturiert auf Ihr nächstes Bewerbungsgespräch vorbereiten. Sie erfahren, worauf es im Gespräch ankommt, wie Sie Ihre Antworten mit der STAR-Methode aufbauen – und wie Sie KI anschliessend konkret als Übungspartner einsetzen: von der Interviewsimulation bis zum Feedback auf Ihre Antworten.

1. Darauf kommt es im Vorstellungsgespräch an

Wie präsentiere ich mich überzeugend? Stellen Sie sich strukturiert in 2–3 Min. selbst vor. Der rote Faden sollte ersichtlich sein und man sollte erkennen, warum Sie die geeignetste Person für die entsprechende Stelle sind.	Was ist mein USP und welche Beispiele belegen ihn? Überlegen Sie sich, welche Ihre Stärken sind, welche für den Job von Relevanz sind, und tragen Sie konkrete Situationen zusammen, welche Ihre Stärken untermauern.
Warum genau diese Stelle und dieses Unternehmen? Erarbeiten Sie sich Ideen, warum Sie diese Stelle möchten und warum die Unternehmenskultur passt.	Welche typischen Fragen könnten kommen? Antworten zu Stärken, Schwächen, Motivation und Erfahrungen vorbereiten. Es kann auch fachliches Wissen entsprechend der Stelle geprüft werden – je nachdem, ob das Interview mit HR oder Fachexperten aus dem operativen Bereich stattfindet.

2. Mit der STAR-Methode beim Beantworten der Fragen überzeugen

Achten Sie darauf, dass Ihre Antworten jeweils wie folgt aufgebaut sind:

S — Situation	Den Kontext kurz beschreiben: Wo, wann und in welchem Rahmen?
T — Task	Die eigene Aufgabe oder Herausforderung klar benennen.
A — Action	Die konkreten eigenen Schritte beschreiben.
R — Result	Das Ergebnis aufzeigen, möglichst mit messbaren Fakten oder Zahlen.

Die folgenden Abschnitte zeigen, wie Sie KI gezielt einsetzen, um sich überzeugend vorzustellen, Ihre Antworten nach der STAR-Methode zu strukturieren und Feedback zu Ihrer Wirkung im Gespräch zu erhalten.

3. KI-Anwendungen helfen bei der Gesprächsvorbereitung

1. Interview simulieren	2. Antworten strukturieren (STAR)	3. Feedback auf Antworten
— Ziel: gezielt vorbereitet und mit weniger Nervosität ins Gespräch gehen — Prompt: «Simuliere ein Interview für [Position] und stelle typische sowie anspruchsvolle Fragen.» — Mehrfaches Üben steigert Reaktionsfähigkeit und Sicherheit	— Ziel: unklare oder zu lange Antworten präzisieren — Prompt: «Hilf mir, diese Antwort nach der STAR-Methode klar und prägnant zu formulieren.» — Ergebnis: stimmige Argumentation und professionellerer Eindruck	— Ziel: verstehen, wie man auf Recruiter/innen wirkt — Prompt: «Beurteile meine Antwort aus Recruiter/innen-Perspektive und zeig konkretes Verbesserungspotenzial auf.» — Ermöglicht gezielten Perspektivenwechsel

Hinweis: Seien Sie sich bewusst, welche Daten und Informationen Sie einer KI anvertrauen. Geben Sie keine vertraulichen Angaben ein — formulieren Sie Prompts wo nötig allgemein oder anonymisiert.

4. Gute vs. schlechte Prompts im Vergleich

Anwendungsfall	Schwacher Prompt	Starker Prompt
Interview simulieren	«Was soll ich im Gespräch sagen?»	«Simuliere ein Vorstellungsgespräch für diese Stelle und stell typische sowie herausfordernde Fragen.»
Antworten strukturieren	«Hilf mir mit meiner Antwort»	«Hilf mir, diese Antwort nach der STAR-Methode klar zu formulieren.»
Feedback einholen	«Ist meine Antwort gut?»	«Beurteile meine Antwort aus der Perspektive einer Recruiter/in und zeig konkretes Verbesserungspotenzial auf.»
Selbstvorstellung üben	«Schreib mir eine Selbstvorstellung»	«Ich bewerbe mich als [Rolle]. Gib Feedback zu meiner 2-minütigen Vorstellung: Was wirkt überzeugend, was klingt generisch?»

Grundregel: Gute Prompts = klar, konkret, mit Kontext und Ziel. Schlechte Prompts = allgemein, unklar, ohne Ziel.

5. Empfehlungen und Stolperfallen

Empfehlenswert	Zu vermeiden
KI als Übungspartner nutzen, eigene Antworten danach stets anpassen	KI-Antworten wortwörtlich auswendig lernen — dies wirkt unnatürlich
Konkrete Stelle und persönlichen Kontext in jedem Prompt angeben	Vage Prompts verwenden, die allgemeinen Eingaben liefern generische Resultate
Verschiedene Szenarien durchspielen: Standard- und Stressfragen	KI-Output unkritisch übernehmen — Fehler oder Floskeln können enthalten sein
KI-Feedback reflektieren und in die eigene Sprache übersetzen	Die eigene Persönlichkeit hinter KI-Formulierungen verstecken

Bereiten Sie drei bis fünf eigene STAR-Geschichten als Grundlage vor.

Grundsatz: KI unterstützt die Vorbereitung — sie ersetzt weder die eigene Reflexion noch die Authentizität im Gespräch.

6. Fazit und nächste Schritte

KI kann Sie bei der Vorbereitung wirkungsvoll unterstützen — vom Üben einzelner Antworten bis zur Simulation des gesamten Gesprächs. Nutzen Sie sie als Trainingspartner, nicht als Ersatz für Ihre eigene Vorbereitung.

Ihre nächsten drei Schritte

1. Simulieren Sie mit KI ein erstes Interview für Ihre Zielposition.
2. Strukturieren Sie 3–5 eigene STAR-Geschichten und lassen Sie sich Feedback dazu geben.
3. Üben Sie Ihre 2-minütige Selbstvorstellung und passen Sie sie in Ihren eigenen Worten an.