








Checkliste: Dein perfektes Online-Jobinterview




1. Technik & Setup

- [] **Ton-Check:** Mikrofon und Lautsprecher/Headset sind getestet. 
- [] **Energie:** Laptop hängt am Stromkabel (nicht nur Akku!). 
- [] **Verbindung:** Alle unnötigen Browser-Tabs und Apps sind geschlossen. 
- [] **Kamera:** Die Linse ist sauber und auf Augenhöhe (ggf. Bücher unterlegen). 




2. Bild & Umgebung

- [] **Beleuchtung:** Das Licht kommt von vorne (Fenster oder Lampe), nicht von hinten. 
- [] **Hintergrund:** Neutral, aufgeräumt und professionell. 
- [] **Ruhe:** Fenster sind zu, das Handy ist lautlos und Mitbewohner wissen Bescheid. 

3. Auftreten & Kleidung

- [] **Outfit:** Komplettes Business-Outfit (ja, auch die Hose!). 
- [] **Blickkontakt:** Du schaust in die Kamera-Linse, nicht auf den Bildschirm. 
- [] **Körpersprache:** Aufrechte Sitzposition, Hände sind ggf. im Bild sichtbar. 

4. Während des Gesprächs

- [] **Redemittel:** Sätze wie „Können Sie mich gut hören?“ liegen bereit. 
- [] **Notizen:** Block und Stift liegen bereit (kurz ankündigen!). 
- [] **Getränk:** Ein Glas stilles Wasser steht griffbereit. 

5. Der Abschluss

- [] **Abgang:** Freundlich verabschieden, lächeln und **warten**, bis die Verbindung sicher getrennt ist, bevor du aufatmet. 