

# Bewerbungstraining auf der Bühne

Stimme, Haltung, Ausdruck - all das gehört zu einer erfolgreichen persönlichen Bewerbung. RP-Mitarbeiterin Maren Schubert besuchte eine Theaterpädagogin, die sich auf das Coaching mit den Mitteln der Schauspielerei spezialisiert hat.

VON MAREN SCHUBERT

Auf dem Boden in der Altbauwohnung an der Ferdinandstraße sind zwei Felder mit Klebeband abgetrennt. Eines der Felder ist gefüllt mit Gegenständen: Ein Koffer, ein Tennisball, eine kleine Krone, eine Krawatte und eine Handtasche liegen darin. Es sind Symbole, die mich als Person beschreiben sollen. Ich sollte sie aus den Kisten und Regalen herausuchen, die Nadja Sinzigs private Theaterbühne umgeben. „Es geht darum, Dinge sichtbar zu machen und sich selbst Klarheit zu verschaffen“, sagt Nadja Sinzig. Die Theaterpädagogin bietet Bewerbungs-Coachings für Jugendliche an. Am Anfang gehe es dabei vor allem darum, sich klar zu machen, wo man steht und wo man hin will. „Die Eigenwahrnehmung ist wichtig. Sonst lässt man sich von außen schnell verunsichern.“

Vor dieser Aufgabe hat Nadja Sinzig mich herzlich und offen begrüßt. In ihrer Wohnung herrscht eine ruhige und gemütliche Atmosphäre. In einer Ecke des Raumes stehen zwei weiße bequeme Sessel für das Begrüßungsgespräch bereit. Sie sind gegenüber aufgestellt, so dass man sich ansehen kann. Am Anfang stellt die Theaterpädagogin ein paar allgemeine Fragen, nach dem Alter und dem Berufswunsch, dann fragt sie, woran ich arbeiten möchte. Ich sage, dass ich gerne noch selbstsicherer auftreten würde, um in einem Bewerbungsgespräch besser meine Stärken zeigen zu können. Nadja Sinzig coacht nur mit den Mitteln der Schauspielerei:



Die Teilnehmer wählen: einen Koffer, einen Tennisball, eine kleine Krone, eine Krawatte und eine Handtasche. Welche Symbole beschreiben die eigene Person? Das gilt es bei Nadja Sinzig herauszufinden.

RP-FOTO: DETLEF ILGNER

Bewegung, Ausdruck, Stimme. Mit Jugendlichen arbeitet sie so zum Beispiel an deren Körperhaltung. Die Jugendlichen sollen erkennen und verstehen, wie sie sich bewegen. „Viele Jugendliche gehen sehr gebeugt und mit hängenden Schultern“, sagt Nadja Sinzig. Danach sollen sie ausprobieren, wie sie lau-

fen, wenn sie sich aufrichten. Dabei gehe es ganz viel um Wahrnehmung. „So wie man geht, begegnet man auch vielen Dingen im Leben.“

Ihr erstes Coaching hatte die Pädagogin mit einer Frau, die an ihrer Stimme arbeiten wollte, weil sie immer so leise gesprochen hat. Auch viele andere Schüler spüren schon

bald die ersten Erfolge: „Eine junge Frau, die zu mir kommt, ist inzwischen viel selbstsicherer.“ Oft simuliert sie auch Bewerbungsgespräche mit Jugendlichen, damit sie sich auf diese Situation vorbereiten können.

Der gelernten Theaterpädagogin macht die Arbeit mit den Menschen viel Spaß. Seit einem halben Jahr

## NADJA SINZIG

### Theaterpädagogin mit vielen Facetten

**Person** Nadja Sinzig absolvierte eine Ausbildung zur Theaterpädagogin. Sie bietet nicht nur Bewerbungscoachings zur persönlichen Weiterentwicklung, sondern auch Schauspielkurse für Kinder, Jugendliche und Erwachsene sowie individuelle Coachings zur persönlichen Weiterentwicklung an.

**Infos** [www.theaterraum.com](http://www.theaterraum.com)

**Anmeldung** 02161 2478916 oder [info@theaterraum.com](mailto:info@theaterraum.com)

bietet sie das Coaching an. „Ich wollte mit meiner Arbeit nicht nur an der Oberfläche bleiben, nicht nur Rollen spielen. So kann ich den Menschen auch ein Stück weit helfen“, erklärt sie. „Man kann sich im Schauspiel ausprobieren, aber im Leben nützt es nichts, eine Rolle zu spielen.“ Momentan macht sie eine Zusatzausbildung als systemische Beraterin. Sie lernt, wie sie durch die gemeinsame Arbeit die Kompetenzen und Ressourcen des Gegenübers stärken kann.

Bei ihrem Coaching will sie dem Gegenüber auch die Möglichkeit geben, in eine andere Rolle zu schlüpfen, um so aus sich herauszukommen. „Ich biete den Raum, hier auch mal etwas auszuprobieren, etwas zu spielen, was man sich sonst vielleicht nicht traut“, sagt die Theaterpädagogin.