

STAR-Methode Kurzreferenz

Die 4 Komponenten strukturierter Antworten

S

Situation

15-20 Sek.

Kontext: Wo? Wann? Welches Projekt/Team?

T

Task

10-15 Sek.

DEINE spezifische Aufgabe/Verantwortung

A

Action

40-50 Sek.

Konkrete Schritte, die DU unternommen hast

R

Result

20-25 Sek.

Messbare Ergebnisse mit Zahlen

Optimale Antwortlänge: 1-2 Minuten

S
T
A
R

Dos and Don'ts

Do

- ✓ "Ich habe..." verwenden
- ✓ Konkrete Beispiele nennen
- ✓ Mit Zahlen belegen
- ✓ Auf den Punkt kommen

Don't

- ✗ "Wir haben..." (zu vage)
- ✗ Ohne Kontext antworten
- ✗ Keine messbaren Ergebnisse
- ✗ Auswendig gelernt klingen

Warum STAR funktioniert:

- Strukturierte Interviews verbessern die Vorhersage der Arbeitsleistung um 50%
- Bewerber:innen mit STAR-strukturierten Antworten haben 40% höhere Erfolgchancen

Story-Bank

Sammele hier deine besten Geschichten für verhaltensbasierte Fragen

Story 1

Story-Titel / Thema:

Kompetenz-Tags:

Teamwork

Konfliktlösung

Leadership

Problem-Solving

Initiative

Anpassungsfähigkeit

Zeitdruck

Fehler & Learning

S – Situation

Welches Unternehmen? Welches Team? Welcher Zeitraum? Was war die Ausgangslage?

T – Task

Was war DEINE spezifische Verantwortung? (nicht die des Teams)

A – Action

Welche konkreten Schritte hast DU unternommen? Welche Tools/Methoden? Welche Entscheidungen?

R – Result

Was war das messbare Ergebnis? Prozentsätze? Eingesparte Zeit? Umsatzauswirkung?

Metriken-Box (konkrete Zahlen):

Story 2

Story-Titel / Thema:

Kompetenz-Tags:

Teamwork

Konfliktlösung

Leadership

Problem-Solving

Initiative

Anpassungsfähigkeit

Zeitdruck

Fehler & Learning

S – Situation

Welches Unternehmen? Welches Team? Welcher Zeitraum? Was war die Ausgangslage?

T – Task

Was war DEINE spezifische Verantwortung? (nicht die des Teams)

A – Action

Welche konkreten Schritte hast DU unternommen? Welche Tools/Methoden? Welche Entscheidungen?

R – Result

Was war das messbare Ergebnis? Prozentsätze? Eingesparte Zeit? Umsatzauswirkung?

Metriken-Box (konkrete Zahlen):

Story 3

Story-Titel / Thema:

Kompetenz-Tags:

Teamwork

Konfliktlösung

Leadership

Problem-Solving

Initiative

Anpassungsfähigkeit

Zeitdruck

Fehler & Learning

S – Situation

Welches Unternehmen? Welches Team? Welcher Zeitraum? Was war die Ausgangslage?

T – Task

Was war DEINE spezifische Verantwortung? (nicht die des Teams)

A – Action

Welche konkreten Schritte hast DU unternommen? Welche Tools/Methoden? Welche Entscheidungen?

R – Result

Was war das messbare Ergebnis? Prozentsätze? Eingesparte Zeit? Umsatzauswirkung?

Metriken-Box (konkrete Zahlen):

Die 15 häufigsten verhaltensbasierten Fragen

Bereite für jede Frage eine passende Story aus deiner Story-Bank vor

- 1 Erzählen Sie von einer Situation, in der Sie unter Druck arbeiten mussten. Story # ____
- 2 Beschreiben Sie einen Konflikt mit einem Kollegen und wie Sie ihn gelöst haben. Story # ____
- 3 Geben Sie ein Beispiel für einen Fehler, den Sie gemacht haben. Story # ____
- 4 Erzählen Sie von einem Projekt, auf das Sie besonders stolz sind. Story # ____
- 5 Beschreiben Sie, wie Sie mit einer unmöglichen Deadline umgegangen sind. Story # ____
- 6 Geben Sie ein Beispiel für eine Situation, in der Sie Initiative gezeigt haben. Story # ____
- 7 Wie sind Sie mit einer großen Veränderung umgegangen? Story # ____
- 8 Erzählen Sie von einer schwierigen Entscheidung, die Sie treffen mussten. Story # ____
- 9 Beschreiben Sie, wie Sie jemanden überzeugt haben. Story # ____
- 10 Geben Sie ein Beispiel für erfolgreiche Teamarbeit. Story # ____
- 11 Erzählen Sie von einem gescheiterten Projekt – was haben Sie gelernt? Story # ____
- 12 Beschreiben Sie, wie Sie Prioritäten setzen. Story # ____
- 13 Geben Sie ein Beispiel, wo Sie über Ihre Aufgaben hinausgegangen sind. Story # ____
- 14 Erzählen Sie von einer Situation mit einem schwierigen Kunden/Stakeholder. Story # ____
- 15 Beschreiben Sie, wie Sie mit Feedback umgehen. Story # ____

Tipp

- Jede Story kann für mehrere Fragen verwendet werden.
- Markiere dir, welche Story zu welcher Frage passt.
- Bereite mindestens 2 Stories pro Kompetenz vor.

Metriken-Finder Checkliste

Grabe in deinen Projekten nach quantifizierbaren Ergebnissen

Durchsuche deine Projekte nach:

Prozentsätze	(Steigerungen, Reduktionen, Verbesserungen)
Eingesparte Zeit	(Stunden, Tage, Wochen die eingespart wurden)
Umsatzauswirkung	(Generierter Revenue, Kosteneinsparungen)
Gewonnene Kunden/Leads	(Anzahl neuer Kunden, Leads, Kontakte)
Teamgröße	(Wie viele Personen geleitet oder koordiniert)
Budget	(Eingehalten, unterschritten, oder verwaltet)
Projekttiming	(Vor Deadline, pünktlich, wie viel früher)
Qualitätsmetriken	(Fehlerquote, Conversion-Rate, Zufriedenheit)
Reichweite/Impact	(Wie viele Personen/Abteilungen betroffen)

Keine exakten Zahlen?

- Schätze Größenordnungen: "ca. 200 Kunden", "rund 15% Steigerung"
- Vergleiche mit Vorher/Nachher: "Halbierte die Bearbeitungszeit"
- Nutze relative Aussagen: "Beste Performance im Team"

Deine gesammelten Metriken:

Übungsplan

4 Wochen zur perfekten STAR-Antwort

Woche 1

Story-Bank füllen

8-10 Geschichten aus deiner Karriere sammeln
Verschiedene Kompetenzen abdecken
Erste Entwürfe in die Story-Bank eintragen

Woche 2

Metriken recherchieren

Alte Berichte, E-Mails und Dokumente durchsuchen
Zahlen und Ergebnisse quantifizieren
Metriken-Box für jede Story ausfüllen

Woche 3

Laut üben mit Timer

Jede Story laut durchsprechen
Timer auf 1-2 Minuten stellen
Timing für jeden STAR-Teil prüfen

Woche 4

Video-Aufnahmen zur Selbstanalyse

Dich selbst beim Antworten aufnehmen
Körpersprache und Füllwörter analysieren
Finales Feintuning vor dem Interview

Übungsmethoden

Vor dem Spiegel – Körpersprache beobachten
Mit Freund:in/Partner:in – Echtes Feedback bekommen
Aufnehmen und anhören – Timing und Füllwörter prüfen
Mit Timer – 1-2 Minuten einhalten

Interview Quick-Check

Zum Ausdrucken und Mitnehmen

VOR dem Interview

5-8 Stories aus Story-Bank memoriert (nicht auswendig gelernt!)

Jede Story deckt eine andere Kompetenz ab

Alle Stories haben quantifizierbare Ergebnisse

Geübt mit Timer: 1-2 Minuten pro Antwort

"Ich" statt "Wir" – persönlicher Beitrag klar

Unternehmenskultur recherchiert

WÄHREND des Interviews

Frage genau anhören – welche Kompetenz wird geprüft?

Passende Story aus Story-Bank wählen

STAR-Struktur einhalten: $S \rightarrow T \rightarrow A \rightarrow R$

40-50 Sekunden für Action-Teil einplanen

Mit konkreten Zahlen im Result-Teil abschließen

STAR Quick-Reminder

S	Situation (15-20s)	Kontext setzen: Wo, wann, welches Projekt?
T	Task (10-15s)	DEINE Verantwortung, nicht das Team
A	Action (40-50s)	Konkrete Schritte mit "Ich habe..."
R	Result (20-25s)	Messbare Ergebnisse mit Zahlen!

Du hast dich vorbereitet. Du bist bereit. Viel Erfolg!