

Der Türsteher.

Wie dein Lebenslauf und Anschreiben an der KI vorbeikommen.
Und dann beim Menschen überzeugen.

Ein Praxis-Guide für Jobsuchende 45+



INHALT

Was dich erwartet

00	Intro – Bevor du anfängst	3
01	Teil 1 – Den Türsteher verstehen	5
02	Teil 2 – Dein Lebenslauf	8
03	Teil 3 – Dein Anschreiben	11
04	Teil 4 – Die Brücke	15
05	Checkliste – Bevor du auf Absenden klickst	16
06	Über mich – Ich hab' sie auf beiden Seiten gesehen	18

BEVOR DU ANFÄNGST

Du bewirbst dich. Und dann passiert: nichts.

Keine Einladung. Meistens nicht einmal eine Absage. Nur Stille. Und die nagt mehr als jedes Nein, weil sie dir keinen Grund liefert, den du korrigieren könntest.

Was viele nicht wissen: Oft hat in diesem Moment noch gar kein Mensch deinen Lebenslauf gesehen. Eine Software hat ihn gelesen, in Sekunden, und in eine von zwei Ablagen sortiert. Bei manchen Anschreiben inzwischen ebenso, wenn auch anders und unregelmäßiger, dazu kommen wir in Teil 3. Erst wer diesen ersten, unsichtbaren Filter übersteht, kommt überhaupt zu einem Menschen.



Schlechte und gute Nachricht zugleich

Die schlechte: Dieser Filter trifft dich öfter als jüngere Bewerbende, aus Gründen, die mit deiner Eignung nichts zu tun haben. Die gute: Sobald du weißt, wonach die Maschine sucht, lässt sich das ändern, ohne dass du dich verstellen musst.

BEVOR DU ANFÄNGST

Was dieses eBook ist – und was nicht.

Dieses eBook zeigt dir genau das: woran du erkennst, dass dein Lebenslauf oder dein Anschreiben an diesem ersten Filter hängen bleiben, und was du selbst sofort überprüfen kannst. Es ist bewusst kein Schritt-für-Schritt-Kurs mit fertigen Formeln und Vorlagen, das wäre in wenigen Leseminuten unehrlich versprochen. Wo es tiefer geht, sage ich dir genau, damit du weitermachen kannst.

”

Ich habe selbst mehr als 25 Jahre als Recruiter & Personalverantwortlicher auf der anderen Seite des Schreibtischs gesessen. Was hier steht, ist keine Theorie aus einem Ratgeber, sondern das, was ich tausendfach gesehen habe.



01

Den Türsteher verstehen

Die Maschine ist nur der Türsteher, nicht der Gastgeber. Aber ohne sie kommst du nicht rein.



Was ein ATS wirklich macht



Die zwei häufigsten Fehler



Warum es 45+ öfter trifft

TEIL 1 • DEN TÜRSTEHER VERSTEHEN

Was ein ATS wirklich macht.

Ein Applicant Tracking System, kurz ATS, ist im Kern simpel: Es liest deinen Lebenslauf nicht wie ein Mensch, sondern zerlegt ihn in Datenfelder, gleicht sie mit den Anforderungen der Stellenanzeige ab und vergibt einen Wert. Wer unter einer bestimmten Schwelle liegt, wird nie in die engere Auswahl aufgenommen, unabhängig davon, wie gut die eigentliche Qualifikation passt.

Es gibt im Kern zwei Arten, an diesem Filter zu scheitern, und die meisten 45+ scheitern öfter aus dem einen Grund als aus dem anderen.

- **Formatfehler:** Dein Lebenslauf ist inhaltlich stark, aber so gestaltet, dass die Software ihn gar nicht richtig einlesen kann – Tabellen, Spalten, eingebettete Grafiken, eine kreative Zeitleiste.
- **Keyword-Mismatch:** Du bringst die gesuchte Erfahrung mit, beschreibst sie aber mit anderen Worten als die Anzeige. Für eine Maschine sind zwei unterschiedliche Begriffe zwei unterschiedliche Welten.

**INSIDER-CHECK**

Ich habe in meiner Recruiting-Zeit oft erlebt, wie gute Kandidat*innen in der Software nie auftauchten, obwohl ihr Lebenslauf auf Papier ausgedruckt genau gepasst hätte. Am Bildschirm war er ein leeres Feld. Das ist keine Ausnahme, das ist der Normalfall bei kreativ gestalteten Lebensläufen.

TEIL 1 • DEN TÜRSTEHER VERSTEHEN

Warum trifft das 45+ öfter?

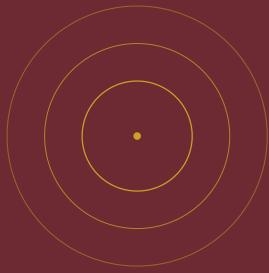
Drei Gründe, ganz ohne Wertung. Erstens stammt der zuletzt selbst geschriebene Lebenslauf bei vielen aus einer Zeit, in der Word-Vorlagen mit Tabellen und Spalten der Standard waren, nicht die Ausnahme. Zweitens verändert sich die Sprache der Stellenanzeigen schneller, als die eigene mitwächst – eine Berufsbezeichnung von vor zehn Jahren heißt heute oft anders. Drittens neigen lange Laufbahnen dazu, alles aufzulisten statt auszuwählen, und genau das verwässert die Treffer, nach denen die Software sucht.

3 WARNSIGNALE, DASS DICH DER TÜRSTEHER SCHON EINMAL ABGEWIESEN HAT	TRIFFT ZU
Du bewirbst dich auf Stellen, die fachlich zu dir passen, und bekommst nicht einmal eine automatische Absage, nur Stille.	☐
Dein Lebenslauf liegt aktuell als gestaltetes PDF mit Spalten, Icons oder einer grafischen Zeitleiste vor.	☐
Der Jobtitel für deine aktuelle oder letzte Position ist nicht derselbe, den du in aktuellen Stellenanzeigen für vergleichbare Positionen liest.	☐

”

Die gute Nachricht: Beides lässt sich prüfen, und zwar von dir selbst, noch bevor du auch nur eine Zeile umschreibst.





02

Dein Lebenslauf: Wo er wirklich hängen bleibt

Der Inhalt ist selten das Problem. Wie er verpackt ist, schon.



6-Punkte-Selbstdiagnose



Das Prinzip Keyword-Spiegeln



Ein Praxisbeispiel aus dem Recruiting

TEIL 2 • DEIN LEBENS LAUF

Selbstdiagnose: Wo hängt dein Lebenslauf?

Bevor du beginnst, irgendetwas an deinem Lebenslauf umzuschreiben, lohnt sich ein ehrlicher Blick auf das, was bereits da ist. Die folgenden sechs Punkte verraten dir, ob dich die Maschine eher aussortiert als einlädt, unabhängig davon, wie gut deine eigentliche Erfahrung ist.

SELBSTDIAGNOSE: WO HÄNGT DEIN LEBENS LAUF?	TRIFFT ZU
Mein Lebenslauf enthält Tabellen, Spalten oder Textboxen für das Layout.	☐
Er ist länger als zwei Seiten, und ältere Stationen sind genauso ausführlich beschrieben wie die letzten Jahre.	☐
Im oberen Drittel der ersten Seite steht nicht klar, was ich heute beruflich mache und anbiete.	☐
Ich verwende andere Begriffe für meine Erfahrung als die, die in aktuellen Stellenanzeigen für vergleichbare Rollen stehen.	☐
Mein Foto ist älter als drei Jahre, oder ich habe gar keines.	☐
Ich habe meinen Lebenslauf noch nie in ein einfaches Textprogramm kopiert, um zu sehen, was davon überhaupt lesbar bleibt.	☐

Mehr Praxis dazu?



Jedes Ja hier ist kein Beinbruch, aber ein Punkt, an dem dich die Maschine eher aussortiert als einlädt. Wie du dein oberes Drittel, deine Formatierung und deine Stationen so baust, dass Mensch und Maschine gleichermaßen überzeugt werden, das ist der Kern von Modul 2 im Online-Kurs „Bewerbung 45+“, dort gehen wir jede dieser sechs Fragen mit Formeln und Beispielen durch.

TEIL 2 • DEIN LEBENSLAUF

Das Prinzip Keyword-Spiegeln.

”

Eine Bewerberin schrieb in ihrem Lebenslauf „Personalverantwortung“, die Stellenanzeige suchte aber „Personalleitung“. Für jeden Menschen im Raum ist klar: Das ist dieselbe Erfahrung, nur anders benannt. Für viele Systeme ist es das nicht.

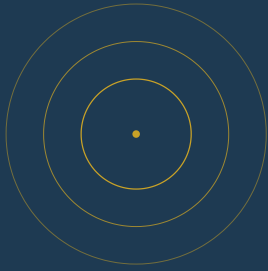
Ein Beispiel, das zeigt, wie fein die Grenze ist

Sie vergleichen Zeichenketten, nicht Bedeutung, und zwei unterschiedliche Zeichenketten ergeben keinen Treffer. Das Prinzip dahinter heißt Keyword-Spiegeln: die Begriffe der Anzeige so genau wie möglich in deinen eigenen Unterlagen wiederzufinden, ohne zu übertreiben, aber auch ohne aus falscher Bescheidenheit deine eigene Sprache über die der Anzeige zu stellen. Es geht dabei nicht nur um Jobtitel, sondern genauso um Tool-Namen, Zertifikate und Fachbegriffe.



Mehr Praxis dazu?

Wie du systematisch die entscheidenden Begriffe jeder Anzeige findest und wortgenau einbaust, lernst du Schritt für Schritt in Modul 1 und 2 im Online-Kurs „Bewerbung 45+“.



03

Dein Anschreiben: Der unterschätzte zweite Türsteher

Teilweise liest die Maschine mit. Wichtiger ist inzwischen eine andere Frage: Klingt es noch nach dir?



Liest die Maschine mit?



Die drei KI-Verräter



5 Fragen: Klingt es nach dir?

TEIL 3 • DEIN ANSCHREIBEN

Liest die Maschine dein Anschreiben mit?

Die meisten 45+, mit denen ich spreche, glauben eines von zwei Dingen über das Anschreiben: entweder, dass es sowieso niemand liest, weil eine Software längst entschieden hat. Oder, dass es exakt so streng wie der Lebenslauf gescannt wird. Beides stimmt nicht ganz.

Die ehrliche Antwort: Es kommt auf das System an. Große, etablierte Bewerbermanagement-Systeme lesen und bewerten Anschreiben oft mit, meist über denselben Keyword-Abgleich wie beim Lebenslauf. Schlankere Systeme, wie sie viele kleinere Unternehmen nutzen, speichern das Anschreiben dagegen oft nur als Anhang, ohne es automatisiert zu bewerten. Dein Anschreiben ist damit fast nie der Haupt-Filter wie dein Lebenslauf, aber bei knappen Entscheidungen zwischen zwei ähnlich passenden Kandidat*innen wird es oft zum Zünglein an der Waage.

**INSIDER-CHECK**

Ich habe in den letzten Jahren häufiger Anschreiben gelesen, die technisch fehlerfrei waren und mir trotzdem nichts über die Person verraten haben. Das fällt auf, mittlerweile schneller als ein Tippfehler.

TEIL 3 • DEIN ANSCHREIBEN

Was sich wirklich verschoben hat.

Was sich aktuell wirklich verschoben hat, ist nicht das Keyword-Scannen. Es ist eine zweite, neuere Prüfebene: ob dein Anschreiben überhaupt noch nach dir klingt. Der Grund ist simpel: Inzwischen nutzt ein erheblicher Teil aller Bewerbenden KI-Tools, um sich Anschreiben komplett schreiben zu lassen, aktuelle Studien gehen bereits von weit über vierzig Prozent aus. Recruiter und zunehmend auch automatisierte Systeme sind darauf trainiert, genau das zu erkennen.

- Floskeln, die überall passen und nirgends etwas aussagen – „mit großer Begeisterung“, „dynamisches Umfeld“, „ich bin ein Teamplayer“.
- Eine auffallend glatte Sprache ohne jede persönliche Kante.
- Generische Aussagen ohne eine einzige Zahl, ein Projekt oder ein konkretes Beispiel, das nur du liefern könntest.

”

Eine KI kann sich Floskeln ausdenken. Sie kann sich nicht ausdenken, dass du vor Jahren eine Abteilung durch eine Umstrukturierung geführt hast, mit allem, was dabei schiefging und am Ende doch funktioniert hat.

Deine größte Stärke mit 45+

TEIL 3 • DEIN ANSCHREIBEN

Klingt es nach dir? 5 Fragen.

KLINGT ES NACH DIR? 5 FRAGEN	TRIFFT ZU
Könnte dieser Text, Wort für Wort, auch von jemand anderem für dieselbe Stelle abgeschickt worden sein?	☐
Steht mindestens eine konkrete Zahl, ein Projekt oder ein Ereignis drin, das nur du liefern kannst?	☐
Hast du beim lauten Vorlesen das Gefühl, das klingt wie ich, oder eher wie eine Vorlage aus dem Internet?	☐
Kommt der Name der Firma oder ein konkreter Bezug zur Stelle vor, statt einer allgemeinen Formulierung?	☐
Endet dein Anschreiben klar und selbstbewusst, oder mit einer Formulierung, die um eine Chance bittet?	☐

Mehr Praxis dazu?



Wie du dein Anschreiben konkret aufbaust, damit es in maximal fünf Sätzen genau diese Fragen mit Ja beantwortet, das ist der Kern von Modul 3, Kapitel 1 im Online-Kurs „Bewerbung 45+“. Dort bekommst du die komplette Struktur, inklusive der Formulierungen, die den ersten Satz retten.

„
Angenommen, beides sitzt: Lebenslauf und Anschreiben kommen durch beide Türsteher. Was passiert dann?
“

TEIL 4 • DIE BRÜCKE

Du bist durch die Maschine. Jetzt entscheidet ein Mensch.

Angenommen, beides sitzt: Lebenslauf und Anschreiben kommen durch beide Türsteher. Was passiert dann?

Der Moment, in dem du zum Gespräch eingeladen wirst, fühlt sich oft wie das Ziel an. Er ist aber nur der nächste Filter, und er funktioniert nach völlig anderen Regeln als die ersten beiden. Ein Mensch entscheidet jetzt nicht mehr über Keywords, sondern über Sekunden: über deinen ersten Satz, deine Haltung, wie du auf unangenehme Fragen reagierst. Und ja, mittlerweile mischt auch hier manchmal wieder eine Maschine mit: Manche Unternehmen setzen inzwischen Video-Interviews mit KI-gestützter Vorauswertung ein, noch bevor überhaupt ein Mensch zuschaltet.

”

Das ist der Moment, an dem der Online-Kurs „Bewerbung 45+“ endet und der Online-Kurs „Bewerbungsgespräche 45+“ beginnt: Deine Unterlagen haben ihren Job gemacht, jetzt bist du live gefragt.

CHECKLISTE

Bevor du auf Absenden klickst.

Reiß dir diese Seite heraus, oder häng sie dir neben den Bildschirm. Zehn Fragen, ehrlich beantwortet, bevor die nächste Bewerbung rausgeht.

KRITERIUM	ERLEDIGT	OFFEN
1 Mein Lebenslauf ist einspaltig, ohne Tabellen, Textboxen oder eingebettete Grafiken.	☐	☐
2 Ich habe die wichtigsten Begriffe aus der Stellenanzeige wortgenau in Lebenslauf und Anschreiben übernommen.	☐	☐
3 Mein Lebenslauf ist maximal zwei Seiten lang.	☐	☐
4 Im oberen Drittel steht sofort erkennbar, was ich heute beruflich anbiete.	☐	☐
5 Mein Foto ist nicht älter als drei Jahre.	☐	☐
6 Mein Anschreiben ist kürzer als eine Seite.	☐	☐
7 In meinem Anschreiben steht mindestens eine Zahl, ein Projekt oder ein Beispiel, das nur ich liefern kann.	☐	☐
8 Ich habe kein „trotz“, „obwohl“ oder „immer noch“ in Bezug auf meine Erfahrung verwendet.	☐	☐
9 Der Name der Firma oder ein konkreter Bezug zur Stelle kommt in meinem Anschreiben vor.	☐	☐
10 Ich habe beide Dokumente laut gelesen und dabei gedacht: Das klingt nach mir.	☐	☐

Dieses eBook zeigt dir, was nicht funktioniert.

Die komplette Umsetzung, mit Formeln, Vorlagen und Übungen, die du direkt an deinem eigenen Lebenslauf durchgehst, findest du in meinen beiden aufeinander aufbauenden Online-Kursen.



Bewerbung 45+

Nimmt dich bei der Hand, von der ersten Analyse bis zum fertigen, ATS-sicheren Lebenslauf und Anschreiben. Drei Module: wie Recruiting wirklich funktioniert, wie du deinen Lebenslauf Zeile für Zeile so baust, dass er in acht Sekunden überzeugt, und wie du dich mit Anschreiben und abseits der klassischen Bewerbung sichtbar machst.

Kostenloses Webinar dazu →

Direkt zur Bestellseite →



Bewerbungsgespräche 45+

Setzt genau dort an, wo dieses eBook endet: beim Gespräch selbst. Drei Module: wie du dich vorbereitest und deine Story in zwei Minuten erzählst, wie du Gesprächsablauf und Fragen hinter den Fragen souverän meisterst, und wie du Schluss, Nachbereitung und auch eine Absage professionell handhabst.

Kostenloses Webinar dazu →

Direkt zur Bestellseite →

Hinweis: In den beiden kostenlosen Webinaren gibt es oft zeitlich begrenzte Gutschein-Codes. Schau' rein, es kann sich lohnen.

Hand aufs Herz: die Maschine muss nur einmal überzeugt werden. Der Mensch danach, das bist wieder du.

Dein Friedrich W. Ploier



ÜBER MICH

Ich hab' sie auf beiden Seiten gesehen.

Ich bin Friedrich, und seit über 25 Jahren sitze ich als Recruiter und Personalverantwortlicher auf der anderen Seite des Schreibtischs. Ich habe Lebensläufe gesichtet, bevor es dafür Software gab, und ich sichte sie, seit es sie gibt.

Was ich dabei gelernt habe: Gute Kandidat*innen scheitern selten an mangelnder Eignung. Sie scheitern daran, dass ihre Unterlagen nie bei einem Menschen ankommen. Das ist kein Randproblem, das ist inzwischen der Normalfall, und bei 45+ trifft es öfter zu als fair wäre.



Und die KI?

Ja, ich nutze sie täglich, auch um Bewerbungsunterlagen schneller zu prüfen. Nur: Sie ersetzt nicht deine eigenen Geschichten, Zahlen und Erfahrungen. Genau die sind es, die dich am Ende von jedem anderen unterscheiden.