

Antworten auf die häufigsten Fragen Zum Thema Lebenslauf

Basierend auf unserem Experten-Webinar mit Andreas Brüllmann von [Bewerbung.ch](#)



Wie viele Seiten darf mein Lebenslauf haben?

- Grundsätzliche Empfehlung: 1 bis 2 Seiten
- Länge hängt auch von der Berufserfahrung ab
- Nur für die Stelle relevante Tätigkeiten ausführlich beschreiben
- Für die Stelle nicht relevante Angaben weglassen
- Interesse muss bereits auf der ersten Seite geweckt werden

Braucht es ein Foto im Lebenslauf?

- Ein Foto im Lebenslauf ist nicht zwingend, wird aber oft erwartet (vor allem bei repräsentativen Funktionen und/oder Kundenkontakt)
- Ohne Foto könnte der Eindruck entstehen, man hätte etwas zu verbergen
- Ein professionelles Foto kann einen positiven, persönlichen Eindruck vermitteln
- Bei der Auswahl des Fotos auf gute Qualität, angemessene Kleidung, den Hintergrund und auf freundlichen Ausdruck achten
- Keine Selfies verwenden

Umgang mit Lücken im Lebenslauf?

Mutterschaft, Vaterschaft, Kinderbetreuung

- Kann so im Lebenslauf aufgeführt werden
- Wahrnehmung für Karriere hat sich verändert – Stichwort "Care-Arbeit"
- Vor dem Bewerben Unternehmensphilosophie prüfen und recherchieren, wie das Unternehmen diesbezüglich positioniert ist

Sabbatical

- Kann so im Lebenslauf aufgeführt werden
- Beschreiben, wofür das Sabbatical genutzt wurde: Z.B. zur beruflichen Neuorientierung, für Familienzeit, für ein persönliches Projekt, etc.

Arbeitslosigkeit

- Begriffe "Arbeitslosigkeit" oder "arbeitslos" unbedingt vermeiden
- Kann Vorurteile oder negative Vorstellungen auslösen
- Alternative Begriffe wie "aktive Stellensuche" oder "berufliche Neuorientierung" verwenden

Krankheit oder Unfall

- Begriffe "Krankheit" und "Unfall" können ebenfalls Vorurteile oder negative Vorstellungen auslösen: Z.B. die Angst vor Rückfällen und erneuten Arbeitsausfällen
- Es gibt Argumente dafür und dagegen, Krankheit oder Unfall im Lebenslauf offen zu kommunizieren
- Argument dafür: Allenfalls bessere Chancen auf Vorstellungsgespräch, wo die Situation ausführlich und persönlich erklärt werden kann
- Argument dagegen: Vorurteile oder Ängste könnten auch im Vorstellungsgespräch nicht ausgeräumt werden oder ich werde erst gar nicht eingeladen
- Wichtig bei Erwähnung von Krankheit oder Unfall im Lebenslauf: Fokus auf positive Aspekte richten (Genesung, vollständige oder teilweise Arbeitsfähigkeit, Motivation zum Wiedereinstieg, etc.)
- Keine unwahren Angaben machen, wenn Krankheit oder Unfall nicht erwähnt werden: Lücke allgemein umschreiben, z.B. "private Auszeit", "Neuorientierung", etc. und sich auf diesbezügliche Fragen im Vortellungsgespräch entsprechend vorbereiten
- Vor dem Bewerben Unternehmensphilosophie prüfen und recherchieren, wie das Unternehmen diesbezüglich positioniert ist

Kinder im Lebenslauf erwähnen?

- Die Erwähnung von Kindern ist zwar in den meisten Fällen nicht relevant für die Stelle, aber oft ein wichtiger Teil der eigenen Lebensrealität und können erwähnt werden

- Wichtig, falls die Kinder noch betreuungspflichtig sind: Erwähnen, dass die Betreuung gewährleistet ist, um Vorbehalten bezüglich Flexibilität und Verfügbarkeit entgegenzuwirken

Referenzen aufführen im Lebenslauf?

- Referenzen sind kein Muss, können aber Vertrauen schaffen
- Wichtig, falls Referenzen angegeben werden: Unbedingt immer zuerst Referenzperson anfragen, ob sie mit der Angabe einverstanden ist
 - Optional die Referenzperson bitten, ein bis zwei kurze, positive Sätze über mich zu verfassen, welche als zusätzliche Information zur Referenz erfasst werden können
 - Anstelle von Referenzen kann auch ein Hinweistext erfasst werden: Z.B. "Auf Anfrage" oder "Werden auf Wunsch gerne bekannt gegeben"



Alter angeben im Lebenslauf?

- Ähnlich wie beim Foto ist die Altersangabe nicht zwingend, wird aber oft erwartet
- Anhand der erfassten Daten im Lebenslauf (solange vollständig) kann auf das ungefähre Alter geschlossen werden
- Wie beim Begriff der Arbeitslosigkeit, kann auch die Altersangabe gewisse Vorurteile auslösen (Stichwort Ü50, teuer, nicht mehr so fit, etc.). Diese Vorurteile sind oft nur schwer zu entkräften
- Eigene Erfahrungen sammeln, indem für unterschiedliche Bewerbungen das Alter im Lebenslauf mal angegeben und mal weggelassen wird. Erfolgreichere Strategie entsprechend anwenden

Lebenslauf unterschreiben und datieren?

- In der Schweiz ist es nicht üblich, den Lebenslauf zu unterschreiben und/oder zu datieren

Braucht es ein Deckblatt?

- Ein Deckblatt ist nicht nötig
- Falls ein Deckblatt verwendet wird, darauf achten, dass das Interesse am Weiterlesen geweckt wird und die relevantesten Informationen darauf ersichtlich sind (z.B. Kurzprofil)

Lohnerwartungen erwähnen?

- Grundsätzlich nicht üblich und brancheabhängig
- Recherchieren, ob für Branche üblich oder nicht und im Zweifelsfall nicht erwähnen
- Falls im Stelleninserat gefordert, unbedingt erwähnen und besser Lohnspanne als konkrete Summe angeben

Zivilstand angeben im Lebenslauf?

- Angaben zum Zivilstand sind kein Muss und können weggelassen werden
- Da der Zivilstand Teil der eigenen Lebensrealität ist, kann der Zivilstand aber auch angegeben werden

Militär erwähnen im Lebenslauf?

- Sind militärische Ausbildung oder Funktion relevant für die Stelle, können Angaben dazu erfasst werden
- Andernfalls können Angaben zum Militär weggelassen werden
- Unternehmensphilosophie prüfen und recherchieren, wie das Unternehmen diesbezüglich positioniert ist

Allgemeines:

- Niemals falsche oder unwahre Angaben machen im Lebenslauf
- Zuerst Informationen zur Stelle und zum Unternehmen sammeln und recherchieren
- Lebenslauf immer individuell an die jeweilige Stelle anpassen
- Nur für die Stelle relevante Angaben im Lebenslauf aufführen
- Lebenslauf gegenlesen lassen und Feedback einholen
- Die ersten 20 Sekunden der Prüfung des Lebenslaufs sind entscheidend
- Auf der ersten Seite muss das Interesse geweckt werden (Kurzprofil, Kompetenzprofil, für die Stelle relevante Erfahrungen, etc.)
- Erfahrungen sammeln und Strategie entsprechend anpassen