

@GPTMarlon

WIE DU CLAUDE NUTZT

UM DEINEN NÄCHSTEN JOB ZU LANDEN

Bewerbungsoptimierung · ATS-Bypass · Interview-Prep · Automatische Bewerbungen

Lebenslauf-Analyse	Match-Score, fehlende Keywords, rote Flags
ATS-Rewrite	Schlage die Roboter – und stoppe den Scroll des Recruiters
Auto-Bewerben	Claude bewirbt sich für dich – auch nachts
Anschreiben-Generator	Individuelle Briefe in 30 Sekunden pro Job
Interview-Prep	Unternehmens-Recherche und Mock-Interviews
Gehaltsverhandlung	Datenbasierte Gegenangebot-Skripte
LinkedIn-Optimizer	Profil-Rewrite der wirklich Recruiter-DMs bringt
Follow-Up-Vorlagen	E-Mails die dich im Kopf behalten

So funktioniert's

Die meisten Lebensläufe werden abgelehnt, bevor ein Mensch sie je liest. Applicant Tracking Systems (ATS) scannen nach Keywords und Formatierung – und entscheiden, ob du überhaupt zum Recruiter durchkommst. Selbst wenn ein Mensch deinen Lebenslauf sieht, scannt er ihn im Durchschnitt nur 7 Sekunden, bevor er entscheidet ob er weiterliest oder abbricht.

Claude löst beide Probleme. Es analysiert deinen Lebenslauf gegen die echte Stellenbeschreibung, findet genau die fehlenden Keywords, schreibt deine Erfahrungen mit bewährten Formeln um – und prüft das Ergebnis aus zwei Perspektiven: ATS-Filter und Hiring Manager. Der gesamte Prozess dauert ca. 10 Minuten und kann deine Interview-Rate erheblich steigern.

WAS DU BRAUCHST

1. Ein Claude-Konto (Free-Tier reicht für die Lebenslauf-Prompts)
2. Deinen aktuellen Lebenslauf (PDF, Word oder Plain Text)
3. Die Stellenbeschreibung der Stelle, auf die du dich bewirbst
4. Für Auto-Bewerben: Claude Pro + Cowork + Chrome Extension

Dein Workflow auf einen Blick

Schritt 1	Lebenslauf-Analyse
Schritt 2	Erfahrungs-Rewrite
Schritt 3	ATS + Hiring Manager Test
Bonus A	30-Sekunden-Anschreiben
Bonus B	Auto-Bewerben mit Cowork
Bonus C	Interview-Vorbereitung
Bonus D	Gehaltsverhandlung
Bonus E	LinkedIn-Optimizer
Bonus F	Follow-Up E-Mails

0 1

Schritt 1

Die Lebenslauf-Analyse

Lade deinen Lebenslauf und die Stellenbeschreibung zu Claude hoch. Dieser erste Prompt lässt Claude wie ein Senior Recruiter des jeweiligen Unternehmens denken – und gibt dir eine ehrliche Bestandsaufnahme, bevor du anfängst irgendetwas umzuschreiben.

PROMPT 1: LEBENS LAUF-ANALYSE (kopieren & einfügen)

Verhalte dich wie ein Senior Recruiter des Unternehmens,
bei dem ich mich bewerbe.

Analysiere meinen Lebenslauf gegen diese Stellenbeschreibung.

Gib mir:

1. Einen Match-Score von 100
2. Die 5 wichtigsten fehlenden Keywords, nach denen das ATS sucht
3. Die 3 roten Flags, die ein Hiring Manager in unter 10 Sekunden entdecken wuerde
4. Welche Abschnitte stark sind und warum
5. Welche Abschnitte schwach sind und warum
6. Wie mein Lebenslauf im Vergleich zu einem starken Kandidaten fuer diese Stelle aussieht

Sei brutal ehrlich. Ich moechte Probleme lieber jetzt loesen als spaeter gehostet werden.

BEISPIEL-OUTPUT

MATCH-SCORE: 62 / 100

FEHLENDE KEYWORDS:

1. 'abteilungsübergreifende Zusammenarbeit' (3x in Stellenbeschreibung)
2. 'Stakeholder-Management' (2x in Stellenbeschreibung)
3. 'datengetriebene Entscheidungen' (Kernanforderung)
4. 'Agile Methodik' (unter 'Bevorzugt' gelistet)
5. 'P&L-Verantwortung' (im Leadership-Abschnitt)

ROTE FLAGS (in unter 10 Sekunden erkannt):

1. Keine Zahlen in den letzten 2 Stellen. Jeder Punkt beschreibt eine Aufgabe, keine Leistung.
2. Berufsbezeichnung passt nicht: Du bewirbst dich als

Senior PM, dein Titel lautet aber 'Koordinator'.

3. 3-Jahres-Luecke (2019-2022) ohne Erklaerung.

■ TIPP

Ueberspringe diesen Schritt nicht und fang direkt mit dem Umschreiben an. Die Analyse zeigt dir genau was geaendert werden muss und warum. Die meisten sind ueberrascht, was das ATS tatsaechlich bestraeft. Die Luecke zu verstehen ist die halbe Arbeit.

0 2

Schritt 2

Der Erfahrungs-Rewrite

Bleib im selben Chat, damit Claude den Kontext der Analyse noch hat. Dieser Prompt schreibt deinen Erfahrungsabschnitt mit der Google-XYZ-Formel um – dem Format, das Top-Unternehmen nutzen, um Kandidaten zu bewerten.

Die Formel lautet: Erreicht [X] gemessen an [Y] durch [Z].

PROMPT 2: ERFAHRUNGS-REWRITE (gleicher Chat)

Schreibe meinen Erfahrungsabschnitt mit diesen Regeln um:

1. Baue die fehlenden Keywords natuerlich ein, aber erzwinge sie NICHT. Sie sollen sich normal anfühlen.
2. Behebe oder entferne jede rote Flag, die du erkannt hast.
3. Nutze die Google-XYZ-Formel fuer jeden Punkt:
'Erreicht [X] gemessen an [Y] durch [Z]'
4. Beginne jeden Punkt mit einem starken Aktionsverb.
Nie 'Verantwortlich fuer' oder 'Geholfen mit'.
5. Fuege ueberall konkrete Zahlen ein. Wenn ich keine angegeben habe, schlage realistische Platzhalter vor und markiere sie mit [EINTRAGEN].
6. Halte jeden Punkt auf max. 1-2 Zeilen.
Recruiter ueberfliegen. Dichte Abschnitte werden uebersprungen.
7. Ordne Punkte nach Wirkung, nicht nach Datum.
Das beeindruckendste Ergebnis kommt zuerst.

WARUM DIE XYZ-FORMEL FUNKTIONIERT

Die meisten Lebenslauf-Punkte beschreiben Aufgaben: *'Fuehrte ein 5-koeufiges Team.'* Die XYZ-Formel macht daraus eine Leistung: *'Reduzierte Deployment-Zeit um 40% (gemessen an woeentlicher Release-Velocity) durch Umstrukturierung des Teams in cross-funktionale Pods.'*

Der erste Punkt sagt, was du getan hast. Der zweite sagt, was dadurch passiert ist. Hiring Manager interessiert das Zweite.

0
3

Schritt 3

ATS + Hiring Manager Test

Noch im selben Chat. Jetzt testet Claude deinen umgeschriebenen Lebenslauf aus zwei Perspektiven: dem ATS-Filter, der dich aussortiert bevor ein Mensch dich sieht – und dem Hiring Manager, der 200 Lebenslaeufe am Stueck liest und Gruende sucht, nein zu sagen.

PROMPT 3: ATS + HIRING MANAGER SCAN (gleicher Chat)

Verhalte dich jetzt wie zwei verschiedene Personen:

ERST: Als ATS-Filter. Scanne meinen neuen Lebenslauf:

- Wurde er das ATS fuer diesen Job bestehen? (Ja/Nein)
- Welche Keywords sind jetzt vorhanden, welche fehlen?
- Gibt es Formatierungsprobleme, die den Parser verwirren wuerden? (Tabellen, Spalten, Sonderzeichen)

DANN: Als Hiring Manager, der 200 Lebenslaeufe liest.

Scanne meinen Lebenslauf:

- Welche Abschnitte wuerdest du ueberspringen? Warum?
- Was laesst dich stoppen (positiv oder negativ)?
- Kaeme er in den 'Ja', 'Vielleicht' oder 'Nein' Stapel?
- Schreibe Abschnitte um, die uebersprungen wuerden.

Gib mir die finale Version meines Lebenslaufs nach allen Korrekturen.

■ TIPP

Bitte Claude nach diesem Schritt, den finalen Lebenslauf als sauberes Artefakt auszugeben. Du kannst ihn dann als .docx herunterladen und direkt verwenden. Prueffe alle [EINTRAGEN]-Platzhalter und ergaenze deine echten Zahlen vor dem Absenden.

Bonus: Auto-Bewerben mit Cowork

Das ist der Power-Move. Sobald dein Lebenslauf optimiert ist, wechselst du zu Claude Cowork – und Claude geht zu LinkedIn, findet passende Jobs und bewirbt sich mit einer individuellen Bewerbung fuer jede Stelle. Claude bewirbt sich buchstaeblich fuer dich – auch waehrend du schlaefst.

PROMPT 4: AUTO-BEWERBEN (in Claude Cowork nutzen)

Jetzt, wo mein Lebenslauf optimiert ist, geh zu LinkedIn und mache folgendes:

1. Suche nach [JOBTITEL]-Stellen in [ORT], veroeffentlicht in den letzten [7/14/30] Tagen.
 2. Filtere auf Jobs, bei denen mein Lebenslauf mindestens 70% Match hat.
 3. Waehle die Top 10 Jobs, bei denen meine Chancen auf ein Interview am hoechsten sind.
 4. Fuer jeden Job:
 - Lies die vollstaendige Stellenbeschreibung
 - Passe meine Zusammenfassung und Kernpunkte an
 - Schreibe ein kurzes Anschreiben (max. 3 Saetze) mit einem spezifischen Unternehmensbezug
 - Reiche die Bewerbung ueber LinkedIn ein
 5. Danach: Sende mir eine Zusammenfassung:
 - Unternehmen + Jobtitel
 - Match-Score
 - Was du angepasst hast
 - Bewerbungsstatus (Eingereicht / Entwurf)
- Pausiere vor jeder Einreichung und zeige mir die angepasste Version zuerst.

■■ WICHTIG

Dies benoetigt Claude Pro (ca. 20\$/Monat), die Claude Desktop App im Cowork-Modus und die Claude-in-Chrome-Extension. Stelle sicher, dass du vor dem Start in Chrome bei LinkedIn eingeloggt bist. Starte mit der 'Pause vor Einreichung'-Einstellung, um jede Bewerbung zu pruefen. Sobald du mit der Qualitaet zufrieden bist, kannst du die Pause entfernen.

Bonus: 30-Sekunden-Anschreiben

Die meisten Anschreiben sind generisches Bla-Bla, das Hiring Manager ueberspringen. Dieser Prompt generiert in ca. 30 Sekunden ein gezieltes Anschreiben, das das spezifische Unternehmen, die Stelle und deine staerksten Erfahrungen verbindet. Nutze ihn nach der Lebenslauf-Analyse.

PROMPT: ANSCHREIBEN (gleicher Chat wie Analyse)

Schreibe ein Anschreiben fuer diese Stelle. Regeln:

1. Erster Absatz: Nenne das Unternehmen und die Stelle.

Beziehe dich auf EINE spezifische Sache ueber das Unternehmen (kuerzlicher Produktlaunch, News-Artikel, Unternehmenswert der mich anspricht).

Sei NICHT generisch.

2. Zweiter Absatz: Waehle 2-3 Anforderungen aus der Stellenbeschreibung, bei denen meine Erfahrung am staerksten ist. Gib fuer jede ein konkretes Ergebnis aus meinem Lebenslauf (mit Zahlen).

3. Dritter Absatz: Adressiere die groesste Luecke zwischen meinem Lebenslauf und der Stelle direkt. Erkläre, wie meine uebertragbaren Faehigkeiten sie abdecken. Verstecke die Luecke nicht.

4. Abschluss: Ein Satz. Bitte um das Interview. Kein Fuelltext.

Gesamtlaenge: Unter 250 Woerter.

Ton: Selbstbewusst, spezifisch, menschlich.

Klingt NICHT wie von einer KI geschrieben.

■ GEHEIMTIPP

Das Erfolgsgeheimnis liegt im dritten Absatz. Die meisten versuchen ihre Schwaechen zu verbergen. Die Luecke direkt anzusprechen zeigt Selbstwahrnehmung und Selbstvertrauen – genau die Eigenschaften, die dich vom 'Vielleicht'- in den 'Ja'-Stapel bringen.

Bonus: Interview-Vorbereitung

Du hast das Interview. Jetzt musst du dich vorbereiten. Dieser Prompt macht drei Dinge gleichzeitig: recherchiert das Unternehmen, sagt die genauen Fragen voraus, die sie stellen werden, und bereitet deine Antworten anhand echter Beispiele aus deinem Lebenslauf vor.

PROMPT: INTERVIEW-VORBEREITUNG

Ich habe ein Interview fuer [STELLE] bei [UNTERNEHMEN]
am [DATUM]. Hier ist die Stellenbeschreibung: [einfuegen]

Bereite mich vor mit:

UNTERNEHMENS-INFO

- Was macht dieses Unternehmen wirklich (2 Saeetze, nicht ihre PR-Version)
- Aktuelle News (letzte 90 Tage) die ich erwaehren sollte
- Ihre groesste Herausforderung oder Wettbewerbs-Bedrohung
- Was Glassdoor/Blind-Bewertungen ueber das Interview und die Kultur sagen

VORHERGESAGTE FRAGEN (Top 10)

Fuer jede Frage:

- Die Frage, die sie stellen werden
- Warum sie sie stellen (was sie testen)
- Eine Muster-Antwort mit meiner echten Erfahrung (mit spezifischen Zahlen)
- Die Folgefrage, die sie wahrscheinlich stellen

MEINE FRAGEN AN SIE

5 Fragen, die zeigen dass ich recherchiert habe.
Nicht generisch. Fragen, die den Interviewer denken lassen: 'Diese Person versteht unser Geschaef.''

MOCK-INTERVIEW

Stelle mir die Top 5 Fragen nacheinander.
Gib mir nach jeder Antwort Feedback.

■ DAS MOCK-INTERVIEW

Das Mock-Interview am Ende ist der wertvollste Teil. Muster-Antworten zu lesen ist hilfreich, aber die Fragen wirklich zu beantworten zwingt dich, den Ernstfall zu ueben. Claude gibt dir nach jeder Antwort Feedback, damit du dich vor dem echten Interview noch anpassen kannst.

Bonus: Gehaltsverhandlung

Du hast das Angebot. Jetzt sagen die meisten 'Danke' und nehmen die Zahl vom Tisch. Das ist ein Fehler. Fast jedes Angebot hat Verhandlungsspielraum – und wie du fragst ist wichtiger als was du forderst.

PROMPT: GEHALTSVERHANDLUNG

Ich habe ein Angebot fuer [STELLE] bei [UNTERNEHMEN].

Angebots-Details:

- Grundgehalt: [BETRAG]
- Bonus: [BETRAG oder KEINER]
- Aktien/Equity: [BETRAG oder KEINE]
- Startdatum: [DATUM]
- Weitere Vorteile: [LISTE]

Mein Ziel: [BETRAG] Grundgehalt
(oder sag mir, was ich anstreben sollte)

Erstelle mir eine Verhandlungsstrategie:

1. MARKTDATEN

- Was zahlt diese Stelle laut Levels.fyi, Glassdoor, Blind und Gehaltsvergleichen?
- Wo liegt mein Angebot in der Bandbreite?

2. GEGENANGEBOT-E-MAIL

- Schreibe die genaue E-Mail die ich senden soll
- Ton: dankbar, selbstbewusst, spezifisch
- Beziehe Marktdaten ein ohne konfrontativ zu sein
- Frage eine genaue Zahl, keine Bandbreite

3. TELEFONGESPRAECH-SKRIPT

- Eroeffnung des Gespraechs
- Mein Gegenangebot vortraegen
- Umgang mit 'Das ist unser bestes Angebot'
- Nicht-Gehalts-Verhandlung wenn Grundgehalt fix ist
(Signing Bonus, mehr Urlaub, Remote, Startdatum)

4. ABBRUCH-ANALYSE

- Ab welchem Betrag sollte ich annehmen?
- Ab welchem Betrag sollte ich ablehnen?
- Welche nicht-monetaeren Faktoren koennten ein niedrigeres Angebot trotzdem attraktiv machen?

■ TIPP

Nenne niemals zuerst eine Zahl. Wenn sie fragen 'Was sind Ihre Gehaltsvorstellungen?' bevor sie ein Angebot machen, bitte Claude, dir einen Ablenkungsmanöver zu formulieren: 'Ich wuerde gerne mehr ueber das Gesamtpaket erfahren, bevor wir Zahlen besprechen. Welchen Budgetrahmen haben Sie fuer diese Stelle?'

Bonus: LinkedIn-Optimizer

Dein Lebenslauf oeffnet die Tuer – dein LinkedIn-Profil laesst Recruiter von sich aus auf dich zukommen. Die meisten Profile sind Kopie-und-Einfuege vom Lebenslauf. Dieser Prompt schreibt dein Profil so um, dass es in Recruiter-Suchen auftaucht.

PROMPT: LINKEDIN-OPTIMIZER

Optimiere mein LinkedIn-Profil so, dass Recruiter mich finden und sich melden. Hier ist mein aktuelles Profil: [einfuegen oder Screenshot hochladen]

Ziel-Stellen: [STELLE 1, STELLE 2]

Ziel-Unternehmen: [UNTERNEHMEN 1, 2]

Standort/Remote: [ORT oder REMOTE]

Schreibe diese Abschnitte um:

1. HEADLINE (max. 220 Zeichen)

- Nicht mein aktueller Jobtitel
- 2-3 Keywords, nach denen Recruiter suchen
- Ein Ergebnis oder eine Spezialisierung
- Format: [Was ich tue] | [Ergebnis] | [Nische]

2. UEBER MICH (max. 2.600 Zeichen)

- Erste 2 Zeilen muessen vor 'Mehr anzeigen' ueberzeugen
- Erste Person, nicht dritte
- Beginne mit dem Problem das ich loese
- 5-8 Keywords natuerlich einbauen
- Klarer Call-to-Action am Ende

3. ERFAHRUNGS-PUNKTE (XYZ-Formel, gespraechiger Ton)

4. SKILLS: Top 5 in Prioritaet nach Suchvolumen

5. FEATURED: 2-3 Ideen fuer Inhalte die Recruiter zum Anhalten bringen

■ TIPP

Die Headline ist das wichtigste Feld auf der Plattform. 'Marketing Manager bei XYZ GmbH' ist unsichtbar. 'B2B SaaS Growth Marketer | Pipeline von 2M auf 14M skaliert | Demand Gen + ABM' wird angeklickt.

Bonus: Follow-Up E-Mails

Das Nachfassen ist wo die meisten Kandidaten versagen. Das richtige Follow-Up zur richtigen Zeit kann dich vom 'Vielleicht'- in den 'Ja'-Stapel bringen.

DIE 3 FOLLOW-UP E-MAILS (ein Prompt)

E-MAIL 1: NACH BEWERBUNG (5 Tage spaeter senden)

- Betreffzeile die geoeffnet wird (nicht 'Rueckmeldung')
- Spezifischer Unternehmensbezug
- Ein Ergebnis aus meinem Lebenslauf das zu ihrer groessten Herausforderung passt
- Unter 100 Woerter

E-MAIL 2: NACH INTERVIEW (innerhalb 24 Stunden)

- Dankeschoen mit Namen des Interviewers
- Bezug auf etwas Spezifisches aus dem Gespraech
- Etwas das ich vergessen habe zu erwaehnen
- Unter 120 Woerter

E-MAIL 3: DER REMINDER (7 Tage nach Interview, wenn keine Antwort)

- Leicht, professionell, nicht druckvoll
- Fuege einen Mehrwert hinzu (Artikel, Insight)
- Gib ihnen eine einfache Ausweichmoeglichkeit
- Unter 80 Woerter

Ton fuer alle: Selbstbewusst, nicht verzweifelt.
Spezifisch, nicht generisch. Menschlich.

Der komplette Job-Such-Workflow

Die vollstaendige Abfolge vom Start bis zum Angebot. Jeder Schritt baut auf dem vorherigen auf.

- 1 Lebenslauf analysieren**
Lebenslauf + Stellenbeschreibung hochladen. Match-Score, fehlende Keywords, rote Flags. 5 Min.
- 2 Erfahrungen umschreiben**
Luecken mit XYZ-Formel schliessen. Zahlen ergaenzen. Schwache Sprache entfernen. 5 Min.
- 3 Stress-Test**
ATS-Filter und Hiring Manager Scan. Alles fixen, was uebersprungen wuerde. 5 Min.
- 4 LinkedIn optimieren**
Headline, Ueber-mich und Erfahrungen so umschreiben, dass Recruiter dich finden. 10 Min.
- 5 Anschreiben generieren**
Ein individuelles Anschreiben pro Bewerbung. 30 Sekunden pro Brief.
- 6 Jobs bewerben**
Claude Cowork reicht 10 individualisierte Bewerbungen ein. 10 Min. Setup.
- 7 Interview vorbereiten**
Unternehmens-Recherche, vorhergesagte Fragen, Mock-Interview. 20 Min. pro Unternehmen.
- 8 Angebot verhandeln**
Marktdaten, Gegenangebot-E-Mail, Telefongespraech-Skript. 15 Min.
- 9 Nachfassen**
3 E-Mails zur richtigen Zeit. 2 Minuten.

■ TIPP

Wiederhole Schritte 1-3 fuer jede Stelle auf die du dich bewirbst. Derselbe Lebenslauf funktioniert nicht fuer jede Stelle. Die fehlenden Keywords und roten Flags aendern sich je nach Stellenbeschreibung. Claude passt deinen Lebenslauf in ca. 5 Minuten an.

■■ WICHTIG

Ueberpruefe und personalisiere immer, was Claude generiert. KI-generierter Inhalt der generisch klingt schadet mehr als er nuetzt. Fuege deine eigene Stimme, deine eigenen Geschichten und deine konkreten Zahlen hinzu. Claude gibt dir die Struktur. Du lieferst den Inhalt.

Mehr Guides wie dieser?

Woechentlich neue kostenlose Ressourcen zu KI-Tools, Automatisierungen und Workflows.

@GPTMarlon

TikTok · Instagram · YouTube
