

Die gefährlichste Absage ist die, die Sie sich selbst erklären

Gemäss einer Anekdote empörte sich eine Frau über ein Bild des Malers Henri de Toulouse-Lautrec: Es sei skandalös, wie schamlos die Frau sich vor ihrem Liebhaber ausziehe. Toulouse-Lautrec soll ruhig geantwortet haben: Es handelt sich nicht um die Geliebte des Mannes, sondern um seine Ehefrau. Und sie ziehe sich nicht aus, sie ziehe sich an. E se non è vero, è ben trovato. Die Geschichte illustriert wunderbar etwas, das Menschen beim Bewerben im Übermass tun:

Peter Näf

Zürich, Oktober 2026

Sie interpretieren! Vielleicht kennen Sie aus eigener Erfahrung, wie schmerzhaft Standardabsagen sind. Sie haben mit viel Aufwand eine aussagekräftige Bewerbung verfasst und erhalten als Antwort nichts als eine freundliche Absagefloskel. Über die auch verständlichen Gründe dafür habe ich im Artikel «Interpretation von Standardabsagen» geschrieben.

Die Frage ist nun: Wie sollen Sie die Absage interpretieren? Denn ob Sie es wollen oder nicht – Sie werden interpretieren!

Interpretieren Sie bewusst!

Meist tun dies Betroffene aber unbewusst oder zu wenig reflektiert. In meiner Beratungspraxis bin ich schon unzähligen Erklärungen für Absagen begegnet: Die einen vermuten Diskriminierung aufgrund von Geschlecht, Herkunft oder Alter. Gewissheit haben sie jedoch selten.

Was mich als Headhunter immer wieder erstaunte: Solche Ausschlussgründe waren weit seltener entscheidend, als viele Bewerbende vermuteten. Meist wurde aus sachlich nachvollziehbaren Gründen abge sagt.

Fehlen uns sachliche Erklärungen – und diese sind auf Basis eines Stelleninserats oft nicht

erkennbar –, liegt eine andere Interpretation nahe: Es muss an mir liegen.

Wenn Bewerbende viele Standardabsagen erhalten und die sachlichen Gründe durch telefonisches Nachfragen nicht eruieren können, leidet aufgrund der Interpretationen das Selbstbewusstsein. Und sie beginnen, sich auf Stellen unter ihrem eigentlichen Qualifikationsniveau zu bewerben, da sie sich immer weniger zutrauen.

Beobachten Sie Ihre Gedanken

Schliesslich werden sie weitere Absagen erhalten, nun wegen Überqualifizierung. Die nächste Interpretationsfalle folgt: «Nicht mal mehr auf diesem Qualifikationsniveau nehmen sie mich, anscheinend muss ich mich noch tiefer bewerben.» Und so nimmt der Teufelskreis seinen Lauf.

Was können Sie dagegen tun? Interpretieren Sie bewusst. Schreiben Sie auf, warum Sie glauben, abgelehnt worden zu sein, und prüfen Sie anschliessend, wie plausibel diese Erklärung tatsächlich ist. Wie die Interpretation der Frau in der Geschichte mehr über sie selbst aussagt als über das Gemälde, erzählt möglicherweise auch Ihre Interpretation mehr über Sie als über die wahren Absagegründe: Sie können zum Beispiel Ihre Ängste und Selbstzweifel erkennen.

Suchen Sie bewusst nach anderen möglichen Interpretationen. Der Mann auf dem Bild hätte auch ihr Arzt, ihr Schneider oder der Warenhausdetektiv sein können. Es gibt schliesslich viele Anlässe, sich aus- oder anzuziehen.

Genauso gibt es viele mögliche Gründe für eine Absage. Nicht jede Interpretation ist falsch. Aber sie bleibt eine Hypothese – und keine Tatsache.

#bewerbung #selbstmarketing #stellensuche

Weitere Artikel zu Karrierethemen
finden Sie auf meiner Homepage
<https://karrierecoaching.ch/artikel/>

