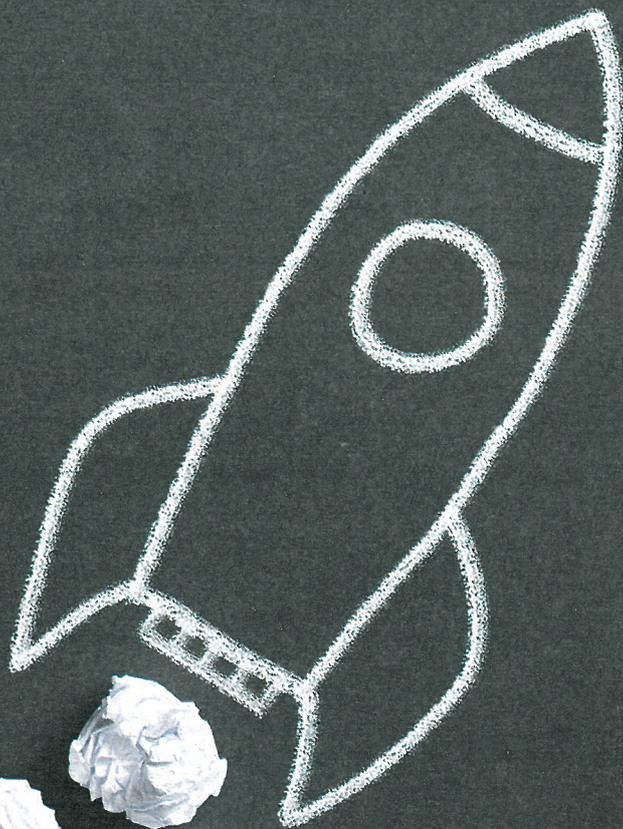


Neustart mit 50+

Drei Frauen, die es beruflich noch mal wissen wollen



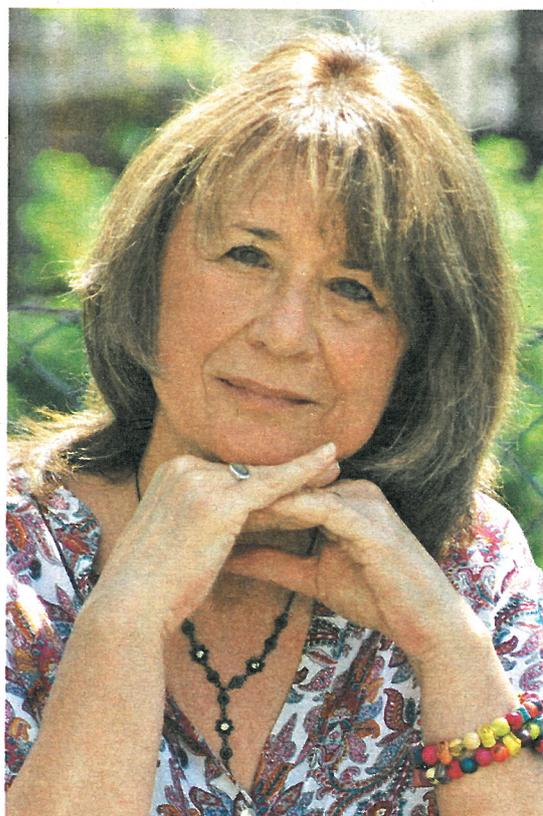
Sinnkrise, Krankheit, Notlage ... Es gibt die unterschiedlichsten Gründe, noch mal ganz von vorne zu beginnen

Denken auch Sie ab und an mal darüber nach, ob Sie den Job, den Sie gerade haben, noch bis zur Rente machen wollen? Fragen sich, ob das jetzt wirklich alles sei im Leben oder da noch was kommt? Vielleicht haben sie aber auch gerade einen Job verloren. In jedem Fall können Sie einen zuvor gewählten Weg nicht weiter gehen. Änderungen stehen an. Die jedoch rufen immer auch Ängste hervor. Jetzt gilt es, sich davon nicht lähmen zu lassen – oder gar panisch zu werden.

Unsere Expertin rät: „Nichts überstürzen.“ Und weiß: „Mit dem richtigen Vorgehen ist es absolut machbar, beruflich noch einmal ganz neu durchzustarten.“ So wie die drei Frauen, die wir Ihnen hier vorstellen. Als kleine Inspiration ...

Ingrid Mumm (63) aus Hannover:

„Ich war einfach mutig und habe aus dem Nichts viel gemacht“



Niemals hätte ich vor zehn Jahren gedacht, dass ich heute so einen Erfolg habe“, sagt Ingrid Mumm. Damals lag gerade eine Scheidung hinter ihr, und sie musste Geld verdienen. Bis dahin hatte Ingrid „nur“ den Haushalt und die Kinder gemanagt und ehrenamtlich in einem Eine-Welt-Laden gearbeitet. Selbst Freunde waren skeptisch, ob sie für einen Vollzeitjob geeignet sei. Aber hallo, und wie – weiß Ingrid heute. Sie bewarb sich auf die Stelle als Bürokräftin bei der Celleschen Aidshilfe – persönlich, nicht schriftlich. Und zählte dort auf, was sie alles konnte: Organisieren, mit Menschen arbeiten, Schriftverkehr, Excel ... „Ich glaube, es ist ein Fehler, dass man bei Bewerbungen das Alter angeben muss. Menschen altern so unterschiedlich – körperlich wie geistig –, dass diese Zahl absolut nichts aussagt.“ Ingrid Mumm bekommt die Stelle, besucht seitdem regelmäßig Fortbildungen der Aidshilfe, zur Schulprävention, Beratung von Menschen mit HIV und vieles mehr. Heute ist sie im Landesverband der Aidshilfe Niedersachsen Projektleiterin für Familien mit HIV sowie für die Gesundheitsprävention für migrierte und geflüchtete Familien. Als fragte Expertin besucht sie nationale und internationale Konferenzen, hält Vorträge, bietet Gesundheitstage in verschiedenen Städten an. Und sagt: „Manchmal ist mir mein Erfolg unheimlich ...“

Ilona Peters (61) aus Wuppertal:

„Ich habe endlich meine Berufung gefunden“

Ausgebrannt und völlig leer, so beschreibt Ilona Peters ihr Gefühl von damals. Das ist jetzt fünf Jahre her. Bis dahin hatte sie als Maschinenbau-Ingenieurin gearbeitet. Aufgrund des Burnouts wollte die Hausärztin sie mit 56 Jahren in den Ruhestand schicken. Ganz sicher nichts für die früher energiegeladene Powerfrau. In der Reha-Maßnahme hat sie einen tollen Therapeuten, mit dem sie erarbeitet, was sie nicht will. Und was ihr wichtig ist: nützlich sein, helfen, mit Menschen arbeiten. Und sie hat noch eine Leidenschaft: Jahrelang hat sie Verkaufspartys veranstaltet und verschiedene Produkte angeboten, vom Nahrungsergänzungsmitteln bis zu Duftkerzen. Das

war ihr Hobby. Im Internet sucht sie nach Ideen und stößt auf die „Zauberfrau“, eine Vermittlung für Haushalts-hilfen, die nicht nur einen Putzservice anbietet, sondern auch Betreuung von Kindern und Senioren. Ilona findet das Konzept klasse, will es für ihre Heimatstadt Wuppertal aufbauen und macht sich damit in kürzester Zeit selbstständig. Mit drei Mitarbeiterinnen startet sie, heute sind es 25. Von Beginn trägt die Gründerin den „Zauberfrau“-Button an der Jacke. Darauf wird sie oft angesprochen und kommt so an Kunden und Mitarbeiterinnen. „Ich arbeite mehr als früher, aber ich habe die Entscheidung nie bereut.“
Infos gibt's unter www.zauberfrau.de und dem Link: Standort Wuppertal



Jutta Tschierske (51) aus Hamburg:

„Die Veränderung tut mir richtig gut“

Sie ist ein Naturkind, groß geworden in einem Dorf in Franken direkt am Wald- rand. Nach der Schule wird Jutta Grafikerin. Doch der Natur bleibt sie stets treu und engagiert sich ehrenamtlich beim Naturschutz- bund – „mein Gummistiefelbein“ nennt sie es. Für Kinder organi- siert sie Geburtstagsfeiern im Wald – und die sind immer hell- auf begeistert. Als der Wahl- Hamburgerin betriebsbedingt gekündigt wird, sucht sie sich Hilfe. So landet sie in einem

fünfwöchigen Seminar bei Julia Glöer, unserer Expertin (siehe rechts), und weiß schnell, was für sie richtig ist: die Naturpäda- gogik. Jutta zieht los, fragt nach und hospitiert etwa im Umwelt- zentrum Gut Karlshöhe in Hamburg. Jetzt steht Jutta kurz davor, sich als freiberufliche Naturpädagogin selbstständig zu machen. Alle bestärken sie – von ihrem Finanzberater bis hin zu den Freunden. Heute weiß sie: „Die Kündigung war genau der richtige Schubs für mich.“



Umweltschutz begreifbar machen: Jutta startet gerade als freiberufliche Naturpädagogin. Wer sie buchen möchte: info@naturerleben-mit-jutta.de

Das Experten-Interview: Losziehen und Fragen stellen



Die zertifizierte Berufsbegleiterin Julia Glöer hilft Menschen, den Beruf zu finden, den sie möchten, unter anderem im www.plb-institut.de

Was sind die häufigsten Gründe für den Berufs-Neustart mit 50?

„Bei den meisten drückt der Schuh schon früher. Mit 40 fragen sich viele, ob da nicht noch mehr geht. Hält die Sinnkrise an, und man ist schon um die 50, kündigt kaum noch einen sicheren Job. Wird dennoch ein Neustart ge- wagt, war der Auslöser oft eine handfeste Krise. Beweggründe können zum Beispiel sein: Verlust des Arbeitsplatzes, massive ge- sundheitliche Probleme, ausgelöst vom alten Job, oder auch eine Scheidung und die damit verbun- dene finanzielle Unsicherheit.“

Wo sind die Schwierigkeiten – und wie kann man sie umschiffen?

„Das Problem ist, dass die meisten Menschen nur konventionelle Bewerbungsverfahren kennen. Tolle neue berufliche Aufgaben stehen aber nicht als Anzeige in einer Zeitung. Zudem haben schriftliche Bewerbungen wenig bis gar keinen Erfolg, wenn man älter ist. Um bei Stellenausschreibungen Erfolg zu haben, muss man Berufserfahrungen nachweisen und darf nicht zu alt sein. Bewerbungsunterlagen von Menschen, die älter

sind, werden aber oftmals direkt aussortiert. Sprich: Sie müssen unbedingt die Stellensuche auf dem verdeckten Arbeitsmarkt über Kontakte beherrschen. Wenn Sie das können, dann können Sie mit ihrer Persönlichkeit und Lebenserfahrung punkten.“

Wie funktioniert so eine Suche auf dem verdeckten Arbeitsmarkt?

„Die Teilnehmer meiner Intensiv- seminare zum Beispiel erarbeiten für sich drei, vier Ziele. Und dann sprechen sie mit Menschen, die diesen Beruf haben, und bringen sich so wieder ins Spiel. Das Vor- gehen erlernen sie in meinen Kursen. Mit Methode geht das einfacher als man denkt.“

Muss man denn für solch einen Neustart besonders mutig sein?

„Nein, aber man braucht ein bisschen Talent für sein Vorhaben und gute Methoden, um sein Vor- haben auf Machbarkeit zu über- prüfen und sich im Arbeitsmarkt bekannt zu machen. Aber wenn ich mir anhöre, was viele bei ihrer Arbeit ertragen, denke ich: Um im alten Job zu bleiben, müssen sie mindestens ebenso mutig sein.“