

Neustart in der Mitte

KARRIERE MIT 40+



Foto: iStockphoto

60-Stunden-Wochen, Meetingmarathons, ein Leben aus dem Koffer und always on: Für viele Führungskräfte über 40 ist das nicht mehr vorstellbar. In der Mitte des Berufslebens tauchen die berühmten Fragen auf: Ist das alles? Soll ich noch 20 Jahre so weitermachen? Oder gibt es eine Alternative? Vielleicht sogar einen Job, der völlig anders ist? managerSeminare porträtiert einige Aus- und Umsteiger – und schildert, wie der berufliche Kurswechsel gelingt.

Preview: ► Von IBM zum Theater: Weshalb ein IT-Manager ausgerechnet eine Schauspielagentur gründet ► Midcareer-Crisis: Was Führungskräfte in der Lebensmitte umtreibt ► Midlife-Change: Warum immer mehr Mittvierziger den beruflichen Cut wagen ► Umstieg mit Umsicht: Welche Fragen vorm beruflichen Neustart geklärt werden müssen ► Von der Dresdner Bank zum Yoga: Wie einer Finanzmanagerin der Kurswechsel gelang ► Olles Auto, kleine Wohnung, keine Reisen: Wie den Neustartern kleinere Brötchen schmecken ► Change statt Tschakka: Was schmerzt Ex-Manager beim Berufswechsel ► Hopp oder dopp: Wann man sich fragen sollte „Warum nicht?!“

■ Seit vier Monaten ist Alexander Thul mit-tendrin in seiner neuen Welt. Tagsüber liest er Bücher über Theater und Film, stöbert sich durch Szene-Zeitschriften, besucht einen Schauspielkurs oder klopft bei kleinen Theatern an. Setzt sich an seinen Schreibtisch im Frankfurter Norden und feilt an seinem Geschäftsplan. Abends geht Thul zu Künstlerstammtischen, spricht mit Regisseuren, Schauspielern, Medienmenschen und taucht tief ein in die Glitzerwelt von Film und Theater. Premierenfeiern, Sekt und kreativer Plausch. Thul lacht. „Ich wünschte, der Tag hätte mehr als 24 Stunden.“ Denn die Idee für sein neues Berufs-

leben begeistert ihn wie schon lange nichts mehr: „Ich gründe eine Schauspielagentur.“

Eine Schauspielagentur? Du? Das bekommt Alexander Thul jetzt öfter zu hören. Es wundert ihn nicht. Er wagt den radikalen Schnitt. So radikal, dass ihm sein erstes Leben manchmal wie ein fernes Rauschen vorkommt: das Leben als IT-Manager bei IBM. Vielleicht war es gerade das, was ihn gereizt hat – der Aufbruch in eine neue, völlig fremde Welt, in der er so vieles findet, das er als knallharter IT-Mann vermisst hatte. Die spielerische Kreativität, die Freude an den fantasievollen, verrückten Seiten des Lebens, diese ganz andere Anregung des Geistes.

Als ihn sein Coach damals ermunterte, möglichst absurde Visionen zu entwickeln – „Wie wär’s mit einer Currywurstbude auf dem Mond?“ –, entstand die Idee rasch vor Thuls innerem Auge. Schauspiel und Kunst – war das nicht genau der Bereich, der ihm in seinem Leben immer gefehlt hatte? Ließ sich nicht als Chef einer Vermittlungsagentur für Schauspieler das Know-how erfolgreich einbringen, das er als Berater aufgebaut hatte? Seine Fähigkeiten als Netzwerker, als sensibler Kundenbetreuer, Verkäufer und Generalist mit exzellentem Überblick und

außergewöhnlich großem Einfühlungsvermögen? Thul recherchierte, spann die ersten Fäden des neuen Netzwerks, machte einen Wirtschaftlichkeitsplan und arbeitete die Projektschritte für die Gründung aus. Zum Jahreswechsel entschied der 47-Jährige endgültig: Ich wage es.

Midcareer-Crisis: Mit 40 geht das Grübeln los

Anfang vierzig geht es oft los mit der Grübelelei. Ist das noch mein Traumberuf? Will ich die nächsten 20 Jahre so weitermachen? Will ich als Manager alt werden in der Hierarchie – mit der Gefahr, auf dem Weg nach oben irgendwo hängen zu bleiben? Stehen Anerkennung und Preis für die Karriere für mich überhaupt noch in einem angemessenen Verhältnis? Oder möchte ich etwas Neues wagen, etwas, das mir mehr entspricht? Neu ist dieses Phänomen nicht. Bereits 1979 tippten Mitarbeiter der Unesco in das Spezialglossar „Terminology of Adult Education“ den Begriff Midcareer-Crisis ein: „A crisis point in the middle years of a person’s occupation cycle.“

Wie Menschen darauf reagieren, ist unterschiedlich. Die einen drücken die Gedanken mehr oder weniger erfolgreich



Den Beitrag gibt es auch zum Hören. Er kann unter www.managerSeminare.de/podcast als Audiodatei heruntergeladen werden.

So gelingt der Kurswechsel

Was will ich, was kann ich, wer hilft mir? Wer einen beruflichen Neustart hinlegen will, sollte vorab die großen, entscheidenden Fragen für sich beantworten und einige Vorsorgemaßnahmen treffen. Karriereberaterin Vera Bloemer nennt die zehn wichtigsten Schritte für einen erfolgreichen Kurswechsel:

1. Kritische Bestandsaufnahme. Am Start unerlässlich ist ein gründlicher Check: Was habe ich bisher erreicht, was ist mir wichtig, wo will ich hin, wo liegen meine Stärken und Schwächen? Auf den Tisch gehört auch: Welchen Preis zahle ich tatsächlich, und welchen Preis bin ich *bereit* zu zahlen? Dabei genau abwägen: Ist mir Sicherheit wichtiger als Eigenständigkeit, brauche ich feste Strukturen eher als Flexibilität?

2. Visionen entwickeln. Wer neue Wege gehen möchte, braucht starke Visionen. Überlegen Sie genau, wie Ihr neues Leben aussehen könnte. Haben Sie Mut zum Träumen. Lassen Sie sich von der Begeisterung davontragen. Sie werden sie brauchen. Denn ein Neustart ist oft Pionierarbeit.

3. Kompetenzen einschätzen. Seien Sie ehrlich zu sich selbst und wagen Sie den Kompetenzcheck. Welche Fähigkeiten brauche ich für die neue Arbeit? Welche bringe ich mit? Welche Kompetenzen, die ich in der bisherigen Arbeit erworben habe, lassen sich auf ein neues Feld übertragen?

4. Rahmenbedingungen analysieren. Analysieren Sie genau, welche Chancen Ihre Geschäftsidee hat, welche Aussichten in dem neuen Berufsfeld bestehen. Welche Risiken sind damit verbunden? Wie ist die Marktsituation? Wo gibt es noch unbesetzte Nischen im Markt?

5. Fachliche Unterstützung holen. Nutzen Sie fachlichen Rat. Kompetente Ansprechpartner finden Sie am besten über die Branchenverbände, Industrie- und Handelskammern oder in Fachcommunities in Online-Netzwerken wie Xing oder Linked-in. Ebenfalls empfehlenswert für den Neustart sind praxisorientierte Seminare zu Themen wie Gründung oder Neuorientierung.

6. Persönliche Begleitung suchen. Coachs sind wichtige Sparringspartner bei der Neuorientierung. Suchen Sie sich einen Begleiter, der Fähigkeiten und Erfahrungen hat, die Ihnen fehlen. Das erweitert den Blickwinkel auf das eigene Projekt.

7. Sich Zeit nehmen. Ein überstürzter Neustart ist ein unnötiges Risiko. Wer sich gründlich vorbereitet, fährt besser. Spekulieren Sie nicht auf schnellen Erfolg. Der Sprung in die Selbstständigkeit braucht Zeit. Realistisch steht ein Gründer erst nach etwa drei Jahren auf soliden Beinen, bei einem gleichzeitigen Berufswechsel sollten Sie mit einem längeren Zeithorizont rechnen.

8. Fehlschläge einkalkulieren. Rückschläge sind oft unvermeidlich. Erarbeiten Sie einen klaren Stufenplan, setzen Sie Schritt für Schritt Meilensteine und planen Korrekture ein. Was will ich bis wann erreicht haben? Was geschieht, wenn das nicht gelingt? Wann muss ich auf die Bremse treten oder umschwenken? Rechnen Sie mit mehreren Korrekturschleifen.

9. Sicherheitsnetz einziehen. Ein finanzieller Puffer macht den Neustart entspannter. Legen Sie eine eiserne Reserve für Durststrecken zurück. Checken Sie, ob Sie stufenweise umsteigen können – etwa, indem Sie das neue Geschäft langsam neben dem alten Job aufbauen. Legen Sie sich einen Plan B zurecht – aber: Lassen Sie sich hier nicht zu viel Energie absaugen, die Sie dringend für Plan A brauchen.

10. Regeneration einbauen. Wer für den Neustart rund um die Uhr auf 180 läuft, stellt sich selbst ein Bein. Planen Sie Zeit für sich selbst ein. Gönnen Sie sich Auszeiten. Vergessen Sie nicht: Sie wagen den Umschwung auch, weil Sie Zeit für Dinge haben wollten, die in Ihrer bisherigen Arbeit unter den Tisch gefallen sind. Und: Wer gut mit seinen Energien haushaltet, hat mehr Power für einen erfolgreichen Turnaround.

weg: Ist doch alles gut, es wäre Wahnsinn, meinen Posten zu verlassen, außerdem wüsste ich sowieso nicht, wohin. Die anderen spüren nach: Was ist dran an meiner Unzufriedenheit? Was stört mich an meinem jetzigen Job? Warum wache ich jeden Morgen mit Bauchschmerzen auf oder kann nachts nicht schlafen? Ist es die Arbeit an sich oder vielleicht nur der Chef? Will ich mich mit der Situation arrangieren, kann ich sie verändern oder soll ich die Reißleine ziehen? EXIT – nur raus hier.

Thul nimmt einen Schluck Kaffee und schaut aus dem Fenster. Die Straßen der Mainmetropole schimmern im weißen Schneekleid. Gleich wird sich Thul die Kamera schnappen und Menschen in der Stadt fotografieren gehen. Auch so ein Hobby, für das keine Zeit mehr blieb im rasanten Manageralltag bei IBM. Sechzig-, Siebzig-Stunden-Wochen. Conference Calls von morgens halb acht bis abends neun, sechs Tage die Woche auf Kundentour, ein Leben aus dem Koffer und „always on“. Da blieb kaum noch Zeit für seinen kleinen Sohn. Thul: „Mir sind die wichtigsten Energielieferanten weggebrochen.“ Dabei war er lange hochzufrieden gewesen mit seinem Job. Doch im Laufe der Jahre stieg der Kostendruck, Generalisten waren kaum noch gefragt. Aber extrem spezialisieren? „Der Horizont war mir zu eng.“ Thul entschied sich zum Umstieg. Natürlich hätte es auch ein schlichter Jobwechsel sein können. IT'ler finden leicht eine neue Stelle. Doch schnell wurde ihm klar: Ich will zu neuen Ufern aufbrechen.

Midlife Change: Immer mehr Führungskräfte wagen den Cut

Zahlen darüber, wie viele tatsächlich in der Mitte des Berufslebens einen Neustart wagen, gibt es nicht. Aber die Beobachtung: Es werden mehr. Ob freiwillig oder unfreiwillig – bei Laufbahnberatern, Business-Coachs und Headhuntern meldet sich eine wachsende Zahl von Ratsuchenden in der Lebensmitte, die ihrem Berufsleben eine neue Richtung geben wollen. „Die Angst vor Veränderung schwindet“, sagt die Berliner Karrierebegleiterin Dr. Petra Bock, „der Mut, die Neugierde, die Lust auf einen Neustart nehmen zu.“

Auch die Frankfurter Beraterin Dr. Vera Bloemer spricht von einem Trend zum „Midlife-Change“. Die Autorin mehrerer Fachbücher zu Management und Beruf schreibt gerade an einer neuen Publikation über Wege zur neuen Karriere – und schildert darin, was sie in der Praxis beobachtet: „Die Menschen sind bewusster geworden



„Insbesondere für gestandene Manager ist der Neustart ein echter Changeprozess und kein Tschakka-Ding.“

Dr. Petra Bock, Coach aus Berlin. Kontakt: kontakt@petrabock.de

und reflektieren heute mehr über ihr Berufsleben.“ Ständige Umstrukturierungen haben die festen Karrierebahnen innerhalb der Unternehmen selten werden lassen, der Abbau von Hierarchien hat die Aufstiegschancen für viele gekappt. Gleichzeitig sind die Möglichkeiten jenseits der Festanstellung viel breiter geworden. Warum also nicht den Umstieg wagen?

Markus Albers teilt Bloemers Beobachtungen. „Märklin, Rosenthal, Schiesser, Karstadt, Opel – viele krisensicher geglaubte Jobs selbst bei Traditionsunternehmen entpuppten sich als wacklig“, so der Politologe und Buchautor aus Berlin. Die Sicherheit von früher ist dahin. Warum also bleiben, wenn es einem sowieso nicht mehr gefällt, um dann irgendwann mit vielen Gleichgesinnten arbeitslos auf der Straße zu stehen? „Zumal es noch nie so einfach war“, so Albers, „unsere Hobbys zum Beruf zu machen und unseren Lebensmittelpunkt dorthin zu verlegen, wo wir am glücklichsten und produktivsten sind.“ Etwa 50 Prozent aller Jobs, so seine Schätzung, sind in der Wissensökonomie. Für diese Arbeit brauchen die Menschen ihren Kopf, einen Computer und einen Internetzugang, sie erfinden Dinge, anstatt sie zu produzieren.

Bei den Recherchen für sein Buch „Meconomy“ (vgl. Servicekasten, S. 45) hat der Berliner viele Menschen kennengelernt, die heute das tun, was sie mögen. Man glaubt ihm sofort. Fast jeder kennt in seinem Bekanntenkreis eine Erfolgsgeschichte oder hat von jemandem gehört, Zeitungen und Magazine rücken sie regelmäßig ins rechte Licht: zum Beispiel Thomas Weigt. Drei Jahre hat er als evangelischer Pastor gearbeitet, heute ist der überzeugte Pazifist Kriminaloberkommissar bei der Kreispolizeibehörde Mettmann. Oder Oliver Sinner. Einst brachte er die Internetfirma SinnerSchrader nach oben. Sechzig-Stunden-Wochen, Kicker, Masseur, Pizza-Service – den ganzen New-Economy-Wahnsinn hat er



Jörg Fengler,
Andrea Sanz (Hrsg.)
Ausgebrannte Teams
Burnout-Prävention und
Salutogenese

272 Seiten, broschiert
€ 24,95 (D)
ISBN 978-3-608-89097-6



Interventionen, Bewältigung, Prävention

Nicht nur einzelne Menschen sind von Burnout bedroht, auch Teams können »ausbrennen«. Dieser bisher wenig beachteten Tatsache begegnet das Buch mit der Beschreibung und Analyse des Phänomens in verschiedenen Praxisfeldern des Arbeitslebens. Der Schwerpunkt des Buches liegt auf konkreten Maßnahmen zur Bewältigung und auf der Prävention.



Stefan Hammel
Handbuch der therapeutischen Utilisation
Vom Nutzen des Unnutzen in Psychotherapie, Kinder- und Familientherapie, Heilkunde und Beratung

288 Seiten, broschiert
€ 26,95 (D)
ISBN 978-3-608-89108-9



Nutze das Problem für die Lösung des Problems!

Nutze alles! Das ist der Grundsatz der Herangehensweise Milton Ericksons. Nutze das, was der Klient gut kennt, was er sagt und ablehnt. Nutze vor allem seine Symptome und Probleme. Der Autor zeigt, wie diese überraschenden Interventionen im Einzelnen funktionieren und gelingen.

mitgemacht. Dann nahm er eine Auszeit, heute betreibt er ein Design-Hotel am Timendorfer Strand und investiert in Immobilien. Oder Andrea Sixt. Anstatt in die Fußstapfen ihres Vaters zu treten, kündigte die diplomierte Ingenieurin ihren Job als Geschäftsführerin im Familienunternehmen und entschied sich für eine zweite Karriere als Buchautorin.

Vor dem Umstieg gilt: Die große Fragen klären

Natürlich stürzen sich die meisten Umsteiger nicht kopflos ins Abenteuer. Die Finanzen checken, den Partner einweihen, einen Businessplan erstellen – all das gehört dazu. Genauso wie die Klärung der großen Fragen:

► **Worum geht es mir** mit diesem neuen Karriereschritt? Was soll anders, besser werden? Deckt sich die neue Existenz mit meinen Lebensprioritäten?

► **Was braucht die Welt da draußen?** Was kann ich gut, und was macht mir gleichzeitig Spaß? Wie bringe ich beides zusammen?

► **Was treibt mich an** – Dinge durchschauen, kreativ sein, im Team arbeiten, das Gefühl, selbst bestimmen zu können, Risiko, Idealismus, Wettkampf, Anerkennung, Macht?

► **Was verändert sich in meinem Leben**, wenn ich meine Vision umgesetzt habe? Wer wäre ich dann?

► **Was ist mein genaues Ziel?** Welche Etappenziele will ich in einem Jahr erreicht haben? Wo will ich in fünf, zehn Jahren stehen?

► **Welche Ressourcen** stehen mir fachlich, finanziell und personell zur Verfügung? Welche brauche ich zusätzlich? Worum sollte ich mich besonders kümmern?

Trotzdem, selbst wenn das alles geklärt ist: Im Mutterland der geregelten Lebensläufe erfordern Neuanfänge immer Mut und Risikobereitschaft. Das weiß auch Dagmar Völpel: Sie tauschte ihren gut bezahlten Job als Abteilungsdirektorin der Dresdner Bank gegen den einer Yogalehrerin. Eine typische



„Viele suchen nur innerhalb ihrer Branche nach neuen Möglichkeiten, statt genau die eigenen Fähigkeiten zu analysieren.“

Thilo Baum, Berater für Text und Präsentation mit Firmensitz zwischen Berlin und Schwerin.
Kontakt: thilo@thilo-baum.de

Frauenbiografie, möchte man meinen. Der Schokoladen-Laden, die Heilpraktikerausbildung oder eben Yoga scheinen weibliche Exit-Klassiker zu sein. Völpel zuckt mit den Schultern. Vielleicht hätte sie ihr berufliches Glück auch woanders finden können. Vorausgesetzt, die neue Aufgabe hätte genau das mitgebracht, was sie antrieb, ihr Bestes zu geben. Was das war, hatte sie in ihren Jahren bei der Bank herausgefunden: Es muss eine vielseitige Pionieraufgabe sein, dazu Mitarbeiterverantwortung und der Umgang mit kaufmännischen Themen.

Wie 1994, als sie in der Bankniederlassung Dortmund/Essen eine neue Abteilung aufbauen sollte, ein Backoffice für Vertriebsleute. Aber dann wurde es bei der Dresdner Bank turbulent. Eine Restrukturierung folgte der anderen, die Stimmung sank auf den Nullpunkt, jeder hatte Angst, die nächste Runde nicht zu überleben. Zum Ausgleich fing Völpel mit Yoga an, eine völlig neue Erfahrung: „Ich ging gestresst hin und kam entspannt raus, weder Aerobic noch ein Gespräch mit einem Coach hatten das bewirken können.“ Sie entschied sich für eine zweijährige Yogalehrerausbildung, nach drei Monaten gab sie ihren ersten Kurs unter Kollegen. Dann ging alles Schlag auf Schlag. „Mein Chef merkte, dass ich mit

meinem Herzen ganz woanders bin, und bot mir einen Aufhebungsvertrag an“, sagt Völpel.

Altes Auto, kleine Wohnung: Umsteigen heißt verzichten

Ein Jahr später stand sie zusammen mit ihrer Yoga-Kollegin Ulrike Reiche im eigenen Laden: YIU – Yoga in Unternehmen. Völpel lacht: „Ich hatte tierische Angst, doch ich wusste, wenn ich in der Bank weitermache, bin ich mit 50 körperlich und seelisch ein Wrack.“ Sechs Monate bekam sie Geld von der Arbeitsagentur, dazu einen Gründerzuschuss, im zweiten Jahr zehrte sie von ihrer Abfindung und Rücklagen. Sie zog in eine kleinere Wohnung, verzichtete auf ihre Reisen ins Ausland, übernahm das alte Auto ihrer Schwester. Heute kann sie von ihrem Job leben. Ob sie glücklich ist? Völpel nickt. „Von der Pike an etwas aufbauen war genau mein Ding.“

Für Thilo Baum ist das ein Best-Practice-Fall. „Viele suchen nur innerhalb ihrer Branche nach neuen Möglichkeiten, statt genau die eigenen Fähigkeiten zu analysieren“, so der Kommunikationstrainer, Buchautor und Coach. Er selbst kennt das wohlige Gefühl, das Richtige für sich gefunden zu haben.

Beim Berliner Kurier hat Baum Texte redigiert und Überschriften gemacht. Bis ihm klar wurde, dass er seine Fähigkeit – Sachverhalte zuspitzen, Aussagen kurz und knapp auf den Punkt bringen – vielfältiger einsetzen kann. Bei Unternehmern zum Beispiel, die ihren Kunden nicht erklären können, was sie genau machen. Bei Rauchern, die sich durch Ratgeberberge wühlen und vor lauter Informationen dann doch nicht wissen, wie sie vom Glimmstängel loskommen. Und bei unglücklichen Arbeitnehmern, die Schwierigkeiten haben, eine neue und passende Lebensschlagzeile zu finden: Ich kann, ich will, ich bin. „Jeder Mensch in einem freien Land hat relativ gute Chancen,



„Ja-Abers gibt es immer. Irgendwann muss man den Mut haben zu sagen: Warum nicht? Ich wage es.“

Dr. Vera Bloemer, Unternehmensberaterin und Coach aus Frankfurt a. M. Kontakt: Vera.Bloemer@web.de

etwas zu bewegen, seiner Arbeit Sinn zu verleihen und davon auch noch zu leben“, so der 40-Jährige. Sein Buch „Mach Dein Ding!“ (vgl. Servicekasten unten) wurde 2010 als „Trainerbuch des Jahres“ ausgezeichnet. Eine echte Motivationspritze.

Change statt Tschakka: Der Neustart tut erst mal weh

Aber: Ist wirklich alles möglich, wenn man nur will, wenn man seine Stärken erkennt und alte Denkmuster über Bord wirft? Müssen Lebensläufe nicht lückenlos sein, ist Erfolg nicht auch Glückssache, und ist nicht jede Existenzgründung vor allem eins – nämlich schwierig? Solche Bedenken sind ganz normal, sagt Dr. Petra Bock. Sie zu überwinden, ist der erste Schritt. Der entscheidende. Damit aber ist es nicht geschafft, im Gegenteil: Die echten Hürden kommen oft erst nach dem Start, beobachtet Bock. Die Klienten, die in ihre Berliner Praxis kommen, haben den Sprung ins neue Leben meist schon hinter sich und geraten jetzt ins Schlingern.

„Gerade gestandene Manager, die sich selbstständig machen, tun sich oft schwer“, sagt die Berliner Beraterin. „Sie sind zu sehr daran

gewöhnt, viele Mitarbeiter zu haben, unangenehme Aufgaben zu delegieren, auf eine funktionierende Infrastruktur zurückzugreifen.“ Plötzlich sind sie allein verantwortlich. Keine Rechtsabteilung, die man mal schnell anrufen kann. Keine Topassistentin, die den Rücken freihält. Kein Computerspezialist, der sofort und kostenlos zur Stelle ist. „Das Tempo ist langsamer, der Druck höher – für diese Menschen ist der Neustart ein echter Change-Prozess und kein Tschakka-Ding“, sagt Bock. Das gilt vor allem dann, wenn sie auch noch erleben müssen: Der neue Laden läuft nicht so gut wie geplant.

Fehler: Viele powern sich aus wie im alten Job

Wie reagieren die Umsteiger dann? „Die wenigsten machen sich im Vorhinein darüber Gedanken, was sein wird, wenn es nicht läuft“, so Bock. „Doch an diesem Punkt entscheidet sich, ob jemand seine Ressourcen im Blick hat.“ Statt Auszeiten einzuplanen, mit der Familie in den Urlaub zu fahren, sich mit Freunden zu verabreden, ins Fitnessstudio zu gehen, ackern viele beseelt von ihrer Geschäftsidee mit ganzer Power drauflos. Und wenn ihre Geschäftsidee in der Praxis nicht sofort aufgeht, powern sie noch mehr. Nach Einschätzung der Beraterin ist das ein Fehler. Ein Neustart sei ein Wachstumsprozess. „Es bringt nichts, an einer Pflanze zu ziehen, damit sie schneller wächst. Diese Geduld müssen viele erst lernen.“ Bei dem, der das nicht tut, kehrt häufig nach ein, zwei Jahren die Unzufriedenheit zurück, gepaart mit Kopfschmerzen, Ohrensausen, dem Gefühl, am Abgrund zu stehen.

Schwierig einzuschätzen sei auch, wie man mit finanziellen Einbußen klarkommt, einem niedrigeren Lebensstandard. „Das passt schon“, hört Bock oft. „Doch dann fehlen eben doch das große Auto, das schicke Büro, Essen im Gourmet-Restaurant.“ Weitere Knackpunkte: erstens die Kunden. Gehen sie wie angekündigt mit oder steht und fällt die Loyalität mit der Position, die man bekleidet? Zweitens die Mitarbeiter. „In einem großen Unternehmen arbeiten Menschen wegen des großen Namens, sie sind stolz darauf, bei der Deutschen Bank zu sein oder bei BMW. Der Chef ist zweitrangig.“ In einem kleinen Unternehmen setzen sich die Mitarbeiter für den Chef persönlich ein – und erwarten, so Bock, als Gegenleistung „wesentlich mehr Feedback, authentische Führung und persönlichen Kontakt“.

Am Ende heißt es: Hopp oder dopp

Damit sich Umsteiger nicht in einem Gestrüpp falscher Erwartungen und Enttäuschungen verheddern, rät die Frankfurter Beraterin Vera Bloemer zu einer guten Vorbereitung, in der sich der Kandidat auch mit eventuellen Rückschlägen auseinandersetzt, Meilensteine festlegt und Korrektive einbaut (siehe Kasten S. 42). Allerdings: „Man kann nicht alles hundert Prozent planen. Ja-Abers gibt es immer“, sagt Bloemer. „Deshalb muss man irgendwann den Mut haben zu sagen: Warum nicht? Ich wage es.“

Alexander Thul hat bereits einen guten Teil der Strecke hinter sich. Die Website seiner Agentur für Schauspiel und Sprechkunst steht, zwölf Schauspieler sind bereits im Boot. Der Standort Frankfurt scheint gut gewählt, die Bedingungen für Thul als Gründer sind ideal: Viele Medien sind vor Ort, die Kulturszene ist multikulturell, die Flugverbindungen in alle Welt liegen so nah wie kaum woanders in Deutschland. Alexander Thul ist zuversichtlich, dass sein Neustart gelingt. „Ich setze alles auf eine Karte.“ Sein Ziel hat er klar vor Augen: „In ein paar Jahren möchte ich zu den Top Ten der Schauspielagenturen in Deutschland gehören.“

Anja Dilk und Heike Littger ■

Service

Literaturtipps

► **Markus Albers: Meconomy. Wie wir in Zukunft leben und arbeiten werden – und warum wir uns neu erfinden müssen.** epubli, Berlin 2010, 16,90 Euro.

Eine Anleitung, wie wir unsere Hobbys zum Beruf machen und unseren Neigungen nachgehen – und zwar so, dass wir dabei glücklich und produktiv sind. Mit vielen motivierenden Fallbeispielen.

► **Markus Albers: Arbeitswelt im Aufbruch – Auf dem Weg zur Ich-Wirtschaft.** managerSeminare 146, Mai 2010, S. 44-50. www.managerSeminare.de/MS146AR01

Der Artikel zum Buch von Markus Albers. Antworten auf die Fragen: Wie sieht die neue Wirtschaftswelt der Meconomy aus? Und wie kann sich der Einzelne erfolgreich darin positionieren?

► **Thilo Baum: Mach Dein Ding! Der Weg zu Glück und Erfolg im Job.** Eichborn, Frankfurt a. M. 2010, 17,95 Euro.

Sichere Arbeitsplätze sind Schnee von gestern, schreibt Thilo Baum und verpasst allen Wechselwilligen eine Motivationspritze. Rhetorisch gewandt, unerbittlich und empathisch zugleich. Ausgezeichnet Trainerbuch des Jahres 2010.

► **Monika Birkner: Kurswechsel im Beruf. Erfolgreicher sein, sich nicht mehr verbiegen.** Walhalla, 3. Aufl., Regensburg 2009, 9,95 Euro.

Mutmacherbuch mit handfesten Tipps, dazu Ausblick auf den kommenden Arbeitsmarkt, Checklisten und Übungen, ermutigende Beispiele und Interviews mit Kurswechslern.

► **Petra Bock: Die Kunst, seine Berufung zu finden.** S. Fischer, 3. Aufl., Frankfurt a. M. 2006, 8,95 Euro.

Stories über Menschen von heute, aber auch Persönlichkeiten der Geschichte, die ihre Talente beruflich ausleben. Mit Bibelzitate und Einsichten aus der Historie eine hintergründige Inspirationsquelle – aber kein praktischer Leitfad.

► **Brigitte Scheidt: Neue Wege im Berufsleben.** Gabal, Wiesbaden 2009, 19,90 Euro.

Neustart geht nicht von heute auf morgen, ist die Kernaussage des Buches. Die Autorin bereitet auf einen längeren Prozess mit Höhen und Tiefen, Rückschlägen und Seitenwegen vor. Dazu Checklisten, Empfehlungen und praktische Tipps.