

Es ist nie zu spät, um endlich ich zu sein

Balance



Christine Färber, 55

„Zwei Standbeine: Das ist Freiheit!“

Stehen bleiben ist für mich keine Option. Ich bin gelernte Verlagskauffrau, arbeitete als Personalreferentin, dann als Personalleiterin. Ich war sehr stolz. Karriere zu machen war mir damals enorm wichtig. Nachdem ich Mutter wurde, stieg ich in eine freiberufliche Tätigkeit bei einer internationalen Personalberatung um. Viele Reisen, viel Geld, immer im Funktionsmodus - irgendwann kam die Frage nach dem Sinn meines Tuns. Ein Zufallsbefund beim Arzt hat mich wachgerüttelt. Es stellte sich heraus, dass der Tumor harmlos war. Aber die Sehnsucht nach einer sinnvollen Beschäftigung wurde immer größer. Nur was? Der Spaziergang mit einem Freund brachte überraschend die Antwort: Seine Tochter wolle Heilpraktikerin werden, erzählte er mir. Ich war augenblicklich wie vom Donner gerührt und wusste, was ich will. Am nächsten Abend stieg ich in einen neuen Kurs an der Heilpraktikerschule ein. 2016 hingte ich den Job bei der Beratung an den Nagel. Ich machte mich einfach zweigleisig selbstständig. Es ist immer gut, wenn man ein zweites Standbein hat, ist meine Überzeugung. Mit Joycon gründete ich die eigene Firma für Personal- und Organisationsentwicklung. Dazu eröffnete ich meine Praxis für Naturheilverfahren mit Schwerpunkt Burn-out und Aura-Arbeit und gebe Seminare (www.sakurabandl.de). Ich liebe beide Aufgaben und bin angekommen.

Engagiert: Mit Nicola Sieverling ist Christine Färber im Herbst auch auf Seminar-Tour



Umsteigerin Nicola Sieverling Die Expertin hat sich schon zweimal für Plan B entschieden und coacht heute andere beim Neuanfang

Schluss mit „Ich muss“: Jetzt ist die beste Zeit, aus dem ungeliebten Job auszubrechen. Wie man zu Plan B findet, weiß unsere Expertin aus Erfahrung

Text: Sibylle Royal

Auf dem Weg zur Arbeit stoppt Nicola Sieverling oft an einer taufrischen Wiese. Sechs Kälbchen hüpfen dort durchs Gras, rennen zum Zaun, sobald sie die 55-Jährige entdecken. „Ich darf sie sogar streicheln“, erzählt Nicola. „Dieser Moment ist für mich Glück.“ Lange Jahre sah der typische Glücksmoment in ihrem Leben anders aus: etwa shoppen, ohne auf das Geld zu achten. Nicola arbeitete damals bei Tages- und Wochenzeitungen, bis ein Hörsturz sie aus der Bahn warf. Dann führte sie 16 erfolgreiche und ebenso stressige Jahre lang die eigene PR-Agentur, bis die Diagnose Brustkrebs kam. Da zog Nicola aus der Großstadt in ein 236-Seelendorf nahe der Ostsee und schrieb ein Buch: „Plan B: Endlich etwas finden, für das man wirklich brennt“, heißt ihr Ratgeber mit inspirierenden Tipps und Porträts über Frauen wie Britta (r.) und Christine (l.). Die Botschaft: Mut zum Neustart! Denn unzufrieden sind viele.

Angst ist normal, aber sie darf nicht ausbremsen

70 Prozent aller Arbeitnehmer machen nur noch Dienst nach Vorschrift. Gerade in der Mitte unseres Lebens kommt vielen der Gedanke: Ist es wirklich das, was ich noch bis zur Rente machen will? Andere werden durch einen Jobverlust zur Umorientierung gezwungen - oder weil eine Ehe doch nicht hält, bis dass der Tod sie scheidet. Warum ändern wir dann nichts an der Situation? „Weil Angst uns kleinhält“, sagt Nicola Sieverling. „Wir müssen sie akzeptieren, aber ausbremsen darf uns die Angst nicht.“ Die Autorin gibt ihr Wissen auch in Seminaren weiter und empfiehlt als ersten

FOTOS: DOMINIK GIGLER, BEA NARJOLAZET, MARKFELD HANSEL



Journalistin Britta Janzen eröffnete in Kiel ihren eigenen Woll-Laden

Britta Janzen, 48

„Gegenwind hat mich angespornt“

Ich war leer geschrieben. Nach 25 Redakteursjahren fehlte mir die Motivation. Außerdem konnte ich mir den Beruf als freie Journalistin schlicht nicht mehr leisten: Die Aufträge wurden weniger, die Konkurrenz größer. Das drückt die Preise. Und ich fand, dass alles, was ich mache und mir an Erfahrung angeeignet hatte, nicht mehr wertgeschätzt wurde. Manchmal hatte ich das Gefühl, ich wäre sogar als Taxifahrerin glücklicher ... Durch Zufall hörte ich, dass ein Woll-Geschäft vor der Schließung stand. Ich machte mich schlau, was das kostet. Wie hoch sind die Gewinnspannen bei Wolle? Wie viel Eigenkapital braucht es? Dann verfasste ich einen Businessplan. Ich konnte noch nicht mal stricken, aber ich bin ein begeisterungsfähiger Mensch. Außerdem hatte ich meine Schwiegermutter

als Beraterin an meiner Seite, die lange in einem Woll-Geschäft gearbeitet hatte. Rückblickend denke ich, dass es ein Riesenvorteil sein kann, wenn man branchenfremd einsteigt. Man ist durch die Unkenntnis frischer und unkomplizierter dabei. Nicht alle waren nur begeistert. Aus meiner Familie kam auch Gegenwind. Mich hat das angespornt. Jetzt erst recht! Einen Teil des Startkapitals bestritt ich aus meiner Altersvorsorge, den Rest lieh mir dann doch die Familie. Im Oktober 2016 eröffnete ich in Kiel mein Geschäft Wolle und Wunder (www.wolle-und-wunder.de). Wir verkaufen auch handgemachte Dinge aus der Region, bieten Workshops an. Mir macht die Arbeit riesigen Spaß. 2020 werde ich erstmals schwarze Zahlen schreiben, trotz Corona. Ich träume schon von der Woll-Laden-Kette ...

Schritt zum Neuanfang eine Bestandsaufnahme: Was stört wirklich im jetzigen Job? Öde Aufgaben? Oder würde schon ein neues Arbeitszeitmodell die Laune heben? „Aufschreiben! So erkennt man eine grobe Richtung“, sagt Sieverling. „Danach sollten wir unsere Talente auflisten. Gerade wir Frauen wissen oft nicht, was alles in uns steckt.“ Stattdessen erkennen Freunde oft glasklar, was für ein Organisations-Ass oder eine Deko-Queen wir sind. Auch ein Rückblick in die Kindheit hilft: Was hat uns damals begeistert? Und was ist mit unserer Sicherheit? Darf man mit 50+ ernsthaft für einen Plan B kündigen? „Vielleicht können wir uns ein Stück Leichtigkeit von der Generation Y abschauen“, rät Sieverling. Für Ypsiloner

ist Work-Life-Balance wichtiger als viel Geld. Statt im Kleiderrauch schwelgen sie beim Kleidertausch. „Verzicht ist nicht gleich Mangel“, bestätigt der Coach aus eigener Erfahrung. Zumal Corona bei vielen die Prioritäten verändert hat. Manche Umsteigerin begegnet der Unsicherheit auch, indem sie den Traumjob als zweites Standbein aufbaut. Geld allein macht eben nicht glücklich, weiß Sieverling und sagt: „Unser Leben ist einfach zu kurz für den falschen Job.“



Buchtipps

Im Buch „Plan B“ gibt Nicola Sieverling ihr Wissen in Sachen Neustart weiter (Kailash Verlag). Infos zu Seminaren: www.plan-b-sieverling.de