

Neustart nach der Elternzeit

Wie man ihn am erfolgreichsten meistert: Interview mit Uta Nommensen

Wenn das Kind erst mal aus dem „Gröbsten“ raus ist, möchten viele Mütter in den Beruf zurückkehren. Doch wer ein paar Jahre aus dem Berufsalltag raus war, stellt sich den Wiedereinstieg oft leichter vor als er ist. Wie man den Neuanfang am besten angeht: Die MOPO sprach mit Uta Nommensen (45). Sie ist erfolgreiche Buchautorin, hat zum Beispiel zusammen mit Svenja Hofert „Wiedereinstieg in den Beruf“ (humboldt, 12,95 Euro) geschrieben.

MOPO: Ihr Tipp: Wie sollte eine erfolgreiche Strategie für Mütter aussehen, die wieder berufstätig sein wollen?

Sie sollten sich zunächst über ihre Möglichkeiten auf dem Arbeitsmarkt genau informieren. Ansprechpartner sind regionale Weiterbildungseinrichtungen (in Hamburg am Steindamm).

MOPO: Neigen Mütter eher dazu, in den alten Beruf zurückzukehren oder Neuland zu erkunden?

Fast 75 Prozent aller Mütter suchen nach der Elternzeit einen neuen Job. Viele wechseln die Branche und wagen den kompletten Neueinstieg. Grund: Mit der Elternschaft entwickelt sich die Persönlichkeit und eine Rückkehr in den alten Beruf kommt oft nicht in Frage. Oder die alten Arbeitszeiten sind nicht mit der Familie vereinbar. Wer in einen neuen Beruf startet, macht neue Erfahrungen und erweitert seine Grenzen. Doch eine Ausbildung in Vollzeit erfordert hohen beruflichen Einsatz.

MOPO: Gibt es spezielle Berufsfelder, wo es Frauen leichter haben, neu zu starten?

In den Heil- und Pflegeberufen finden fitte Berufseinsteigerinnen auch mit Mitte 40 noch einen Job. Sekretärinnen, Office Assistentinnen und Buchhalterinnen mit guter Ausbildung werden gesucht. Nach einer längeren Auszeit ist eine berufliche Weiterbildung in SAP, Datenbanken, Projektmanagement oder Excel angesagt. Der Staat sucht manchenorts händeringend Lehrer. Berufsschulen stellen gern Quereinsteiger aus dem Handwerk ein.

MOPO: Wie stehen die Chancen für eine Selbstständigkeit?

In Anbetracht der vielen prekären Arbeitsverhältnissen heutzutage lohnt es sich über eine selbständige Tätigkeit nachzudenken. Warum nicht das Hobby oder die Talente zum Beruf machen? Wer z. B. gut reden kann und ein extrovertierter Typ ist, verdient als Freiberufler im Vertrieb überdurchschnittlich und hat meist flexible Arbeitszeiten. Viele Gründungsprogramme unterstützen Existenzgründerinnen.

MOPO: Helfen öffentliche Einrichtungen wie die Agentur für Arbeit beim Wiedereinstieg in den Beruf, zum Beispiel durch Seminare?

Die Agentur für Arbeit bzw. Arge bieten Qualifizierungen an - von der SAP- oder Buchhaltungsprogrammen hin zur komplett neuen Ausbildung im Pflege- oder Heilberuf – möglich jetzt auch in Teilzeit. Auf das Gespräch mit dem Berater sollten sich die Frauen genau vorbereiten. Wichtig ist, dass die Wiedereinsteigerin in etwa weiß, wo die Reise hingehen soll. Ansonsten landet sie in einer für sie uninteressanten Fortbildung oder in einem ungeliebten neuen Beruf.

MOPOP: Gibt es Erfahrungswerte: haben Männer es nach einer Elternpause leichter?

Da die durchschnittliche Elternzeit bei Männern im Schnitt zwei Monate beträgt, gibt es keine großen Probleme. Bei längerer Elternzeit planen Männer meist genau den Zeitpunkt ihres Wiedereinstiegs. Sie bleiben mit dem Unternehmen in Kontakt und bilden sich in der Elternzeit fort. Deshalb haben sie es leichter bei der Rückkehr in den Job, Frauen sollten das genau so tun.