

Luisa Bayer* (45 Jahre alt)

Mit Mitte 40 beruflich etwas ganz Neues anfangen? Frau Bayer hat drei Kinder und merkt, dass sie mit ihrem Beruf als Journalistin nicht mehr glücklich ist. Auch möchte sie nicht dauerhaft finanziell von ihrem Mann abhängig sein. Wie geht es jetzt weiter? Mit vielen Fragen kommt sie zum „Berliner Job-Coaching für Alleinerziehende“.

Was kann ich eigentlich? Was bringe ich mit? Wo geht es hin?

Frau Bayer hat schon eine lange berufliche Laufbahn. Nach einem Volontariat bei einer lokalen Zeitung, einem geisteswissenschaftlichen Studium und vielen Jahren beruflichen Erfahrungen im Lokaljournalismus geht sie mit ihrem Partner von Süddeutschland nach Berlin. Sie arbeitet weiter freiberuflich im journalistischen Bereich. Ihre Familie wächst. Sie schafft es zunächst gut, Job und Familie unter einen Hut zu bekommen.

„Eigentlich bin ich Teilzeit alleinerziehend.“, scherzt sie. Sie trägt viel Verantwortung für ihre Familie, da ihr Mann beruflich stark eingebunden ist. Auch wenn sie Unterstützung von ihrem Mann bekommt, liegt die Organisation des Alltags und der Familie oft bei ihr allein. Nach dem dritten Kind ist der Weg zurück in den Journalismus nicht leicht. Frau Bayer möchte für ihre Familie da sein und sieht sich gleichzeitig mit starken Veränderungen im journalistischen Arbeitsfeld konfrontiert. Die Digitalisierung veränderte die Presselandschaft stark, Blogs und soziale Medien gewinnen immer mehr an Bedeutung. In diese Richtung möchte sich Frau Bayer aber nicht weiterentwickeln. Die Situation ist für sie emotional und existenziell sehr belastend. So steht sie nach langer Berufserfahrung an einem beruflichen Wendepunkt. Der Drang nach Selbstständigkeit und Unabhängigkeit führt sie trotz vieler Selbstzweifel dazu, sich Unterstützung bei der beruflichen Orientierung zu holen.

Jetzt ist es meine Zeit!

In den zwölf Wochen Trainingsprogramm beim „Berliner Job-Coaching für Alleinerziehende“ von Goldnetz e. V. beschäftigt sich Frau Bayer intensiv mit sich selbst, so wie nie zuvor und nie danach in ihrem Leben. Die Zeit erlebt sie als Geschenk. Sie genießt es, das man an sie glaubt, sie fordert und fördert. Irgendwie weiß sie schon, was sie kann, aber das ist ein eher „schwammiges Gefühl“. Auf den Punkt genau lernt sie nun, ihre Fähigkeiten auszuformulieren.

„Ich habe einen Werkzeugkoffer an die Hand bekommen, um mit meinen Selbstzweifeln umzugehen.“ Vor allem das Bewusstsein, dass Selbstzweifel gar nicht so wichtig sind und man sich nicht von ihnen aufhalten lassen darf, bleibt ihr langfristig erhalten. Man muss sich überwinden und trotz Zweifeln einfach losgehen. Aus sachlicher Distanz betrachtet, erscheint vieles auch oft weniger verunsichernd. Mit der Zeit bestätigt Frau Bayers Erfahrung, dass es sich lohnt weiterzumachen, auch wenn man Hürden überwinden muss. In diesem Erkenntnisprozess fühlt sie sich von Goldnetz e. V. individuell begleitet und unterstützt. Sie zieht Kraft und Mut aus der Wertschätzung und der Zeit, die ihr entgegengebracht wird.

In einer Gruppe von Gleichgesinnten kann sie ehrlich und offen sagen, was sie vor Menschen, die nicht betroffen sind, nicht sagen wollte bzw. konnte. Daraus entwickeln sich langfristige Netzwerke. Eine kleine Gruppe von Teilnehmerinnen trifft sich noch ein Jahr später nach dem Training und führt

das Coaching untereinander fort. Sie geben sich Hausaufgaben und nehmen sich gegenseitig in die Verantwortung, weiter an ihren beruflichen Zielen zu arbeiten.

Selbstbewusst zu neuen Zielen.

Wohin es für Frau Bayer gehen soll, kristallisiert sich in diesem produktiven Umfeld schnell heraus: „Ich habe mir eingestanden, dass die Schule der richtige Ort für mich ist.“ Mit dem Zuspruch und dem Feedback aus dem Kurs wagt sie es, erste Schritte in Richtung Lehrerinnen-Beruf zu gehen. Sie beendet eine Ausbildung als Legasthenie-Trainerin und versucht danach einen Quereinstieg als Lehrerin. Dazu beantragt sie bei der Senatsverwaltung, auch ohne klassische Ausbildung, als Lehrerin arbeiten zu können. Trotz Lehrermangel bekommt sie keine Bewilligung. Frau Bayer lässt sich jedoch von diesem Rückschlag nicht unterkriegen. Auch nach dem Training lässt Goldnetz e. V. Frau Bayer nicht allein. Eine individuelle Coaching-Nachbetreuung verhindert, dass Frau Bayer in „alte Muster“ verfällt. Aktuell studiert sie Lehramt an einer Berliner Waldorfschule und plant dort im Anschluss an das Studium, als Lehrerin erfolgreich einzusteigen.

Ihre Kinder spüren, dass es ihr besser geht.

Ihre Familie unterstützt sie bei ihrer Entscheidung, einen neuen beruflichen Weg einzuschlagen. Es ist zwar eine Umstellung, aber die Kinder spüren schnell, dass es ihr mit dem neuen Ziel vor Augen viel besser geht. Frau Bayer ist es wichtig, als Mutter Vorbild für ihre Kinder zu sein. Sie nimmt ihre beruflichen Ziele selbst in die Hand und legt trotzdem noch viel Wert auf Familienzeit. „Wenn Mütter mit Wertschätzung behandelt werden und in ihrer Arbeit flexibel sein können, dann schaffen die alles.“ Für sie ist klar, wenn man etwas erreichen will, muss man sich selbst auf den Weg machen. Das beeinflusst auch ihre Kinder, die selbstständiger werden.

Frau Bayer rät anderen Frauen mit Kindern, die sich beruflich umorientieren wollen, dass sie den Schritt, am Job-Coaching teilzunehmen, unbedingt wagen sollen: „Man profitiert noch lange von dieser abwechslungsreichen und lehrreichen Zeit.“

*Der Name der Teilnehmerin wurde anonymisiert.

**ALLEIN
ERZIEH
ENDZUM
ERFOLG**

Berliner Job-Coaching für Alleinerziehende

Kompetent – Praxisorientiert – Kostenfrei

Weitere Informationen finden Sie unter: www.bjca.goldnetz-berlin.de

Folgen Sie uns auch auf Facebook: www.facebook.com/BJCAE

Das Projekt „Berliner Job-Coaching für Alleinerziehende“ wird gefördert aus Mitteln der Senatsverwaltung für Integration, Arbeit und Soziales im Rahmen des Programms *BerlinArbeit*.