



Alternative: Gründung

... auch aus der Arbeitslosigkeit?

Wer den Job verloren hat oder weiß, dass die Arbeitslosigkeit droht, steht irgendwann vielleicht auch vor der Frage: Könnte ich mir auch selbst Arbeit geben?

Überprüfen Sie, ob eine Existenzgründung eine gute Lösung für Sie sein kann. Holen Sie sich Beratung und Unterstützung, sprechen Sie mit Menschen, von deren Erfahrungen Sie lernen wollen.

In der Arbeitslosigkeit fühlt man sich oft allein, sorgen Sie dafür, dass Sie in der Gründung nicht allein sind.

PORTRÄT

**„Der Traum war immer da“
Frauke Stolzmann,
Gründerin der Praxis „Ganz berührt“**

Frauke Stolzmann zögert: Ob sie die Richtige ist für diese Geschichte? Ob ihre Gründung eine „typische“ Gründung aus der Arbeitslosigkeit ist? Sie zögert, weil sie die Vorbehalte kennt, mit denen diesen Gründungen begegnet wird. Weil sie das Etikett der „Notgründung“ nicht passend findet. Weil sie seit zwei Jahren selbstständig ist und weiß „Ich bin eine Unternehmerinnen-Persönlichkeit“.

Vor zwei Jahren gründete Frauke Stolzmann ihre Praxis „Ganz berührt“. Hier bietet sie Massagen für Frauen an – von der reinen Wohlfühl-Behandlung bis zur Unterstützung traumatisierter Frauen. „Über den Körper die Seele berühren“ lautet ihr Motto. Viele Jahre hatte sie sich in diesem Bereich weitergebildet und Erfahrungen gesammelt. Heute verfügt sie über Qualifikationen in Ganzheitlicher Energetischer Massage, Biodynamischer Tanztherapie, Ayurvedischer Massage und Hot Stone Massage. Der Schritt in die Selbstständigkeit „war folgerichtig“, sagt sie heute. Und doch war der Start zunächst wie eine Flucht nach vorn.

Direkt nach dem Examen musste sich Frauke Stolzmann arbeitslos melden. Für die Kulturwissenschaftlerin, die einen sehr guten Abschluss gemacht hatte, lagen die Jobs dennoch nicht auf der Straße. „Ich hätte etwas Zeit gebraucht, um eine gute Stelle zu finden“, sagt sie im Rückblick. Reisen machen, Veranstaltungen besuchen, persönliche

1

Netzwerke aufbauen – das war allerdings mit ihrem Status als Arbeitslose nicht vereinbar.

Frauke Stolzmann findet sich relativ schnell in einer Vollzeitmaßnahme wieder und erlebt einen enormen Druck, verbunden mit der Angst, in dieser Situation gefangen zu sein. „Das war für mich eine Stress- und Schocksituation.“ Bei einer Infoveranstaltung zur Existenzgründung besinnt sie sich auf einen alten Wunsch: „Der Traum von der Körperarbeitspraxis war immer da.“

Sie entscheidet sich zur Gründung. „Und dann gingen alle Türen auf.“ Im ersten Jahr bekommt sie das Einstiegsgeld, mit dem sie die Praxis aufbauen kann. Sie nimmt am Gründungszirkel teil, nutzt die Möglichkeit des Gründungscoachings, erhält den Unternehmerinnenbrief NRW und kann mit der Praxis wachsen. Am Ende des zweiten Jahres ist sie noch über die ARGE krankenversichert, sieht aber mit einem festen und wachsenden Kundinnenstamm, dass sie bald ganz von ihrer Praxis leben kann.

„Aus dem Arbeitslosengeld II-Bezug zu gründen, ist anstrengend“, räumt Frauke Stolzmann ein, die Kontrolle und das Gefühl der Abhängigkeit seien groß. Sie weiß dennoch, dass der Druck der Behörde auch helfen kann, um weiterzukommen. Die Gründerin könnte ein Muster-Beispiel dafür sein, dass Förderung hilft und dass es sich lohnt, nach Unterstützung zu suchen. „Ich hatte immer eine Vision“, sagt sie und macht Pläne. „Das ist das Schöne an der Selbstständigkeit: sich immer wieder neuen Herausforderungen stellen zu können.“

INFO

Gründen aus der Arbeitslosigkeit Für den Start gibt's Unterstützung

Der Weg in die berufliche Selbstständigkeit kann ein Ausweg aus der Arbeitslosigkeit sein. Es gibt viele Förder- und Unterstützungsmöglichkeiten, auch um herauszufinden, ob dieser Weg persönlich und finanziell richtig sein kann.

Orientierungsseminare und Info-Veranstaltungen

z. B. bei Frauen & Beruf (S. 101):

Berufliches Orientierungsseminar

Existenzgründung – eine gute Alternative?

Infoabende: Perspektive Selbstständigkeit (S. 95)

Infoabende: Status Freiberuflich (S. 145)

Förderprogramme

Existenzgründerinnen aus der Arbeitslosigkeit können, wenn sie die Voraussetzungen erfüllen, alle öffentlichen Förderprogramme in Anspruch nehmen. Auskunft gibt hier die Existenzgründungsberatung der Wirtschaftsförderung (S. 93).

Darüber hinaus gibt es für sie auch spezielle Hilfen der Bundesagentur für Arbeit (S. 76).

Gründungszuschuss für Alg I-Empfängerinnen

Die Förderdauer beträgt bis zu 15 Monate.

(Info-Teil Geld, S. 129)

Einstiegsgeld für Alg II-Empfängerinnen

Dieses können Alg II-Empfängerinnen in der Gründung zusätzlich zum Arbeitslosengeld II bekommen. (S. 125)

Trainings- und Weiterbildungsmaßnahmen

Gründerinnen-Werkstatt bei Frauen & Beruf (S. 101)
Existenzgründungsseminare bei der Agentur für Arbeit (S. 76)

Coaching nach der Gründung

„Gründercoaching Deutschland“
Zuschuss zum Coaching für Gründungen aus der Arbeitslosigkeit: 90 Prozent des förderfähigen Coachinghonorars (maximal 4.000 Euro)
Voraussetzung ist, dass die Gründerin entweder das Einstiegsgeld, den Gründungszuschuss oder sonstige weitere Leistungen nach SGB II erhält.

Weiterführende Informationen:

www.gib.nrw.de – Das Online-Portal bietet ein Special mit Hinweisen auf Förderprogramme und Angebote speziell in NRW

GründerZeiten Nr. 16 „Existenzgründung aus der Arbeitslosigkeit“
Zum Download unter: www.existenzgruender.de
(Bundesministerium für Wirtschaft)

EXPERTINNEN-RAT**Spüren Sie Unternehmerinnen-Luft?**
Tipps für Gründerinnen aus der Arbeitslosigkeit

„Du kannst Arbeit geben!“, lautet Anke Dinsings Mutmacher für Menschen in der Arbeitslosigkeit. Die Beraterin aus Mülheim weiß: Wer aus der Arbeitslosigkeit gründet, kann die Perspektive verändern, sollte aber auch darauf vorbereitet sein, dass mit einer Gründung zunächst schwierige Zeiten kommen.

Braucht mich jemand?

Bevor Sie sich vorschnell in eine Gründung stürzen, fragen Sie sich: Warum sind meine Bemühungen um eine Stelle bisher gescheitert? Ist die Arbeitsmarktsituation der Grund oder kann ich mich mit meinem Beruf nur nicht mehr identifizieren?

Achtung: Aus der Frustration heraus zu gründen, ist auch gefährlich. Denn in der Selbstständigkeit kann die gerade zu Anfang noch größer sein.

Aber wenn Sie merken, dass Sie Ihren ganz eigenen beruflichen Weg gehen wollen, auf dem Sie den Kurs bestimmen, ist Unternehmerinnen-Luft zu spüren!

Können Sie gut allein sein?

Wenn Sie selbstständig sind, warten auf Sie keine lieben Kollegen. Bei Klein Gründungen starten Sie allein. Selbst wenn Sie Personal einstellen, sind Ihre Mitarbeiter keine Kolleginnen und Kollegen auf Augenhöhe.

Sie sind in einer neuen Rolle: Sie sind die Chefin und verantwortlich für alle Entscheidungen.

Haben Sie einen Raum für sich?

Besonders wenn Sie im Home Office starten: Sie brauchen einen Raum, in dem Ihre Arbeit im Mittelpunkt steht.

Also: Richten Sie sich keine Arbeits-Ecke im Schlafzimmer oder im Wohnzimmer ein. Auch Ihr PC und Ihr Telefon sollten ausschließlich für Ihre Arbeit zur Verfügung stehen und nicht von anderen Familienmitgliedern mitgenutzt werden.

Organisieren Sie sich!

In der Selbstständigkeit entstehen durch Kunden und Auftraggeber feste Termine. Gleichzeitig müssen Sie Ihre Arbeitszeit auch noch selbst organisieren und Strukturen schaffen. Das nimmt Ihnen niemand ab. Hier ist Selbstdisziplin gefragt!

Auch als Selbstständige sind Sie nicht unabhängig!

Mit der abhängigen Beschäftigung und der Selbstständigkeit ist es wie mit dem „Hotel Mama“. So lange Sie zuhause wohnen, sind Sie zwar abhängig, aber gut versorgt.

Wenn Sie sich selbstständig machen, ziehen Sie gewissermaßen aus und müssen von nun an alles selbst organisieren. Damit sind Sie auf eine andere Art abhängig, nämlich davon, dass Menschen Ihr Produkt oder Ihre Dienstleistung wollen und dafür auch noch bezahlen.

Überreden hilft nicht, überzeugen schon eher!

Sie würden sich am liebsten im Team selbstständig machen? Menschen zu finden, die in einer ähnlichen Situation die gleiche Entscheidung treffen, ist ein Glücksfall. Dazu können Sie niemanden überreden.

Aber auch wenn Sie allein gründen, können Sie Menschen finden, mit denen Sie in irgendeiner Form kooperieren.

Keine Angst vor Konkurrenz

Austausch und Kooperation mit Menschen aus dem gleichen Metier schärfen die eigenen Gedanken und die Positionierung.

Damit aus Wünschen zur Zusammenarbeit keine Konkurrenz wird, fragen Sie sich immer: Was unterscheidet uns und wie können wir das nach außen hin darstellen? Kooperationen gelingen nur mit gegenseitiger Wertschätzung.

Haben Sie – ehrliche – Freunde?

In der Gründung brauchen Sie Mutmacher und keine Miesmacher. Denn die Gefahr durch Miesmacher besteht darin, dass Sie sich trotzig gegen deren Positionen stemmen und dann die Gefahren wirklich nicht mehr sehen wollen.

Wenn Sie aber im Moment nicht mehr an sich selbst glauben können, brauchen Sie Freunde, die das für Sie tun und Sie ehrlich auf mögliche Fallen hinweisen.

Was wäre der Worst Case?

Vergessen Sie in der Planung nicht, sich den für Sie schlimmsten Fall auszumalen. Wenn Sie sich hier eine Alternative vorstellen können, ist das entlastend. Selbst wenn es kein gewünschter Plan ist, so ist es aber dennoch ein möglicher, damit das Leben weitergeht.



Mutter und dann ...

UNTERNEHMERIN WERDEN?

Mit der Geburt eines Kindes und der wachsenden Familie bekommt der Alltag einen neuen Rhythmus. In dieser Zeit verändern sich für Frauen oft auch die beruflichen Bedingungen und Wünsche.

Vielleicht wollen Sie flexibler arbeiten und Beruf und Familie vereinbaren? Da liegt der Gedanke, selbstständig zu arbeiten, nahe.

Das sollten Sie gut vorbereiten und wissen: Auch Unternehmerin und Mutter können Sie nicht gleichzeitig sein – gute Kinderbetreuung ist immer eine wichtige Voraussetzung, um arbeiten zu können.

2

PORTRÄT

„Aller Anfang ist klein“

Julia Erhard, 38, betritt in der Elternzeit Neuland

Das Ideen-Buch ist ganz schön voll. Jeden Schritt der letzten Monate hat Julia Erhard hier festgehalten. Seminar-Ergebnisse, die Namenssuche für das eigene Geschäft, To-do-Listen, den ersten Stempel von „[BILDschön“. So heißt das Projekt, das vielleicht mal ein Unternehmen werden kann.

Vor 15 Monaten ist die 38-Jährige Mutter geworden, den Beginn der Elternzeit verknüpfte sie mit der Frage: „Wie soll es jetzt beruflich weitergehen?“ Julia Erhard ist in einem Unternehmen für Telekommunikation angestellt und dort zuständig für die interne Kommunikation. Nach dem Studium der Publizistik wollte sie eigentlich PR im Kulturbereich oder in einem Museum machen, verschlagen hat es sie zunächst in eine Firma, die Computerspiele vermarktet. Sie hat dort viel gelernt und sucht doch „was anderes, etwas, woran mein Herz hängt“.

Mitte 2009 besucht sie das Orientierungsseminar bei Frauen & Beruf, sortiert Themen, Ideen, Wünsche und Talente und ist ermutigt von der Rückmeldung der Referentin: „Ich höre ganz viel Foto.“ Dass sie gerne und gut fotografiert, das ist für Julia Erhard nichts Neues. Aber daraus eine Selbstständigkeit machen?

Ein Viertelfest nimmt sie im Sommer zum Anlass, um die ersten eigenen Bilder – besondere Augenblicke, Alltagsszenen, Stadtansichten – zum Verkauf anzubie-

ten. Und zwar in einer besonderen Präsentationsform: Sie legt ihre Bilder nicht hinter Glas, sondern zieht die Fotos auf 1 cm dicke Holzplatten auf. Kleine Kunstwerke, die man anfassen will und die an der Wand wie mehrdimensional wirken. Die Resonanz war so positiv, dass Julia Erhard den Mut hat, weiterzumachen.

„Verschiedene Verkaufsmöglichkeiten ausprobieren“ nennt sie das. Sie ist mit ihren Bildern auf dem Flohmarkt, stellt sie in der Praxis ihres Partners aus und ist von einer Künstlerin eingeladen worden, sich über die Weihnachtszeit an einem temporären Laden zu beteiligen. Gemeinsam mit vier Kreativen aus Mode, Grafik, Illustration und Bildhauerei kann sie ihre Arbeiten hier von November bis Ende Februar präsentieren. „Vor diesem Schritt habe ich ziemlich großen Respekt“, räumt sie trotz aller Freude ein. „Falls die Bilder sich gut verkaufen, müsste ich einige Nachtschichten für die Produktion einlegen.“

„Aller Anfang ist klein“, sagt Julia Erhard und beschreibt, wie sie sich weiter vorantastet. „Die Fotos allein sind noch kein Geschäft. Ich will mehr machen, will weiterdenken.“ Das könnten Fotobücher sein, Sachen für Kinder und Eltern, neue Formate. „Ich brauche Zeit für die Gründung“, weiß die junge Mutter. Nächstes Jahr will sie an ihrem alten Arbeitsplatz wieder anfangen, in Teilzeit. Die Kinderbetreuung muss organisiert werden und zwar so, dass noch Zeitfenster für die kreative Arbeit bleiben. An Ideen mangelt es ihr nicht, die stehen alle im Notizbuch. Und das wird immer voller.

INFO

Existenzgründung in der Elternzeit

Die Elternzeit ist auch im beruflichen Leben oft ein Zwischen-Raum, in dem neue Ideen wachsen. Und für manche auch eine Chance für einen kleinen Neustart.

Berufliche Orientierung

Sie können die Elternzeit nutzen, um sich beruflich neu zu orientieren. Frauen & Beruf (S. 101) bietet z. B. Seminare an, in denen Sie auch eine Gründungs idee überprüfen können.

Arbeiten in der Elternzeit

Während der Elternzeit dürfen Sie max. 30 Stunden arbeiten, angestellt oder auch selbstständig.

Erlaubnis vom Arbeitgeber?

Wenn Sie während der Elternzeit nebenberuflich selbstständig tätig sind, sollten Sie von Ihrem Arbeitgeber dazu eine (schriftliche) Erlaubnis einholen.

Fördermöglichkeiten

Sollte Ihr Arbeitgeber Sie im Anschluss an die Elternzeit nicht weiter beschäftigen (z. B. weil Sie dort nicht in Teilzeit weiterarbeiten können), können Sie bereits während der Elternzeit einen Gründungszuschuss beantragen und nebenberuflich selbstständig sein. Mit einer Sperrfrist beim Bezug des Arbeitslosengeldes müssen Sie nicht rechnen. Wenn Sie nach der Elternzeit dann hauptberuflich starten, gefährdet das die Gewährung des Gründungszuschusses nicht. (S. 129)

Versicherungen

Starten Sie nebenberuflich in die Selbstständigkeit und wollen (weiterhin) beitragsfrei in der gesetzlichen Krankenversicherung bleiben, sollte das durchschnittliche monatliche Gesamteinkommen unter 360 Euro liegen. Überschreiten Sie die Grenze von 360 Euro im Monat, entstehen zusätzliche Kosten für die Kranken- und Pflegeversicherung in Höhe von mindestens 136,50 Euro im Monat. Auch rückwirkend!



Buchtipp: Gründen in Teilzeit

In ihrem Buch skizziert Birgitt Torbrügge die Besonderheiten der Selbstständigkeit in Teilzeit. Wie verträgt sie sich mit den Rahmenbedingungen von Elternzeit, Festanstellung, Sozialhilfe oder Arbeitsamt? Welchen Einfluss hat sie auf Kranken-, Renten- und

Unfallversicherungen? Welche Anforderungen müssen gegenüber dem Finanzamt beachtet werden? Das Buch wurde 2009 aktualisiert neu aufgelegt.

Birgitt Torbrügge, Teilzeit-Selbständigkeit. Das Handbuch für die Kleinunternehmerin, aktualisierte Neuauflage 2009, 119 S., EUR 14,90.

Klein aber ...

Teilzeit-Gründungs-Blog

Birgitt Torbrügge gibt auf www.existenzielle.de regelmäßig Tipps für Gründerinnen im Nebenerwerb.

EXPERTINNEN-RAT

Sie sind kein Knautschball!

Tipps für Mütter, die gründen wollen

Selbst hat sie das auch erlebt: Als Mutter mit Kindern selbstständig zu sein. Elena de Graat ist Gründerin und Inhaberin der Beratungs- und Forschungsagentur Work & Life in Bonn.

Auf der Suche nach dem Kontrastprogramm?

In der Elternzeit passiert es oft, dass Frauen ihre beruflichen Perspektiven auf den Prüfstand stellen. Sie wollen den Druck und die zeitliche Belastung an Ihrem alten Arbeitsplatz nicht mehr? Vorsicht: Die selbstständige Zukunft erscheint in einer solchen Stimmung rosarot. Das ist sie aber – gerade zu Anfang – selten.

Zeit für ein neues Leben mit Kind

Nutzen Sie die Elternzeit, um sich in Ruhe mit dem neuen Wesen in Ihrem Leben zu identifizieren. Dann fragen Sie sich: Was habe ich in meinem Job? Was will ich verändern? Und überlegen dann: Was kann ich unter Berücksichtigung der neuen Lebenssituation an Selbstständigkeit auf die Beine stellen?

Gründung – eine gute Vereinbarkeitsstrategie?

Wenn Sie als (werdende) Mutter über die Selbstständigkeit nachdenken, weil sie sich vor allem flexible Arbeitszeiten wünschen, machen Sie sich bewusst: Selbstständigkeit schenkt nicht nur Flexibilität, sondern fordert diese auch von Ihnen.

Beruf und Familie trennen

Sie können sich nicht selbstständig machen und gleichzeitig (!) ein Kleinkind betreuen.

In bestimmten Branchen (z. B. solchen mit Ladenöffnungszeiten) ist es für Mütter mit kleinen Kindern grundsätzlich schwierig, es sei denn, Sie haben die Betreuung umfassend organisiert.

Aber auch für Freiberuflerinnen im Home-Office gilt: Mit dem Kind unterm Schreibtisch geht es nur im Notfall. Das Bild von der Mutter am Laptop mit Baby auf dem Schoß gehört zerstört.

Bloß kein Knautschball sein

Mütter sind oft die Knautschbälle, die alles auffangen, während sich für alle anderen nicht viel verändert.

Machen Sie sich beide Anforderungen – Familie und Unternehmen – klar und definieren Sie Ihren jeweiligen Einsatz.

In der Selbstständigkeit müssen Sie verschiedene Aufgaben unter einen Hut bekommen: die Erziehung Ihrer Kinder und Ihrer Familie, die Bedürfnisse des Kunden und Ihre eigenen.

Erziehen Sie Ihre Familie

Machen Sie Ihrem Partner und Ihren Kindern klar: Ich bin selbstständig und kann mir meine Arbeitszeit einteilen, aber meine Verfügbarkeit ist begrenzt.

Wenn Sie zuhause arbeiten: Die Kinder müssen wissen, dass sie ein wichtiges Telefonat mit einem Kunden nicht einfach stören können.

Wenn Ihr Partner ebenfalls berufstätig ist: Nehmen Sie ihn in die Pflicht und teilen Sie die Familienaufgaben mit ihm.

Sie brauchen ein gutes Netzwerk

Selbstständig und Mutter sein kann mit einem guten Netzwerk wunderbar funktionieren. Ein privates, in dem Betreuung organisiert und geteilt wird.

Ein berufliches, in dem Sie gemeinsam Aufträge akquirieren oder abwickeln und ggf. weitergeben, wenn der Druck zu groß wird.

Auch familiäre Termine sind Termine

Ihr Auftraggeber muss nicht wissen, wann Sie Ihre Kinder zur Kita oder zum Sportverein bringen. Sie haben Termine! Diese sollten Sie nicht erläutern. Der Wert der Beziehung zum Kunden besteht darin, dass er das Gefühl hat, dass Sie viel zu tun haben und trotzdem für ihn hervorragende Arbeit leisten. Nehmen Sie sich in beiden Lebensbereichen ernst, dann werden Sie auch als Unternehmerin ernst genommen.

„Wiedereinstieg? Ich bin dabei!“

So schaffen Sie die Rückkehr in den Beruf.

(Wieder) Einsteigen – Ihre Chance!

Sie haben wegen Kindererziehung oder der Pflege von Angehörigen Ihre Erwerbstätigkeit unterbrochen und überlegen, beruflich wieder einzusteigen?

Sie haben gute Gründe dafür!

- Sie wollen Ihre beruflichen Kenntnisse und die in der Familienphase gewonnenen Erfahrungen einsetzen.
- Sie wollen wieder breitere soziale Kontakte haben.
- Und nicht zuletzt wollen Sie wieder Ihr eigenes Geld verdienen und etwas für Ihre Alterssicherung tun.

Gerade wenn Sie Ihre Erwerbstätigkeit länger unterbrochen haben, gilt es bei der Rückkehr in die Arbeitswelt einige Hürden zu überwinden. Dabei werden Sie nicht allein gelassen!

- Die Agenturen für Arbeit bieten Informationsveranstaltungen zum Wiedereinstieg nach der Familienphase an und beraten Sie auch gern persönlich, denn Sie sollen besonders gefördert werden.
- In vielen Städten und Gemeinden gibt es weitere Anlaufstellen.
- Mit dem Netzwerk Wiedereinstieg, dem Forum Wiedereinstieg und den Möglichkeiten des Bildungsschecks unterstützt die Landesregierung Nordrhein-Westfalen Ihren Neubeginn.

Wir sind an Ihrer Seite! **forum** 

Mit Forum W bieten wir Ihnen in Nordrhein-Westfalen ein landesweites Informations- und Serviceangebot zum beruflichen Wiedereinstieg.

www.wiedereinstieg.nrw.de

- Sie wollen sich umfassend über alle Aspekte des Wiedereinstiegs informieren?
„Basisinformationen“ finden Sie zu 50 Themen sowie weiterführende Tipps und Links.
- Sie möchten erfahren, an welche Stellen Sie sich vor Ort wenden können? „Lokale Angebote“ führt Sie zu den wichtigsten Kontaktadressen in Ihrem Wohnort – per Klick auf einen Blick.
- Sie möchten eine sachkundige Antwort auf eine spezielle Frage erhalten? Über „Fragen und Antworten“ richten Sie Ihre Frage an unser landesweites Netz von Expertinnen und Experten. Selbst bei komplizierten Fragen erhalten Sie zügig eine Antwort.

Oder telefonieren Sie lieber? Dann steht Ihnen unser **Servicetelefon 01803 001166*** Mo – Fr zwischen 8 und 18 Uhr zur Verfügung. Die erfahrenen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter helfen Ihnen gerne weiter.

* 9 Cent pro Minute aus dem deutschen Festnetz, abweichende Preise aus dem Mobilfunknetz



Zu alt für den Arbeitsmarkt?

ALTERNATIVE: GRÜNDEN 50 +

Jetzt noch mal ganz neu anfangen! Beruflich was anderes versuchen als in den letzten 30 Jahren! Wer sich das mit 50 wünscht, hat auf dem Arbeitsmarkt wenig Chancen auf einen Neuanfang. Ob die Selbstständigkeit eine Alternative ist?

Eine Gründung ist immer ein Wagnis. In der zweiten Lebenshälfte spielen allerdings andere „Risikofaktoren“ eine Rolle. Die Gesundheits- und die Finanzfragen werden noch wichtiger. Und dafür gibt es gute Ratgeberinnen.

3

PORTRÄT

**„Nicht mehr dienen und knechten“
Veronika März, 55, macht sich auf den Weg in die
Freiberuflichkeit**

Im Gründerinnen-Seminar bei Frauen & Beruf sorgen die kaufmännischen und betriebswirtschaftlichen Fähigkeiten immer wieder für Fragezeichen, manchmal auch für Verunsicherung. Veronika März* hat eine jahrzehntelange Berufserfahrung in mittelständischen Unternehmen und in der kommunalen Verwaltung. „Der betriebswirtschaftliche Teil macht mir keine Schwierigkeiten“, sagt sie. „Meine Frage zu Beginn des Seminars war: Mit welcher Idee kann ich mich überhaupt selbstständig machen?“

Denn über diese berufliche Alternative hatte die heute 55-Jährige schon vor Jahren immer mal wieder nachgedacht. „Damals war mir das finanzielle Risiko zu groß.“ Die beiden Söhne brauchten noch ihre Unterstützung und so blieb die Verwaltungsangestellte in dem ungeliebten Job.

Seit dem Ende ihrer Ausbildung vor 35 Jahren hatte sie bis 1998 in verschiedenen mittelständischen Unternehmen als Personalsachbearbeiterin und Buchhalterin gearbeitet. Nach einem Konkurs absolvierte sie 1998 eine einjährige Weiterbildung zur EDV-Sachbearbeiterin und wechselte schließlich in den öffentlichen Dienst. Doch dort fühlte sie sich nicht wohl, sie erlebt die Hierarchien und Strukturen als Belastung und spürt: „Je älter ich werde, umso weniger kann ich dienen und knechten.“

Anfang 2006 schließlich tritt sie auf die Bremse, sie beendet das belastende Arbeitsverhältnis und damit eine Situation, die sie krank machte. Im Rückblick sagt Veronika März: „Diese Form von Arbeit geht für mich nicht mehr.“

Aber was geht dann? Sie beginnt einen neuen Weg, auf dem sie viele alte Strukturen hinter sich lässt. Sie entdeckt Fähigkeiten und neue Themen und sucht nach einer Aufgabe, die sie mit Herzblut tun kann. Sie findet heraus: „Ich möchte Menschen unterstützen.“ In einer Ausbildung zur Trauerbegleiterin von Kindern und Jugendlichen sieht sie schließlich eine Perspektive für das, was ihre zweite berufliche Identität werden soll. „Ich möchte Kindern und Jugendlichen trotz der großen Verluste Hoffnung auf eine erfüllte und glückliche Zukunft machen.“

Nach dem Gründungs-Seminar in der Gruppe nutzt sie jetzt die Einzelberatung, um die Idee zu schärfen und die nächsten Schritte zu planen. Veronika März will ihre Kompetenzen in der Trauerbegleitung auch im Rahmen ehrenamtlicher Hospizarbeit ausbauen. Daneben plant sie mit einem kleinen Job ein Grundeinkommen zu finanzieren, um gleichzeitig die Freiberuflichkeit aufzubauen zu können. „Meine Lebenserfahrungen stärken mein Potenzial“, sagt sie.

Veronika März hat einen Plan und eine klare Vision: „In fünf Jahren bin ich erfolgreich selbstständig.“ Und was heißt Erfolg? „Eigenverantwortlich selbstständig mit Herzblut arbeiten und finanziell unabhängig sein.“

* Name von der Redaktion geändert

EXPERTINNEN-RAT

Blick aus dem Fenster Tipps für Gründerinnen 50+

Die Unternehmensberaterin Birgitt Torbrügge aus Meckernich rät 50+-Gründerinnen, die Zukunft gut zu planen und drei Fenster zu öffnen: Das Zeitfenster, das Gesundheitsfenster und das Geldfenster.

Das Zeitfenster:

Was will ich werden, wenn ich groß bin?

Jetzt ist der letzte Zeitpunkt für einen wirklichen beruflichen Neuanfang. Die Arbeit, die Sie nun tun wollen, betrifft den Rest Ihres Lebens.

Also: Machen Sie eine Standortbestimmung und fragen Sie sich:

- Wie und wie viel will ich noch arbeiten?
- Wie lange will und kann ich noch arbeiten?

Diese Frage ist so wichtig, weil kleine Gründungen eine lange Anlaufphase (bis zu 5 Jahre) brauchen. Wenn Sie nur noch 8 bis 10 Jahre arbeiten wollen, macht eine Gründung meistens keinen Sinn.

Das Gesundheitsfenster:

Wie leistungsfähig bin ich?

Im Alter haben Sie höhere gesundheitliche Risiken, die nicht nur mit zusätzlichen Ausgaben (Brille, Zahnersatz usw.) und Regenerationskosten verbunden sind.

Machen Sie einen Gesundheits- und Sicherheitscheck:

- Wie belastbar und flexibel bin ich noch?
- Welche Krankheiten kündigen sich schon an?
- Wie wirken sich meine gesundheitlichen Einschränkungen in meiner Branche aus?

Die eigene Leistungsfähigkeit ist ein wichtiger Aspekt der Gründungsplanung. Das heißt nicht, dass eine Erkrankung eine Gründung grundsätzlich unmöglich macht, sie muss aber in der Planung berücksichtigt werden.

Das Geldfenster:

Was wollen Sie verdienen? Zu welchem Preis?

Überprüfen Sie Ihre Altersvorsorge.

Wenn diese noch Lücken hat, muss das geplante Geschäft sie schließen können und das kann teuer werden. Bedenken Sie: In den ersten 5 Jahren der Selbstständigkeit werden Sie kaum etwas für eine zusätzliche Altersvorsorge erwirtschaften können.

Überprüfen Sie das Risiko, wenn Sie bei kostenintensiven Gründungen (das sind häufig die „Traumgründungen“) Rücklagen als Sicherheiten oder für Investitionen einsetzen.

Achtung bei Darlehen:

Sie verpflichten sich mit einem Gründungskredit auf 10 Jahre. Erwirtschaftete Gewinne holt sich in dieser Zeit die Bank. Erst danach bleiben für die Unternehmerin interessante Beträge übrig.

„Die zweite Pubertät“

Blauäugig müssen Sie dennoch nicht sein ...

Sie finden: Jetzt mache ich endlich, was ich will? Jetzt habe ich lange genug in der Hierarchie gekämpft, jetzt arbeite ich frei und unabhängig? Die Entscheidung für die Selbstständigkeit ist ein Rollenwechsel, auf den Sie sich gut vorbereiten müssen:

- Selbstständigkeit ist nicht nur Selbstverwirklichung und Unabhängigkeit. Überprüfen Sie:
Wie kompromissbereit bin ich?
Wie eigensinnig schätze ich mich ein?
Wie stelle ich mir mich als Dienstleisterin vor?
- Lebenslanges Lernen ist gut. Wenn Sie branchenfremd neu anfangen wollen, überprüfen Sie genau: Welche Qualifikationen brauche ich noch? Mit welchen Kosten ist das verbunden?
- Lebens- und Berufserfahrung sind ein Plus. Aber: Schauen Sie sich Ihre Branche und Ihre zukünftigen Kunden genau an:
Wer bin ich?
Wer sind meine Kunden?
Sind meine Kunden deutlich jünger als ich?
Verstehe ich ihre Bedürfnisse?
Kann ich das ggf. durch Personal kompensieren?



Zu jung ...

FÜRS EIGENE UNTERNEHMEN?

Berufserfahrung – das ist das Zauberwort auf dem Arbeitsmarkt. Gilt das auch für die Selbstständigkeit? Oder kann die sogar ein Weg sein, neue berufliche Erfahrungen zu sammeln?

Wenn junge Frauen nach der Ausbildung oder dem Studium über die Selbstständigkeit nachdenken, haben sie wenige gleichaltrige Vorbilder. Dabei gibt es für die Existenzgründung keine Altersgrenze – auch nicht nach unten.

Was vielleicht anders ist: Unter 30 ist Selbstständigkeit oft eine Option unter vielen und keine Entscheidung fürs Leben.

4

PORTRÄT

„Ich habe genügend Praktika gemacht“ Beate Müller* sammelt in der Selbstständigkeit Berufserfahrung

Sie hat alles richtig gemacht. Sie hat Auslandserfahrungen, hat in Paris und London mit Masterabschluss studiert, in jedem Sommer Praktika in großen Unternehmen gemacht, Erfahrungen in internationalen Teams gesammelt.

Beate Müller hat einen Masterabschluss in International Management, ihren Bachelor hat sie mit dem Schwerpunkt Marketing gemacht. Sie hat eine gute Ausbildung, eine Menge Erfahrungen, hat Ideen und Lust zu arbeiten. 150 Bewerbungen hat sie seit ihrem Uni-Abschluss geschrieben, eine Zusage für den erwünschten Job war nicht dabei. Das meistgenannte Argument: „Ihnen fehlt die Erfahrung.“

Als sich im Anschluss an ein Praktikum im Event Management die Möglichkeit bietet, als freie Mitarbeiterin für ein Projekt zu arbeiten, greift Beate Müller zu. Sie beginnt über die Alternative Selbstständigkeit nachzudenken. Nach dem ersten folgten ein zweiter und ein dritter Auftrag und damit die Entscheidung, den Schritt in die Selbstständigkeit strukturierter vorzubereiten. Seit dem Herbst nimmt die Management-Expertin am Gründerinnen-Seminar bei Frauen & Beruf teil. Die Begrifflichkeiten rund ums Business sind ihr vertraut. Das alles auf die eigene Gründung anzuwenden, ist eine neue Aufgabe.

„Natürlich hätte ich am liebsten in einem großen Unternehmen noch mehr Berufserfahrung gesammelt“, sagt Beate Müller. Aber weiter als Praktikantin arbeiten, um irgendwie den Einstieg zu bekommen?

„Nein, ich habe genügend Praktika gemacht.“ Der Anfang ist schwer. Sie muss herausfinden, wie das eigene Profil aussehen könnte, welche Kunden welche Aufträge frei vergeben, welcher der konkrete nächste Schritt sein kann, um weiterzukommen. Beate Müller kann viel anbieten: Messeorganisation, Begleitung von Kampagnen und Events, Übersetzungen und internationale Kommunikation. Vielleicht kann jung zu sein gerade in der Freiberuflichkeit ein Akquisevorteil sein – bei Unternehmen, die Expertinnen in der Nähe der Zielgruppe suchen. Oder die Mehrsprachigkeit wird ein Schlüssel zu neuen Aufträgen.

„Bisher habe ich mich um Aufträge beworben als würde ich mich um einen Job bewerben“, beschreibt sie die Schwierigkeit der neuen Orientierung. Alles im bisherigen Lebenslauf war darauf ausgerichtet, nach dem Studium eine Festanstellung zu finden. Da helfen Freunde mit ähnlichen Erfahrungen und auch die Eltern, die immer selbstständig waren und mit gutem Gewissen sagen können: Schritt für Schritt. Du schaffst es!

* Name von der Redaktion geändert.

TIPP

Kann ich das schon?

Tipps für junge Gründerinnen

Wenn junge Frauen gründen, fehlt ihnen oft Berufserfahrung. Den Start in die Selbstständigkeit muss das nicht erschweren, sagt die Unternehmensberaterin Astrid Hochbahn. Schließlich ist eine Gründung auch für Ältere eine neue berufliche Herausforderung.

Bin ich (schon) gut genug?

Wer gründet, betritt Neuland. Die Selbstständigkeit ist für jede neu und bringt Verunsicherung. Wer ohne Berufserfahrung in die Selbstständigkeit startet, erlebt eine andere Unsicherheit: Kann ich das schon? Habe ich genug Erfahrung?

Mit weniger Praxis fehlt vielleicht die fachliche Sicherheit bzw. es fehlen Routinen und dieses Gefühl „Ich kenne mich aus“. Aber wir alle kennen das: Was wir in der Ausbildung oder im Studium gelernt haben, hat oft wenig mit dem Berufsalltag zu tun. Berufserfahrung bedeutet immer, von der Theorie in die Praxis zu kommen.

Andere haben auch Angst

Die meisten Existenzgründerinnen kämpfen mit der Angst, nicht gut genug zu sein – auch wenn diese Angst oft sehr geheim gehalten wird. Junge Frauen ohne Berufserfahrung wissen tatsächlich nicht, ob sie das, was sie anbieten wollen, auch können. Das macht es schwierig, selbstbewusst die eigene Leistung zu verkaufen. Aber nicht unmöglich. Wichtig ist es, die Lücke zu schließen und durch Jobs, Praktika oder

erste unternehmerische Gehversuche für das nötige innere Standing zu sorgen.

Wie jung ist meine Zielgruppe?

Junge Leute fühlen sich durch junge Unternehmerinnen eher angesprochen. Diese verstehen ihre Zielgruppe tatsächlich besser als jemand, der in einer völlig anderen Lebenslage ist und den vielleicht 20 Jahre von deren Lebensrealität trennen. Wer will besser beurteilen, wie Studenten und Studentinnen leben, welche Sprache dort ankommt, welche Themen aktuell sind, worüber gesprochen wird und was angesagt ist, als jemand, der selbst gerade sein Studium abgeschlossen hat?

Alter = Erfahrung?

In Branchen, in denen Alter mit Erfahrung gleichgesetzt wird, könnte es tatsächlich von Nachteil sein, eine junge Unternehmerin zu sein. Viele sagen: Ich möchte nicht zu einer Ärztin oder Therapeutin gehen, die jünger ist als ich selbst. Auch im Bereich Beratung oder unter Heilpraktikerinnen haben sehr junge Leute Schwierigkeiten, Fuß zu fassen.

Im Studium starten?

Wenn Sie überlegen sich selbständig zu machen, beginnen Sie, sich intensiv mit der eigenen Idee auseinanderzusetzen und holen Sie sich Know-how in Sachen Selbstständigkeit. Was dann noch fehlt und was zu lernen ist, das ergibt sich aus der Geschäftsidee. Natürlich ist es hilfreich, jede Gelegenheit zu nutzen, praktische Erfahrungen zu sammeln: Manches lässt sich im Kleinen ausprobieren.

Reden hilft

Es ist für Gründerinnen sehr wichtig, über die eigene Idee zu reden – ob mit Freunden, Familienangehörigen, Menschen aus Ausbildung und Job oder Experten. Im Reden formt sich die Idee. Bei jedem Austausch wird etwas klarer.

Wie stelle ich etwas vor und dar? Welche Reaktionen bekomme ich – wie überzeugend bin ich? Wonach wird gefragt – was ist also offensichtlich noch nicht klar? Womit ernte ich Skepsis?

Eines ist jedoch eine wichtige Grundvoraussetzung: Dass Sie sich von Ihren Gesprächspartnern gesehen und unterstützt fühlen. Denn Besserwisser und Bedenkenträger kosten Energie.

Anzeige

berufswegberatung

*Coaching für Gründerinnen und Unternehmerinnen
Berufswegplanungskurse
Einzelberatung*



astrid hochbahn

warendorfer str. 3 tel. (0251) 1 62 37 33
48145 münster fax (0251) 1 62 37 34
e-mail a.hochbahn@gmx.de
www.berufswegberatung.de



Beratung, Coaching, Infotelefon, Seminare, Workshops, Netzwerke, Kampagnen ... mit einem umfangreichen Bildungs- und Beratungsprogramm wenden sich die Mitglieder der Regionalpartnerschaft **Münsterland Initiative Unternehmerin** an alle gründungsinteressierten Frauen und Unternehmerinnen in Münster und Umgebung. Sie machen Lust auf Gründen und stärken Unternehmerinnenschaft in der Region!

Auf Website der Regionalpartnerschaft finden Sie Angebote für

- Frauen, die sich orientieren wollen
- Wiedereinsteigerinnen
- gründungsinteressierte Frauen
- Studentinnen mit Fragen zur Selbständigkeit
- Gründerinnen
- Selbständige, Freiberuflerinnen und andere Unternehmerinnen

Und das gemeinsame Internetportal „... Ich bin dabei!“ lädt alle selbständigen Frauen im Münsterland zum kostenlosen Mitmachen ein.

Die Initiative unter Federführung der Handwerkskammer Münster ist ein Zusammenschluss aller Wirtschaftsförderungen in der Region, der IHK, Uni Münster, Fachhochschule und der Vereine Frauen & Beruf in Münster und im Kreis Warendorf.

www.initiative-unternehmerin.de
www.unternehmerin-muensterland.de

Aus guten Gründen...
Münsterland
Initiative Unternehmerin

Gründerinnen beraten + Unternehmerinnen stärken = Wirtschaft fördern
Die Initiative unterstützt die Selbständigkeit von Frauen im Münsterland.
Alle Angebote mit einem Klick:
www.initiative-unternehmerin.de

Europa – Investition in unsere Zukunft
EUROPEISCHE UNION
Europäischer Fonds
für regionale Entwicklung

Dieses Projekt wird im Rahmen des NRW-Ziel 2 Programms 2007-2013 „Regionale Wettbewerbsfähigkeit und Beschäftigung (EFRE)“ gefördert

Münsterland
Initiative Unternehmerin
... und jetzt SIE!

Anzeige

... *ich bin dabei!* ...

www.unternehmerin-muensterland.de

Zeigen Sie Profil!
Freiberuflerin oder Firmenchefin?
Machen Sie mit: ...ich bin dabei!
Unternehmerin im Münsterland

Ein Projekt der
Regionalpartnerschaft

Münsterland
Initiative Unternehmerin
... und jetzt SIE!

Europa – Investition in unsere Zukunft
EUROPEISCHE UNION
Europäischer Fonds
für regionale Entwicklung

Dieses Projekt wird im Rahmen des NRW-Ziel 2 Programms 2007-2013 „Regionale Wettbewerbsfähigkeit und Beschäftigung (EFRE)“ gefördert