



Nach einer Auszeit vom Berufsleben kämpfen nahezu alle Arbeitnehmer mit den gleichen Problemen. Die eigenen Fähigkeiten lassen nach, da sie nicht mehr regelmäßig genutzt und eingesetzt werden, die Kenntnisse, die noch auf dem aktuellen Stand waren, sind plötzlich veraltet und auch das berufliche Netzwerk und wichtige Kontakte brechen während einer längeren Pause schnell in sich zusammen. Doch die Hoffnung aufgeben und sich damit abfinden, dass der Weg zurück in eine erfüllende Anstellung verbaut ist? Auf keinen Fall, denn mit der richtigen Strategie kann der Wiedereinstieg auch für Quereinsteiger und nach langer Auszeit gelingen.

Die richtige Einstellung ist entscheidend

Der Erfolg deines Wiedereinstiegs in den Job hängt von deiner Einstellung ab. Wenn du nicht an dich selbst glaubst und davon ausgehst, dass du keine passende Stelle finden wirst, ist die Wahrscheinlichkeit zu scheitern groß. Gleiches gilt, wenn du mental noch voll in deinem letzten Lebensabschnitt steckst. Denn dein Wiedereinstieg erfordert von dir drei wichtige Dinge: deine Präsenz, deine Zeit – und deine Energie. Widerstehe daher der Versuchung, dir die Lage schön zu reden. Denn nur eine realistische Analyse deiner Situation ermöglicht dir, die weiteren Schritte und eine sinnvolle Strategie entwickeln zu können.

Was kannst du, was willst du?

Bevor du dich auf die Suche nach einer neuen Stelle machst, solltest du dir darüber im Klaren sein, was du tun möchtest und welche Art von Arbeit du suchst. Überlege dir, welche Fähigkeiten und Erfahrungen du mitbringst und welche Art von Arbeit dir am meisten Spaß macht.

Analysiere den Arbeitsmarkt und die interessanten Unternehmen

Informiere dich über die Anforderungen des Arbeitsmarktes und der Unternehmen, die dich interessieren. Welche Fähigkeiten und Erfahrungen werden von Arbeitgebern erwartet? Welche Qualifikationen sind erforderlich? Welche Stellen sind derzeit verfügbar? Lies´ die Stellenanzeigen aufmerksam durch.

Bringe deine Bewerbungsunterlagen auf Vordermann

Dein Lebenslauf ist vermutlich nicht aktuell und nicht auf deine aktuelle Stellensuche angepasst. Bereite ihn übersichtlich und gut strukturiert auf. Denke auch an ein aktuelles Foto und überlege dir ein pfiffiges Anschreiben. Sobald du die Bewerbungsunterlagen abgeschickt hast, kannst du dich auf die Vorstellungsgespräche vorbereiten und Antworten auf mögliche Fragen formulieren.

Die häufigsten Fehler beim Wiedereinstieg in den Job

Es gibt viele Herausforderungen, die beim Wiedereinstieg in den Job auftreten können. Hier sind einige der häufigsten Fehler, die Sie vermeiden sollten:

1. Zu hohe Erwartungen: Wenn du zu viel von dir selbst erwartest oder zu schnell zu viel willst, kann dies schnell zu Frustration und Enttäuschung führen. Setze dir realistische Ziele und gehe Schritt für Schritt vor.

2. Fehlende Unterstützung: Viele Wiedereinsteiger haben das Gefühl, alleine zu sein. Dabei ist es so wichtig, sich Unterstützung zu suchen, sei es von Freunden, Familie oder professionellen Coaches. Denn es gibt viele Organisationen, die speziell auf Wiedereinsteiger ausgerichtet sind und Unterstützung anbieten.

3. Fehlende Flexibilität: Der Arbeitsmarkt und die Anforderungen der Unternehmen ändern sich ständig. Um so wichtiger ist es, flexibel zu sein und sich an neue Situationen anzupassen, damit dein Plan gelingen kann.

4. Fehlende Selbstvermarktung: Viele Wiedereinsteiger haben Schwierigkeiten, sich selbst zu präsentieren. Und dabei ist es so wichtig, dass du anderen deinen Fähigkeiten und Kenntnisse zeigst.

Wir wünschen dir viel Erfolg beim Wiedereinstieg. Schau auch gerne mal in unserem Stellenmarkt nach einer passenden Stelle.


