

Sponsored Content

So gelingt Eltern der Wiedereinstieg in die Berufswelt

Aller Anfang ist schwer, wieder anzufangen umso schwerer. Viele Eltern wünschen sich, nach der Geburt der Kinder wieder zu arbeiten. Wo dabei die grössten Hürden liegen und warum Frauen davon besonders betroffen sind, erklärt eine Expertin der Berufs- und Laufbahnberatung des Kantons St.Gallen.

Wenn die eigenen Kinder in ein gewisses Alter kommen, wünschen sich viele Elternteile, die für die Kinderbetreuung auf den Beruf verzichten haben, wieder ins Arbeitsleben einzusteigen. Was sich in der Theorie einfach anhört, birgt in der Praxis viele Hindernisse, die nur durch eine präzise Planung des Wiedereinstieg überwunden werden können.

«Hauptsächlich Frauen bleiben zu Hause»

Christine Kaiser, Berufs- und Laufbahnberaterin beim Bildungsdepartement des Kantons St.Gallen, bereitet Eltern auf diesen Schritt vor. Auch wenn einige ihrer Kunden Männer sind, seien es vor allem Frauen, die ihre Beratungen in Anspruch nehmen: «Es ist hauptsächlich so, dass Frauen zu Hause bleiben, wenn sie Kinder bekommen. Wenn Männer ihr Pensum reduzieren, dann auf 80 Prozent, einige Frauen reduzieren auf 20 Prozent oder steigen ganz aus dem Beruf aus.»

Ob der Wiedereinstieg gelingt, sei unter anderem von der Dauer der Pause abhängig. «Es stellt sich immer die Frage, welche Kompetenzen man nach zwei oder gar zehn Jahren noch hat. Gewisse Berufe, wie beispielsweise im Gesundheitswesen und in der Informatik, entwickeln sich sehr schnell. Dort muss man sich ständig weiterbilden, um den Anschluss nicht zu verlieren», sagt Kaiser. Es empfehle sich also, auch in der Zeit ohne Job Weiterbildungen oder Kurse zu besuchen und vernetzt zu bleiben. Oder noch besser: «Gar nicht ganz aussteigen.»

Neue Kompetenzen aus der Familienzeit

Frauen und Männer, die eine Pause von der Arbeitswelt genommen haben, könnten den Arbeitgebern aber auch gewisse Vorteile mitbringen. «Nach der Pause bringen die Frauen und Männer sehr viel Motivation mit und schätzen den Ausgleich zum Familienalltag. Aus der Familienzeit bringen sie ausserdem neue

Kompetenzen in den Bereichen Organisation und Multitasking mit.»

Eine der grössten Knacknüsse sei die Organisation der Kinderbetreuung, um wieder ganz oder teilweise in den alten Beruf einzusteigen, sagt Christine Kaiser: «Die Kinderbetreuung stellt Eltern vor eine grosse Herausforderung. Besonders in den Sommerferien, wenn der Kindergarten oder Schulalltag wegfällt, wird es schwierig.» Aktuell fehle es an Tagesstrukturen in Schulen mit Freizeitbetreuung. Eine weitere Schwierigkeit sei, dass die Öffnungszeiten der Kita oft nicht die Arbeitszeit abdecken. «Vor allem für Frauen, die in der Pflege oder im Verkauf arbeiten, wird es somit schwierig.»

«Prozess geht in kleinen Schritten vonstatten»

Die Expertin empfiehlt deshalb, den Wiedereinstieg weit im Voraus zu planen. «Man muss sich überlegen, wie man das Familienleben neu organisieren kann. Es ist von Vorteil, wenn man sich schon zwei, drei Jahre im Voraus mit dem Thema auseinandersetzt.» Eine weitere Stütze stellen verschiedene Fachstellen wie beispielsweise die Berufs- und Laufbahnberatung dar. Hier können Frauen und Männer sich Tipps und Tricks für eine geglückte Rückkehr ins Berufsleben holen.

«Dieser Prozess geht in kleinen Schritten vonstatten», sagt Christine Kaiser. Bevor es an die eigentliche Jobsuche geht, müssten viele Frauen überhaupt wieder Vertrauen in sich und ihre Fähigkeiten schöpfen. «Viele fragen sich: «Wer will mich noch? Was kann ich überhaupt noch?» Es ist wichtig, diesen Frauen wieder aufzuzeigen, wo ihre Stärken und ihre Ressourcen liegen.»

Ein Geheimrezept für den perfekten Wiedereinstieg gibt es nicht. Zu individuell sind die einzelnen Geschichten, Werdegänge und Schicksale. Es gebe aber eines, das all jene gemeinsam haben, sagt Christine Kaiser: «Sie alle müssen viel Flexibilität und Zuversicht mitbringen.»

(dab)