

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 87 (2009)  
**Heft:** 5

**Artikel:** Und plötzlich ist man draussen...  
**Autor:** Vollenwyder, Usch / Winkler, Ruedi  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-723994>

#### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 31.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Und plötzlich ist man draussen . . .

Jeden Tag verlieren in der Schweiz rund 200 Menschen ihre Arbeit. Unter ihnen sind auch zahlreiche Männer und Frauen, die nur noch wenige Jahre vor der Pensionierung stehen.

Auch für sie wird dann der Gang zur Regionalen Arbeitsvermittlung RAV unvermeidlich.

Von Usch Vollenwyder, mit Illustrationen von Karin Negele

«Infotag der Regionalen Arbeitsvermittlung RAV»: Der Pfeil weist die Wendeltreppe hinunter in den Eingangsbereich zum Auditorium im Berner Technopark. Männer und Frauen stehen entlang den Wänden, ältere und jüngere, Menschen verschiedener Hautfarbe. Niemand spricht ein Wort, man kennt sich nicht. Neuankömmlinge gesellen sich schweigend zu den Wartenden. Kurz vor acht Uhr bittet der RAV-Personalberater Markus von Känel die Anwesenden in den Saal. Unsicher und zögernd nehmen sie Platz – an der hintersten Tischreihe zuerst.

Markus von Känel steht auf der Bühne und lächelt freundlich. Auf dem Tisch vor sich hat er den Laptop für die Power-Point-Präsentation: «Zweck des Informationstages: Sie lernen die Arbeitslosenversicherung (ALV) mit Pflichten, Rechten und Angeboten kennen... Sie füllen Ihre persönliche Standortbestimmung aus... Sie füllen den Antrag auf Arbeitslosenentschädigung korrekt aus...» Ein Mann afrikanischer Herkunft möchte seine bereits ausgefüllten Papiere abgeben und gleich wieder gehen. Markus von Känel hält ihn zurück: Wer Leistungen der Arbeitslosenversicherung beziehen will, muss den Informationstag der RAV zwingend besuchen.

Unter den Anwesenden ist auch der 56-jährige Milan B. Eine Woche zuvor hat er die Kündigung erhalten: seine ganze Abteilung in einer Zulieferfirma der Autoindustrie werde Ende April geschlossen. Milan B. ging sofort auf das für ihn zuständige RAV, holte sich alle nötigen Unterlagen und füllte mithilfe seines Sohnes – Spengler im zweiten Lehrjahr – den komplizierten Antrag auf Arbeitslosenentschädigung aus. Der Familenvater aus Ex-Jugoslawien verstand nicht alle der 35 aufgeführten Punkte: ob er Lohnansprüche im Zusammen-

hang mit der Kündigungsfrist gemacht habe oder ob er nötigenfalls ein arbeitsgerichtliches Verfahren einzuleiten gedenke? Er hält den gelben Bogen hoch: «Ich will nur arbeiten, arbeiten, arbeiten...»

In seinem früheren Heimatland hat Milan B. zwei erwachsene Kinder und einen alten Vater, den er unterstützen muss. Zwei Söhne sind in der Schweiz in der Ausbildung, seine Frau hat einen Halbtagesjob in einer Grosswäscherei. Milan B. ist verzweifelt. Seit dem Kündigungsschreiben könne er nicht mehr schlafen, nicht mehr essen. «Ich will doch nur arbeiten, ganz normal arbeiten.»

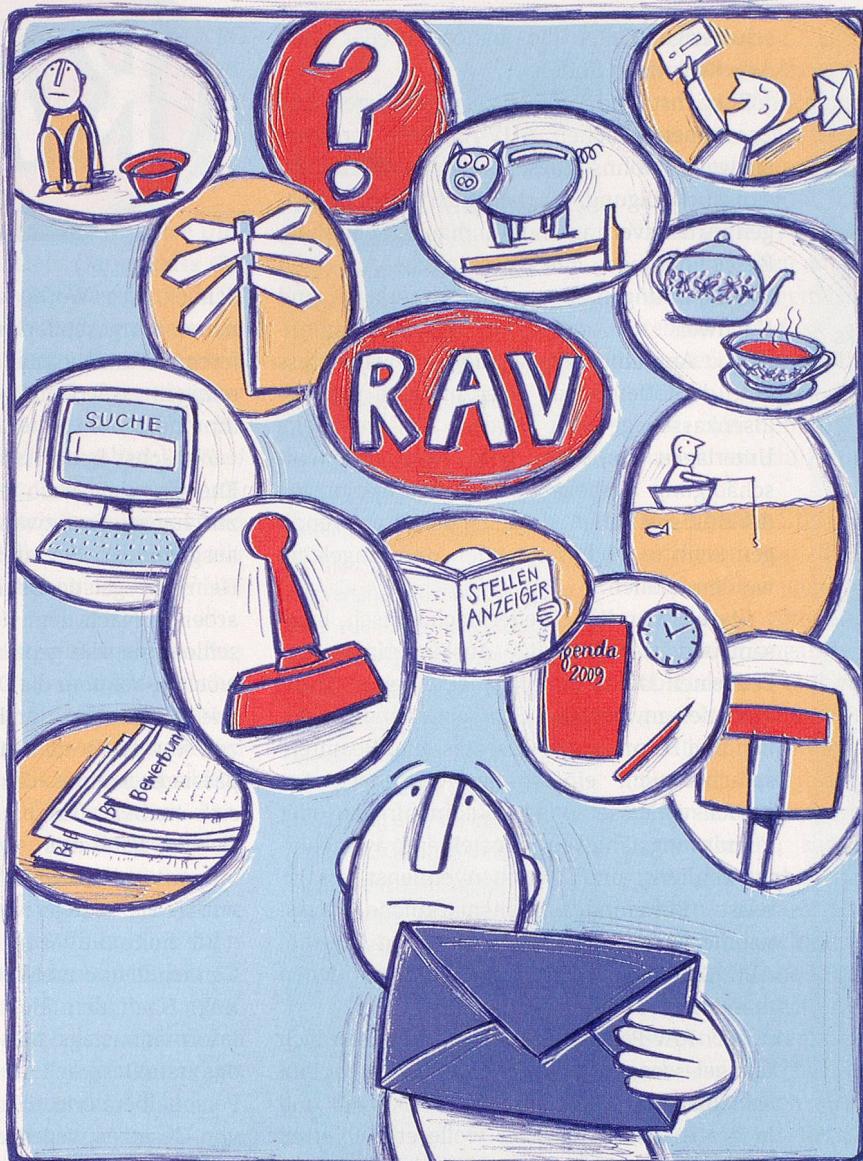
Wie alle Anwesenden muss auch er die persönliche Standortbestimmung ausfüllen: Seine Stärken, Fähigkeiten und Begabungen, seine Schwächen und Grenzen soll er hier angeben. Milan B. versteht diese Fragen nicht. Pünktlichkeit, Zuverlässigkeit, Freundlichkeit seien doch nichts Besonderes. «Das ist doch selbstverständlich, oder nicht?»

## Arbeitslosigkeit kann alle treffen

Laut dem Staatssekretariat für Wirtschaft Seco waren Ende Februar 2009 schweizweit rund 132 000 Menschen ohne Arbeit bei den Regionalen Arbeitsvermittlungszentren RAV registriert – «Arbeitslose» lautet der amtliche Begriff für sie. Darunter waren 10 000 Frauen und 16 000 Männer über fünfzig, 2 500 Frauen und gegen 5 000 Männer sogar über sechzig Jahre alt. Zusammen machen sie rund ein Viertel aller Arbeitslosen aus. Solche Zahlen machen Angst. Während Jüngere meist unbekümmter damit umgehen, sind ältere Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer verunsichert: Arbeitslosigkeit ist ein Problem, das auch sie treffen kann.

Die Zukunftsaussichten sind düster: Laut Bundesökonomen muss im Strudel der Welt-





wirtschaftskrise mit einer mittleren Arbeitslosenquote von 3,8 Prozent in diesem Jahr und von 5,2 Prozent im kommenden Jahr gerechnet werden. Nach diesen Prognosen wären 2010 durchschnittlich mehr als 200 000 Menschen arbeitslos.

Hinzu kommen die sogenannten nicht registrierten Arbeitslosen – das sind vor allem Menschen, die sich bisher nicht bei ihrem RAV gemeldet oder die keine Versicherungsansprüche

mehr haben: Gegen 2000 Personen verloren allein im Verlauf des Monats Dezember 2008 ihr Recht auf Arbeitslosenentschädigung und wurden ausgesteuert.

Für Menschen, die aus dem Arbeitsprozess geschleudert werden, bricht meist eine Welt zusammen. Für Ältere ist dieser Schock oft besonders gross. Sie sind ihr Leben lang ihrem Beruf nachgegangen, manchmal während Jahren und Jahrzehnten in der gleichen Firma. Sie haben sich mit ihrer Arbeit identifiziert und waren stolz darauf.

Ruedi Winkler, Ökonom, ehemaliger Direktor des Arbeitsamts der Stadt Zürich und heute Inhaber eines Büros für Personal- und Organisationsentwicklung, sagt: «Arbeitslosigkeit prägt. Betroffene – Ältere und Jüngere gleichermaßen – werden besessen von der Idee, sofort eine möglichst gleiche Arbeit wieder zu finden. Sie können an nichts anderes mehr denken.» (Siehe Interview Seite 10.)

Wer in diesem Fall möglichst rasch Arbeitslosenentschädigung beziehen will oder muss, hat keine Zeit, sich langsam aufzurappeln und sich mit der neuen Situation auseinanderzusetzen.

Schon während der Kündigungsfrist gilt es, sich nach neuen Stellen umzusehen, Bewerbungen als Nachweis für die Arbeitsbemühungen aufzubewahren und sich beim zuständigen RAV anzumelden – und zwar spätestens am ersten Tag der Arbeitslosigkeit. Dabei wird auch der erste Termin mit dem persönlichen RAV-Personalberater festgelegt. Dieser hat den gesetzlichen Auftrag, seinen Klienten «möglichst rasch und dauerhaft» wieder in den Arbeitsprozess einzugliedern.

### Dienstleistungen nutzen

Wie viele Arbeitsuchende dank der RAV schliesslich wieder eine Arbeit finden, weiss die Statistik nicht genau. Joachim Klein, Leiter der RAV-Region Bern und Mittelland, schätzt, dass es mehr als die Hälfte sind. Auf diesem schwierigen Weg könnten die RAV-Beraterinnen und -Berater die Betroffenen allerdings nur unterstützen und begleiten, Weiterbildungen anbieten und dafür sorgen, dass die finanziellen Leistungen ausgerichtet werden. «Die Hauptarbeit liegt bei den Arbeitsuchenden. Auf ihr persönliches Engagement kommt es an. Dann haben sie auch in wirtschaftlich

## Weitere Informationen

### Internetadressen

- [www.treffpunkt-arbeit.ch](http://www.treffpunkt-arbeit.ch) ist die Website des Staatssekretariats für Wirtschaft Seco, mit vielen Informationen und Links für Stellensuchende.
- [www.jobs.ch](http://www.jobs.ch) und [www.scout24.ch](http://www.scout24.ch) sind Internetportale mit einer grossen Auswahl an Stellen.
- Es gibt zahlreiche branchen-spezifische Internetseiten. Erkundigen Sie sich bei Ihrem RAV nach den geeigneten [www-Adressen](http://www-Adressen).

### Zwei Beobachter-Ratgeber

- Der Ratgeber «Arbeitslos – was tun?» beantwortet Fragen rund ums Thema Arbeitslosigkeit. Menschen ohne Arbeit erfahren alles über ihre Rechte und Pflichten und über die Leistungen der Versicherung.

«Arbeitslos – was tun?», Beobachter-Buchverlag, Zürich 2005 (3., aktualisierte Auflage), 240 Seiten, CHF 35.–.

- Der Beobachter-Bestseller «Stellensuche mit Erfolg» zeigt Möglichkeiten auf, wie man mit den verschiedensten Bewerbungsformen seine Chancen auf dem Arbeitsmarkt optimal nutzen kann.

«Stellensuche mit Erfolg», Beobachter-Buchverlag, Zürich 2008 (11., erweiterte, aktualisierte Auflage), 204 Seiten, CHF 39.–.

Bestellton Seite 65.

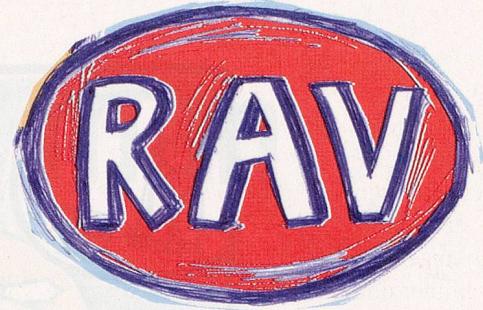
schwierigen Zeiten alle Chancen, wieder einen Arbeitsplatz zu finden.»

Zunächst sind Papiere zu organisieren und zusammenzusuchen. AHV-Ausweis, Personalausweis, Wohnsitzbescheinigung, Niederlassungsbewilligung, Arbeitgeberbescheinigungen, Arbeitsvertrag und Kündigungsschreiben, Bescheinigungen über persönliche Aus- und Weiterbildungen, Bewerbungsunterlagen und Nachweis der getätigten Arbeitsbemühungen... Aus einer ausgehändigten Liste muss eine der öffentlichen oder privaten Arbeitslosenkassen gewählt werden. Erst wenn alle Unterlagen vorliegen, wird Arbeitslosenentschädigung ausbezahlt. Der Informationstag der RAV soll helfen, dass alle dieser notwendigen Schritte auch verstanden und eingeleitet werden können.

Markus von Känel redet hochdeutsch, langsam und präzise. Einige Ausländerinnen haben einen Dolmetscher dabei. Aber auch für viele der anwesenden Schweizer sind die Folien und Formulare in Gesetzes- und BeamtenSprache nicht einfach zu verstehen: Anspruchsvoraussetzungen, Rahmenfristen oder Vermittlungsfähigkeit, Einstelltag, versicherter Verdienst und Zwischenverdienst, ersatzweise Befreiung, arbeitsmarktlche Massnahmen oder kontrollfreie Tage sind Begriffe; ALK, ALV oder ALE Abkürzungen, mit denen man zuerst vertraut werden muss.

Der RAV-Personalberater bleibt freundlich und gelassen, auch als der Jugendliche vor ihm sein Blatt mit «RAV ist doof» vollkritzelt und in der Pause quengelt, er wolle endlich nach Hause gehen. Markus von Känel hat gelernt, professionell mit unterschiedlichsten Menschen umzugehen. Seinen Ausführungen folgt auch der verzweifelte Familienvater Milan B. Oder der Bankfachmann, der fragt, ob er eine Stelle in Hongkong oder Singapur annehmen müsste. Oder die Korrektorin einer Tageszeitung, die sich wegen der angeordneten Kurzarbeit nach anderen Möglichkeiten umsehen muss.

Alle notwendigen und vorgeschriebenen Schritte für den Bezug von Arbeitslosenentschädigung machte auch die sechzigjährige Astrid N. aus Aarau. Allerdings ohne Minderwertigkeitskomplexe: «Mein ganzes Berufsleben lang habe ich Beiträge in die Arbeitslosenkasse einbezahlt. Jetzt nehme ich diese Versicherung ohne schlechtes Gewissen in Anspruch.» Doch auch für die selbstbewusste Frau war die Kündigung ein



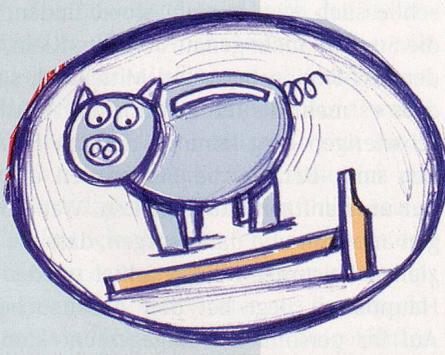
Schock. Die Worte, ausgesprochen von der neuen Vorgesetzten nach persönlichen Differenzen und ohne den Willen, diese be-reinigen zu wollen, verletzten sie tief: «Such dir eine andere Arbeit.»

Zunächst hatte Astrid N. weder Lust noch Energie, sich nach einer neuen Stelle umzuschauen. Fast zwanzig Jahre lang hatte die ausgebildete Sozialpädagogin im gleichen Heim für geistig behinderte Erwachsene gearbeitet. Nach dem Kündigungsschreiben beschloss sie, die geplanten Ferien – eine vierwöchige Velotour die Donau entlang – trotzdem wie vorgesehen durchzuführen: «Diese Auszeit war das Beste, was mir in dieser Situation passieren konnte.» Einen Monat lang liess sie sich treiben, fast meditativ sei es gewesen, sich im Velosattel und nur aus eigener Kraft vorwärtszubewegen. Als sie zurückkam, wusste sie: «Etwas Neues ist fällig.»

Sie holte die Wohnsitzbestätigung bei ihrer Gemeinde und meldete sich beim zuständigen RAV. Nach dem Besuch des obligatorischen Informationstags hatte sie am 8. Dezember das erste Gespräch mit ihrer persönlichen RAV-Personalberaterin. Ein solches Gespräch ist von Gesetzes wegen einmal im Monat vorgeschrieben. Nett sei sie gewesen, freundlich, sie habe klare Anweisungen und kompetente Antworten auf ihre vielen Fragen gegeben – und das, obwohl RAV-Beratende durchschnittlich zwischen 120 und 150 Dossiers zu betreuen hätten. Astrid N. bekommt auch Vorgaben, an denen sich ihr rebellischer Geist reibt: «Beim RAV wird angeordnet und verfügt, kontrolliert und mit Sanktionen – das heisst mit Leistungskürzungen – gedroht.» Das sei sie als selbstständige Frau nicht gewohnt.

## Neue Strukturen im Alltag

Astrid N. gestaltete ihren Alltag neu. Jeden Morgen macht sie nach dem Frühstück einen ausgedehnten Spaziergang und liest dann bei einer Tasse Kaffee die Tageszeitung. Dann beginnt sie mit der Arbeit: Sie sucht eine Stelle. Sie sucht im Internet, im Anzeiger und in Tageszeitungen. Sie macht Blind- und Spontanbewerbungen. Sie meldet sich für jede offene Stelle, die ihr die RAV-Personalberaterin zuhält. Sie erkundigt sich telefonisch nach Ar-



beitsmöglichkeiten. Sie setzt sich an den PC und schreibt Bewerbungen. Alles dokumentiert sie dann auf dem Formular «Nachweis der persönlichen Arbeitsbemühungen». Dieses Blatt muss sie jeden Monat ihrer RAV-Beraterin abgeben.

Immer und immer wieder liegen grosse Umschläge in ihrem Briefkasten. Dann weiss sie: wieder eine Absage. «So viele Absagen – da ist es schwierig, sich nicht hinunterziehen zu lassen.» Doch Astrid N. lässt sich nicht unterkriegen. Sie versucht es mit Galgenhumor: «Die haben ja keine Ahnung, Welch prachtvolle Mitarbeiterin sie sich entgehen lassen.» Sie vertraut auf ihre jahrzehntelangen Berufserfahrungen, ihre guten Arbeitszeugnisse und ihre Hartnäckigkeit. Sie ist entschlossen, alle Angebote und Möglichkeiten des RAV zu ihrem Vorteil zu nutzen.

Dazu gehören auch die arbeitsmarktlichen Massnahmen. Solche muss gemäss Arbeitslosenversicherungsgesetz jeder Kanton bereitstellen. Diese arbeitsmarktlichen Massnahmen umfassen Kurse und Praktika, Eignungsabklärungen und Einsätze in Übungsfirmen, Programme zur vorübergehenden Beschäftigung oder die Teilnahme in Projektwerkstätten. Ziel ist es, die Vermittlungsfähigkeit der Arbeitssuchenden zu erhöhen und ihnen eine möglichst rasche Wiedereingliederung in den Arbeitsmarkt zu ermöglichen. Im Kanton Aargau, Astrid N.s Heimatkanton, werden unter vielen anderen Kursen Dutzende von mehrtägigen Standortbestimmungen angeboten: für Lehrabgängerinnen und Fremdsprachige, für Teilzeitarbeitslose, Kaderleute und speziell auch für Arbeitsuchenden «50+».

Astrid N. wurde dem Standortbestimmungskurs für Akademikerinnen und Fachleute aus pädagogischen Berufen zugewiesen. Sechs dieser neuntägigen Kurse wurden alleine im ersten Quartal dieses Jahres im Auftrag des Amts für Wirtschaft und Arbeit von der Clasen Netzwerk Kadertraining GmbH ([www.kadertraining.ch](http://www.kadertraining.ch)) durchgeführt. Mit viel Humor, Engagement und Fachwissen bringt die Kursleiterin und Geschäftsführerin Ulrike Clasen die Kursteilnehmenden – rund ein Dutzend Männer und Frauen jeden Alters – auf den aktuellen Stand der Stellensuche: Bewerbungsschreiben werden optimiert, im Rollenspiel Bewerbungsgespräche geübt, der Lebenslauf wird angepasst. Die verschiedens-

ten Strategien zur Stellensuche werden in der Gruppe erörtert und diskutiert.

In persönlichen Gesprächen mit Ulrike Clasen machte Astrid N. eine ausführliche Standortbestimmung und erstellte ihr eigenes Kompetenzprofil. Dabei wurde sie sich auch ihres grossen Rucksacks wieder bewusst: Sie hatte in Italien ein Ferienzentrum geführt, das Wirtepatent gemacht, ein Bed & Breakfast angeboten, und sie spricht mehrere Sprachen flüssig. Sie besann sich auf ihre Stärken. «Ich bin vielseitig einsetzbar, leistungsfähig und unkompliziert.» Sie blickte optimistisch und zuversichtlich in die Zukunft.

### Die eigenen Stärken hervorheben

In diesem Kurs lernte sie auch, wie sie als ältere Arbeitssuchende ihre Chancen auf eine neue Stelle verbessern kann. So sollte sie sich von Altersangaben in Stelleninseraten nicht abschrecken und von Vorurteilen wie «weniger leistungsfähig, weniger flexibel oder weniger teamfähig» nicht beirren lassen. Ein «peppiges» Bewerbungsdossier, welches die eigenen Fähigkeiten, Erfahrungen und Stärken unterstreicht, kann zu einem Bewerbungsgespräch verhelfen. Ruedi Winkler ist überzeugt: «Wer es bis zu einem Bewerbungsgespräch geschafft hat, kann sicher sein, dass das Alter keine Rolle mehr spielt.»

Darüber macht sich Astrid N. ohnehin keine Sorgen. In ihrem Beruf herrsche grosser Wechsel, die durchschnittliche Verweildauer an einem solchen Arbeitsplatz betrage nur 18 Monate. Und selbst wenn es Ältere bei der Stellensuche schwieriger haben sollten – tauschen möchte sie mit ihren jüngeren arbeitslosen Kolleginnen und Kollegen nicht: «Diese stehen am Beginn ihrer Karriere; ich habe sie hinter mir. Ich muss mich nicht mehr verwirrlich machen. Ich muss mir nichts mehr beweisen.» Zudem habe man als älterer Mensch gelernt, dass das Leben ein Auf und Ab sei: «So kann man schwierige Situationen wie Arbeitslosigkeit vielleicht auch besser ertragen.»

Nachtrag: Kurz nach Redaktionsschluss kam ein Telefon von Astrid N. Sie könne am 1. Mai eine neue Stelle in einem grossen Wohnheim bei einer Gruppe mit fünf geistig behinderten Erwachsenen antreten – und erst noch ganz in der Nähe ihrer neuen Wohnung. «Erst jetzt realisiere ich, wie sehr mich die Arbeitslosigkeit eingeengt hatte. Wie ein hartes Korsett spürte ich sie um meinen Körper. Ich fühle mich wieder frei. Ich bin zuversichtlich, und ich freue mich auf meine neue Arbeitsstelle.»

Interview mit Ruedi Winkler auf Seite 10



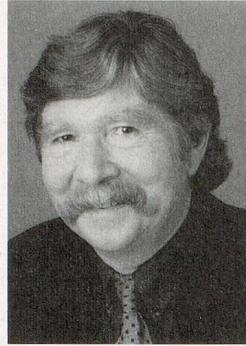
# «Beim Bewerbungsgespräch ist das Alter vom Tisch»

**Welche Rolle spielt der Jahrgang bei der Arbeitssuche?** Das Alter ist ein Handicap. Gängige Vorurteile – ältere Mitarbeitende seien stur, unflexibel, weniger leistungs- und aufnahmefähig – sind wissenschaftlich zwar widerlegt. Trotzdem halten sie sich hartnäckig. Für Stellensuchende gibt es nur eins: Mit ihrem Fachwissen, ihrer Kompetenz und einer positiven Ausstrahlung müssen sie dafür sorgen, dass das Alter gar kein besonderes Thema wird.

**Also so auftreten, dass der Jahrgang vergessen geht?** Wer es bis zum Bewerbungsgespräch geschafft hat, kann getrost davon ausgehen, dass der Jahrgang vom Tisch ist – diesen hat der mögliche Arbeitgeber im Bewerbungsdossier bereits gesehen. Es geht dann vor allem darum zu zeigen, warum man genau die richtige Person für die ausgeschriebene Stelle ist. Wer dabei mit dem Alter spielt und es ins Zentrum rückt, mindert seine Chance wieder. Die Schwierigkeit kommt vorher: Wie schaffe ich es überhaupt, zu einem Bewerbungsgespräch eingeladen zu werden?

**Und wie schaffe ich es?** Patentlösungen gibt es keine, weil die Bewerbungsdossiers überall wieder anders gehandhabt werden. Es gibt einige Tricks – zum Beispiel kann man im Bewerbungsschreiben seine Erfahrungen und Kompetenzen an den Anfang stellen und persönliche Daten wie das Geburtsdatum am Schluss anfügen. Eine gute Idee ist es auch, vorgängig mit der zuständigen Kontaktperson zu telefonieren und Fragen zur ausgeschriebenen Stelle zu stellen – selbstverständlich keine Alibifragen! Wenn man sich dabei interessant machen und interessiert zeigen kann, wird man kaum zurückgewiesen, wenn man am Schluss noch eine Bemerkung wegen seines Alters macht.

**Was raten Sie Menschen, welche die Kündigung erhalten haben?** Der erste Schock ist meist riesig. Soziale Kontakte, freiwillige Engagements oder Hobbys werden oft total vernachlässigt. Gut wäre, wenn man sich zuerst etwas Zeit nehmen würde, um die Situation zu analysieren: Was ist genau geschehen? Warum ist es passiert? Wo liegen die Gründe? Wichtig ist



## Ruedi Winkler

war diplomierte Landwirt, bevor er an der Universität Zürich Ökonomie studierte. Während 17 Jahren war er dann im Arbeitsamt der Stadt Zürich tätig, die letzten acht davon als Direktor. Seit 2001 ist er Inhaber des Büros Ruedi Winkler, Personal- und Organisationsentwicklung in Zürich.

Eines seiner Schwerpunktthemen ist die Situation älterer Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer.

bei dieser Auslegeordnung die Ehrlichkeit sich selber gegenüber. Danach gilt es, die finanzielle Situation zu regeln – also sich bei der Regionalen Arbeitsvermittlung RAV anzumelden. Dann erst beginnt man mit der Stellensuche.

**Wie geht man dabei am besten vor?** Ich würde mir zunächst eine gewisse Zeit zugestehen – zum Beispiel drei Monate –, während der ich versuchen würde, in meinem Beruf wieder Fuss zu fassen. Wenn das nicht gelingt, dann sollte man eine genaue Standortbestimmung machen – die RAV bieten ja solche auch an – und mit einem Berufsberater oder einem kompetenten RAV-Berater weitere Perspektiven besprechen: Welche anderen Möglichkeiten gibt es? Kann man vielleicht an einer früheren Weiterbildung oder einem Engagement anknüpfen? Ist eventuell die Selbstständigkeit eine Option? Geht es auch mit weniger Geld? Könnte der Partner oder die Partnerin die Berufstätigkeit ausbauen?

**Gibt es eine Möglichkeit, persönlich Arbeitslosigkeit zu vermeiden?** Wach bleiben, aufmerksam sein, die Augen immer offenhalten, Entwicklungen auch in der eigenen Firma verfolgen, sich für neue Aufgaben interessieren, Weiterbildungen machen... Offenheit ist ein gutes Rezept. Wer offen ist, steht anders im Leben. Er tritt anders auf und hat eine andere Ausstrahlung. Eine Garantie auf den Arbeitsplatz gibt es aber keine. In vielen Firmen funktioniert alles wunderbar – dann folgt plötzlich eine Auslagerung in ein anderes Land, und schon steht man ohne Arbeit da. Auch ein Konkurs kann relativ schnell gehen.

**Wie gross ist die Chance, dass man wieder eine Arbeit findet – gerade im Alter?** Sie ist gross. Es dauert vielleicht etwas länger, manchmal sogar sehr lange, bis es so weit ist. Dann ist es wie oft im Leben: Es zeigen sich gleich zwei oder gar drei Möglichkeiten. So sehr man von Arbeitslosigkeit geprägt wird und so lange sie auch dauert – die Wiedereingliederung in den Arbeitsprozess geschieht dann schlagartig. Schon nach einem Monat ist die Arbeitslosigkeit weit weg und die Kontakte aus dieser Zeit sind abgebrochen.