

## „New Work – New Choices“ – Seminar für den Wiedereinstieg nach der Elternzeit

Eine Familie gründen, in Elternzeit gehen und wieder zurück in den Job. Der berufliche Wiedereinstieg nach der Eltern- oder Familienzeit gestaltet sich oft schwerer als gedacht – haben sich mit dem neuen Leben nicht nur Prioritäten, sondern auch berufliche Vorstellungen geändert. Wie soll man einfach dort weitermachen, wo man vor der Elternzeit aufgehört hat? Für viele ein Grund, sich Gedanken über die berufliche Zukunft und den Wiedereinstieg in den Job zu machen. Gemeinsam mit der BRIGITTE Academy bietet die HMS daher das „New Work – New Choices“-Seminar an, das sich genau mit dieser Thematik auseinandersetzt. Ulrike Dobelstein-Lütke, Leitung Weiterbildung der HMS, und Anna van Koetsveld, Leiterin der BRIGITTE Academy, berichten im Interview, warum die Elternzeit genau der richtige Zeitpunkt ist, sich mit seiner beruflichen Zukunft auseinanderzusetzen.

### Für wen ist das „New Work – New Choices“-Seminar konzipiert?

**Ulrike:** Für Menschen, die entweder durch eine Elternzeit oder Familienbetreuung länger beruflich pausiert haben und jetzt wieder einsteigen möchten. Wir haben das Seminar so aufgesetzt, dass es sowohl für Frauen als auch für Männer thematisch passt. Es ist nach wie vor so, dass sich der berufliche Wiedereinstieg nach einer kürzeren oder längeren Pause immer noch mit einigen Unsicherheiten und Herausforderungen gestaltet. Unser Seminar soll die Teilnehmer stärken und ihnen die Möglichkeit geben, das gefühlte Verpasste, nachzuholen und sich ihrer Qualitäten im Berufsleben klar zu werden.

### Wie kam es zu dieser Kooperation?

**Anna:** Zur Hamburg Media School habe ich schon lange eine enge Beziehung, denn ich habe dort meinen berufsbegleitenden MBA in Medienmanagement absolviert. Für unsere Kooperation kam der Kontakt aber vor allem durch Ulrike zustande, die nicht nur den Bereich Weiterbildung bei der HMS leitet und immer wieder neue Formate entwickelt, sondern insbesondere auch sehr engagiert ist beim Thema Frauenförderung und Diversity – und daher war ihr wiederum die BRIGITTE Academy ein Begriff. Als Ulrike dann mit der Idee eines Seminars zum Thema „Wiedereinstieg“ auf mich zu kam, war sofort klar: hier müssen zwei starke Partner gemeinsame Sache machen!

### Warum ist die Elternzeit genau der richtige Zeitpunkt, sich Gedanken über die berufliche Zukunft zu machen?

**Ulrike:** Elternzeit ist nicht nur eine berufliche, sondern vor allem auch eine private Zäsur. Mit einem Schlag verändert sich alles im Leben. Eine gute Zeit sich zu überlegen, wie der weitere berufliche Weg aussehen soll. Was möchte ich wirklich machen? Wie lange möchte ich am Tag arbeiten? Wie finde ich in meinem Beruf eine Herausforderung und Befriedigung neben meinem privaten Leben? In meinem privaten Umfeld haben sich viele Freunde in der Elternzeit diese Fragen gestellt und sind mit sehr klaren Ergebnissen zurück in den Beruf gegangen. Man wird fokussierter, disziplinierter mit seiner Zeit und lässt sich weniger auf Kompromisse ein. Damit wird auch klarer, wie man in Zukunft arbeiten möchte.

### Worin liegen die größten Herausforderungen beim Wiedereinstieg in den Job und warum fühlen sich insbesondere Frauen häufig nicht richtig darauf vorbereitet?

**Ulrike:** Oft sind es Selbstzweifel, die dazu führen, dass sich Frauen mit dem Wiedereinstieg schwertun. Sie fragen sich: Was kann ich nach meiner beruflichen Pause noch? Tappe ich in die Teilzeitfalle? Wie oft werde ich ausfallen? Trauen mir die Kollegen noch alles zu? Hinzukommt, dass sich die Arbeitswelt durch die Digitalisierung schneller dreht und man sich immer wieder fortbilden muss. Das kommt in der Elternzeit oft zu kurz und schnell schleicht sich das Gefühl ein, abgehängt zu sein und das Verpasste nicht aufholen zu können. Und leider es ist tatsächlich immer noch so, dass viele Unternehmen keine Arbeitsmodelle anbieten, die es vor allem Frauen leichter machen, Beruf und Familie unter einen Hut zu bekommen.

### **Also wird der Wiedereinstieg den Frauen in vielen Unternehmen nicht immer leichtgemacht?**

**Ulrike:** Ich kenne Frauen, die sich mehr Sprüche über Fehlzeiten anhören mussten, als ihre männlichen Kollegen. Und die Frage: „Wer betreut die Kinder, wenn Sie hier arbeiten?“, kennen meist auch eher Frauen als Männer. Häufig wird Frauen eine Teilzeitstelle angeboten oder sie kommen nicht in ihre alten Verantwortlichkeiten zurück. Das muss sich aufgrund des aktuellen Fachkräftemangels schnell ändern und unser gesellschaftliches Bild muss sich wandeln. Bleibt es dabei, wird es Frauen immer schwerer fallen, wieder zurück in den Beruf zu kommen und den Unternehmen werden wichtige Arbeitskräfte verloren gehen.

### **„Aus den Augen aus dem Sinn?“ – was können Arbeitnehmer\*innen tun, um während der Eltern- oder Familienzeit nicht in Vergessenheit zu geraten?**

**Ulrike:** Halten Sie Kontakt mit Ihrem Team und Kollegen. Ich freue mich immer sehr, wenn Kollegen in ihrer Elternzeit vorbeikommen und wir uns austauschen können. Wenn es irgendwie geht, sollte man auch an Netzwerkveranstaltungen der Branche teilnehmen oder mal zu Firmenfeiern gehen.

### **Ob Vollzeit oder Teilzeit – die Vereinbarkeit von Familie und Beruf bleibt für viele schwierig. Was können Unternehmen tun, um Frauen und auch Männer nach der beruflichen Pause dabei zu unterstützen?**

**Anna:** Noch immer gibt es viele Firmen, die dem Thema Wiedereinstieg nicht genügend Aufmerksamkeit schenken – dabei ist es wichtig, Frauen und Männer vorbereitet in das Unternehmen zu integrieren und abzuholen. Besonders das Thema Flexibilität spielt beim Wiedereinstieg eine wesentliche Rolle: ob Teilzeitarbeit, Homeoffice oder den Wiedereinstieg mit reduzierter Stundenzahl in der Elternzeit – all das sind Möglichkeiten, das Zurückkommen passender zu machen. Unterm Strich aber geht es darum, dass Unternehmen und Wiederkehrer in den Austausch gehen und miteinander kommunizieren.

### **Welche Chancen und Herausforderungen schafft dabei die Digitalisierung für den Wiedereinstieg ins Berufsleben?**

**Anna:** Ich bin davon überzeugt, dass die Digitalisierung – insbesondere beim Wiedereinstieg – enorm viele Chancen und Möglichkeiten mit sich bringt. Sie erlaubt mehr Flexibilität und somit auch neue Arbeitszeitmodelle wie Homeoffice-Varianten und andere Meeting-Kulturen. In der „neuen“ Arbeitswelt gilt: nur wer mit den neuen technischen Herausforderungen Schritt halten kann, wird später auch zu den Gewinner\*innen der Digitalisierung gehören. Jedoch bringt die Digitalisierung nicht nur Vorteile mit sich: insbesondere Frauen müssen aufpassen, sich nicht dem Druck der ständigen Erreichbarkeit zu unterwerfen. Das kann mittel- und langfristig zu gesundheitlichen Belastungen führen. Außerdem lässt sich nicht jedes Meeting durch eine Video-Konferenz ersetzen. Der analoge Austausch ist nach wie vor unabkömmlich.

### **Das Seminar geht über zwei Tage. Was nehmen die Teilnehmer\*innen danach idealerweise für sich mit nach Hause?**

**Ulrike:** Das notwendige Know-how für die Bereiche New Work, Stärkenmanagement und Verhandlungsführung. Aber auch das Wissen über rechtliche Möglichkeiten und den Einsatz von moderner Technik. Außerdem den Mut sich beruflich neu aufzustellen und sich klar zu werden, was man für den Arbeitsmarkt wert ist.

**Anna:** Nach dem Seminar sollen sich die Teilnehmer\*innen gestärkt und motiviert fühlen. Sie sollen sich bereit fühlen für den Wiedereinstieg und voller Vorfreude! Fragen wie: „Welche Veränderungen haben sich in der Arbeitswelt seit meinem Weggang ergeben und wie kann ich diese zu meinem Vorteil nutzen?“ und „Wie plane ich strategisch meine nächsten Karriereschritte?“ wollen wir beantworten und hierfür konkrete Strategien und Tools aus der Praxis mit an die Hand geben.