



**Isabelle Banek**, 53 Jahre

**Ausbildung** Diplom-Ingenieurin Chemie in Lille (Frankreich).

**Alter Beruf** Managerin bei Henkel, Leiterin Produktzentrum für Chemierezepturen Unterbodenschutz für Automobilindustrie. Personalverantwortung für 15 Mitarbeiter.

**Leidenschaft** Pferde. Sie reitet seit ihrer Jugend. Während ihrer Zeit bei Henkel genießt sie das Hobby abends und am Wochenende. Sie besitzt zwei Pferde.

**Schlüsselerlebnis** Aufhebungsvertrag bei Henkel 2002. Ein Personalberater rät ihr zur Selbstständigkeit. Sie sucht sich eine Reitanlage und legt los.

**Neuer Beruf** Eigentümerin der „Reitanlage am Sonnenhang“ in Kreuztal-Eichen bei Siegen. Inzwischen vermietet sie Boxen, gibt Reitunterricht und leitet Managerseminare.

**Neues Gefühl** „Ich bin seit Jahren nicht mehr krank gewesen.“

Jahren malt sie nun fast ausschließlich „eigene Motive“. Nur so „komme ich mit meiner Malerei weiter“, sagt Endres. Was sie besonders wertschätzt: Endlich bestimmt sie ihre Arbeitszeiten selbst, ist nicht mehr Getriebene äußerer Umstände.

Downshifting nennen Experten diesen Wunsch nach Ausgleich. Statt Karriere „auf Teufel komm raus“ schalten hartgesottene Karrieristen einen Gang zurück. Ihre Überzeugung: Wer weniger arbeitet, lebt besser. Sie reduzieren die Arbeitszeit, geben Verantwortung ab oder satteln um.

**Einen radikalen Schlussstrich** unter seine Karriere setzte 2003 auch der erfolgreiche Arzt Markus Studer. Der ehemalige Herzchirurg und Leiter einer Privatklinik in der Schweiz wollte den „Job nie bis zum Ende seines Berufslebens machen“. Irgendwann seien geistige und physische Fitness mit dem hohen Anspruch als Operateur „nicht mehr vereinbar gewesen“, sagt er.

Der Arzt machte parallel zu seinem Medizinerjob eine Ausbildung zum Lkw-Fahrer, suchte potenzielle Kunden, für die er fahren kann, und kaufte sich einen roten Mercedes Actros. Heute tourt der Ex-Herzchirurg als Brummikutscher fünf Tage in der Woche durch Europa, transportiert im Tankwagen Flüssiglebensmittel und erlebt im Alltag eine „neue Lebensqualität“.

Studer erfüllte sich damit einen Jugendtraum. Er hat schon immer gerne auch Automobilingenieur werden wollen. Als Arzt besuchte er Automessen und verschlang Fachliteratur. In seinem heutigen Job kann er sein Faible für Technik wunderbar mit der Leidenschaft fürs Reisen verbinden. „Als Arzt fehlte mir dazu immer die Zeit.“ »

christian.schlesiger@wiwo.de

Es muss nicht immer ein kompletter Neuanfang sein. Wie Sie aus der Unzufriedenheit herauskommen und den Beruf „zum Hobby“ machen.

**Bestandsaufnahme** Wenn Sie unzufrieden sind, müssen Sie sich entscheiden. Nach der Devise: „Love it, leave it or change it“: Entweder Sie akzeptieren die Situation, ohne zu nörgeln, Sie ziehen weiter oder Sie versuchen, das Problem zu lösen. Sie haben nur diese drei Möglichkeiten, zwischen denen Sie wählen können. Fällt Ihre Entscheidung auf Veränderung, sollten Sie den Wunsch auch konsequent umsetzen. Das erfordert Hartnäckigkeit und den Mut, die bisherige Routine zu verlassen – etwa, indem Sie neue Aufgaben suchen und darüber mit dem Chef ein klärendes Gespräch führen.

**Selbsterkenntnis** Das Wissen über die eigenen Stärken ist Voraussetzung für eine gelungene Veränderung: Was treibt Sie persönlich zu Höchstleistungen, und Sie haben noch Spaß dabei? Experten empfehlen dafür einen Blick in die Vergangenheit: Was haben Sie früher als Kind, Jugendlicher und junger Erwachsener gerne gemacht – und was nicht? Und sie raten zu einer hypothetischen Frage: Wofür würden Sie sich heute entscheiden, wenn Sie Ihren Traumjob wählen könnten – ohne finanzielles Risiko? Die Antworten geben Ihnen Hinweise darauf, was Sie wirklich wollen.

**Abgleich** Welche beruflichen Aufgaben und Projekte kommen dieser persönlichen Leidenschaft nahe? Wo möchten Sie in zwei bis fünf Jahren beruflich stehen? Veränderungswillige forschen nach konkreten Ideen, hören sich um im Unternehmen und beobachten den Markt. Eine gute Möglichkeit: Wer nach innovativen Nischen im Unternehmen forscht und sie als Erster besetzt, wächst mit der Größe des Projekts. Das führt oft zu mehr Verantwortung – und Freude.

**Argumentation** Am Ende entscheidet das Gespräch mit dem Vorgesetzten darüber, ob Sie Ihre Aufgabe verändern können. Dabei gilt es, ihn beim wichtigsten Argument zu packen: Es muss sich auszahlen. Also begründen Sie, wie durch diese Veränderungen der Umsatz steigt, die Kunden zufriedener werden oder sich das Image des Unternehmens verbessert. Schlagen Sie eventuell auch ein Projekt auf Probe vor. Schlägt es fehl, ist der Schaden fürs das Unternehmen begrenzt. Rentiert es sich, dürfte der Chef keine Einwände mehr haben.