Karriere

BRÜCKEN
Passerellen erleichtern den Umstieg
SEITE 85

VERBINDUNGEN
Unser Gehirn erlaubt lebenslanges Lernen
SEITE 92

Sensibel **Seite 87**
Selbstständigkeit ist nicht für alle eine Option

Kompatibel **Seite 91**
Sportler sind meistens vorbildliche Umsteiger

Flexibel **Seite 93**
Auch nach 50 kann man umsatteln

Neu ANFANG

Sich beruflich zu verändern, war noch nie so einfach

ILLUSTRATION: MARTIN HAAKE

ANZEIGE

Damit Sie bei Projektabschluss nicht am Ende sind.

BWI Management Weiterbildung
ETH Eidgenössische Technische Hochschule Zürich Swiss Federal Institute of Technology Zurich

Seminare zu Projekt- und Supply Chain Management: «Projektmanagement I – Methodik und Instrumente» vom 5. – 7. November 2012; «Process Engineering mit Lean (Six) Sigma» vom 12. – 13. November 2012; «Grüne Logistik» am 26. November 2012. Detailinformationen unter **www.bwi.ch**

EDITORIAL

Liebe Leserinnen und Leser

«Schuster, bleib bei deinen Leisten», lehrte uns einst der lateinische Dichter Plinius der Ältere. Diese Zeiten sind vorbei. Was heute zählt, sind Flexibilität, Anpassungen an einen veränderten Arbeitsmarkt und neue Lebensformen. Berufstätige aus allen Branchen bleiben kaum mehr ein Leben lang ihrem ersten Arbeitgeber – und ihrem erlernten Beruf – treu. Es wächst eine neue Generation von Umsteigern heran, «branchenfremde Mitarbeitende», wie sie im Fachjargon genannt werden.

Dank eines riesigen Kurs- und Weiterbildungsangebots, vor allem aber durch neue Schulmodelle ist es heute möglich, auch nach einer Lehre an die Uni zu wechseln. Oder umgekehrt.

Goalie-Legende Roger Berbig etwa arbeitet als Chirurg. Und die langjährige TV-Moderatorin Regina Kempf führt eine Praxis für Feldenkrais-Therapien.

Natürlich ist es noch immer nicht ganz einfach, vom Landwirt zum Quantenphysiker umzusatteln, und den Traum von der Pilotenkarriere müssen Sie mit fünfzig wohl ebenfalls begraben. Aber eine Zweitausbildung kann dank zusätzlicher Erfahrungen die Chancen im Arbeitsmarkt deutlich erhöhen. Und die Zufriedenheit im Berufsleben.

Rosige Aussichten haben Sie zurzeit übrigens als Lokführer. Oder Pfarrer.

Dominic Geisseler, Stv. Chefredaktor

Impressum

KARRIERE ist eine Beilage der SonntagsZeitung
CHEFREDAKTION Martin Spieler
LEITUNG Dominic Geisseler
REDAKTION UND PRODUKTION Marius Leutenegger
ART DIRECTION Tobias Gaberthuel
LAYOUT Benjamin Ogg
FOTOREDAKTION: Sonia Favre
VERLAGSLEITUNG Diego Quintarelli
LEITUNG WERBEMARKT Adriano Valeri, Werdstrasse 21, Postfach, 8021 Zürich, Tel 044 248 40 40, www.sonntagszeitung.ch

Frische Brise SEGEL SETZEN

Umsteigen, absteigen, aufsteigen, wieder einsteigen: Fakten rund um die berufliche Veränderung

VON ERIK BRÜHLMANN (TEXT) UND MARTIN HAAKE (ILLUSTRATION)

Umsteiger bringen Mehrwert

Sogenannte «branchenfremde Mitarbeitende» – was nichts anderes als Quereinsteiger bedeutet – seien für Unternehmen besser als ihr Ruf. Dies zumindest findet «Stellen Basel», die Jobbörse für die Kantone Basel-Stadt und Basel-Landschaft. Weil Quereinsteiger häufig aus Leidenschaft die Branche wechselten, seien sie besonders motiviert. Denn sie wollten ihre Talente besser nutzen, ihr Hobby zum Beruf machen oder sich selber verwirklichen. Ausserdem böten Quereinsteiger einem Unternehmen aufgrund ihres branchenfremden Werdegangs neue Perspektiven, Denkansätze und Erfahrungen.

Verkürzte Ausbildung? Ja, aber!

In vielen Branchen fehlen Fachkräfte. Um kurzfristig die gröbsten Löcher zu stopfen, sollen zuweilen – wie aktuell im Lehrerberuf – verkürzte Ausbildungen Quereinsteiger anlocken. Dies könne aber nicht der einzige Lösungsansatz sein, findet Désirée Anja Jäger, Geschäftsführerin der Schweizerischen Gesellschaft für angewandte Berufsbildungsforschung (SGAB). Die Gefahr bestehe, dass verkürzte Ausbildungen zu einem «Jekami» ausuferten und die hohe Ausbildungsqualität, durch die sich die Schweiz auszeichne, leide.

Messe auch für Umsteiger

Ein beruflicher Umstieg muss reiflich überlegt sein. Wer zwar mit einer Veränderung liebäugelt, aber noch nicht genau weiss, wo die persönliche Zukunft liegt, kann sich an der Berufsmesse Zürich in aller Ruhe umsehen. Am 23. und 24. November finden Interessierte in der Messe Zürich zahlreiche Angebote und Informationen zu den Themen Laufbahn, Jobsuche, Bewerbung und Weiterbildung.

Schweizer sind zufrieden im Beruf

Es gibt viele Gründe für einen beruflichen Umstieg – die Unzufriedenheit mit dem aktuellen Job scheint in der Schweiz aber nicht im Vordergrund zu stehen. Laut dem European Social Survey (ESS) liegt die Arbeitszufriedenheit in Europa auf einer Skala von 0 für äusserst unzufrieden bis 10 für äusserst zufrieden bei durchschnittlich 7,1. Während Deutschland mit 6,9 auf dem fünftletzten Rang liegt – nur vor Slowenien, der Ukraine, Bulgarien und Russland –, weist die Schweiz einen hohen Wert von 7,7 auf. Nur in Dänemark sind die Angestellten mit 7,8 noch einen Hauch zufriedener.

Landwirte steigen selten um

Die Zahl der Landwirtschaftsbetriebe ist rückläufig: 1996 wurden 79 479 Betriebe gezählt, 2010 gab es noch 59 065. Heisst das auch, dass Bauern besonders häufig beruflich umsteigen müssen? Nicht unbedingt. «Die meisten Betriebsschliessungen finden dann statt, wenn der Landwirt in Pension geht», sagt Sandra Helfenstein, stellvertretende Kommunikationsleiterin des Schweizerischen Bauernverbands. «Der Betrieb wird dann einfach nicht weitergeführt.» Eine Zeit lang habe der Bund eine Umschulungshilfe angeboten, doch diese sei kaum genutzt worden. Junge Landwirte haben oft eine Zweitausbildung oder gehen einem Nebenberuf nach – ihre berufliche Existenz ist damit weitgehend gesichert.

Vom Büezer zum Promi

Die allerwenigsten Menschen werden als Prominente geboren. Die meisten lernten erst einen «anständigen» Beruf, ehe sie ins Rampenlicht traten. Meist zitiertes Beispiel für einen derartigen Aufsteiger ist wohl Gölä, der eine Malerlehre absolvierte, bevor er sich der Musik widmete. Die wilde Walliserin Sina war einst eine brave Bankkauffrau. Moderator Bernard Thurnheer schloss sein Jusstudium magna cum laude ab. Komödiant Peach Weber ist eigentlich ausgebildeter Primarlehrer, Kollege Emil Steinberger begann als «Pöschtler». Eine besondere Umsteigergeschichte kann der deutsche Fernsehkoch Horst Lichter vorweisen: Nach einer Lehre als Koch verdingte er sich im Bergbau und als Mitarbeiter auf einem Schrottplatz. Erst nach zwei Hirnschlägen und einem Herzinfarkt fand Lichter wieder zu seiner ursprünglichen Berufung zurück.

Vorsorgefalle Teilzeitjob

Wer seine Energien auf mehrere Tätigkeiten verteilt, kann nicht damit rechnen, nach der Pensionierung so gut dazustehen wie Vollzeitangestellte. Für eine volle AHV benötigt ein Arbeitnehmer nämlich einen durchschnittlichen Jahresverdienst von 83 520 Franken und darf keine Beitragslücken aufweisen. Eine andere Hürde liegt für Teilzeitler bei 20 520 Franken: Erst ab diesem Betrag ist ein Arbeitgebender verpflichtet, Angestellte in die Pensionskasse anzumelden und Arbeitgeberbeiträge zu entrichten. Schliesslich gibt es auch noch den Stolperstein Koordinationsabzug: Dieser Betrag in Höhe von 23 940 Franken wird vom Jahreseinkommen abgezogen, um den versicherten Lohn zu ermitteln. Der versicherte Lohn bildet die Basis für Pensionskassenbeiträge sowie für die Alters-, Witwen-/Witwerrenten, Waisen- und Kinderrenten und die Invalidenrenten. Das alles bedeutet: Die Vorsorge bei Teilzeitlern ist in der Regel überproportional schlecht.

ANZEIGE

SACKGASSEN *sind selten*

Der berufliche Umstieg wird selbstverständlich – etwas Leidensdruck und Mut braucht es dazu aber immer noch

VON BENJAMIN GYGAX

Als Jugendliche nicht mehr in die beruflichen Fussstapfen ihrer Eltern treten mussten, war das eine grosse Errungenschaft – für den Einzelnen, weil er seinen Wünschen und Neigungen nachgehen konnte, wie für die Gesellschaft, weil individuelle Fähigkeiten besser genutzt wurden. Aber auch danach hiess es noch lang: «Schuster, bleib bei deinem Leisten.» Wer einen Beruf gelernt hatte, blieb ihm meist lebenslänglich treu. Heute gibt es dagegen viele Gründe, irgendwann den Beruf zu wechseln. Die Interessen, der Arbeitsmarkt oder die familiäre Situation verändern sich, die technische Entwicklung macht einen Beruf obsolet, die Gesundheit zwingt zum Umsatteln. Flexiblere Aus- und Weiterbildungen, Brückenangebote und berufsbegleitende «Fast Track»-Studien begünstigen den Umstieg.

Doch wie häufig ist er tatsächlich? Das lässt sich nicht leicht beantworten, denn aktuelle Statistiken gibt es kaum. Eine Untersuchung von 2009 besagt: Rund 9 Prozent der Lehrabsolventen, die ein Jahr nach Lehrabschluss erwerbstätig sind, arbeiten in einem erheblich anderen Beruf als dem erlernten. Häufiger sind Berufswechsel aber zwischen dem 30. und 60. Lebensjahr. Eine Auswertung der Volkszählung 2000 zum Thema Bildung und Arbeit zeigt, dass rund die Hälfte der Berufstätigen ihre Arbeit schon einmal verändert hat. In hohen Führungsfunktionen steigt der Wert gar auf über 75 Prozent an. So viel Flexibilität gab es nicht immer: Der Anteil der Berufswechsler stieg vor allem zwischen 1980 und 1990 deutlich an.

Dass das Zahlenmaterial zu einem so wichtigen Thema nicht ausführlicher ist, hat auch mit dem unscharfen Begriff des beruflichen Umstiegs zu tun. Die Verfasser der erwähnten Auswertung haben jene Berufstätigen als Umsteiger gezählt, deren Berufsklassen-Code für den erlernten Beruf von jenem für die tatsächlich ausgeübte Tätigkeit abweicht. Aber auch der Übergang von der Anstellung in die Selbstständigkeit oder eine berufliche Weiterentwicklung können als Umstieg bezeichnet werden. Professor Marc Schreiber leitet das Zentrum für Berufs-, Studien- und Laufbahnberatung an der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften (ZHAW) und unterstützt junge Leute bei der Berufs- und Studienwahl sowie Berufsleute in der Laufbahnplanung oder bei Stellenverlust. Er plädiert dafür, schlicht jene Veränderungen als Umstieg zu werten, die vom Betroffenen als solche wahrgenommen werden. «Das kann der Fall sein, wenn jemand innerhalb eines Unternehmens von der Produktion ins Marketing wechselt. Umgekehrt übt ein Hochbauzeichner, der an der Fachhochschule Architektur studiert, sicher eine andere Tätigkeit aus, empfindet dies aber als normale Weiterentwicklung und weniger als Umstieg.»

Auch beim Beruf hat die Verbindlichkeit abgenommen

Marc Schreiber meint: «Erfahrungsgemäss geht es in unseren Beratungen sehr oft um den Umstieg.» Das Ziel sei, herauszufinden, was einem einmal Spass gemacht habe und was man auch noch tun könne. Der Psychologe sagt: «Die meisten bringt ein Leidensdruck dazu, ihren Beruf zu hinterfragen. Zum Beispiel ein Jobverlust und die Ungewissheit, ob man in seiner angestammten Branche wieder unterkommen kann.» Immer mehr Leute würden in ihrer Firma oder sogar in ihrer Branche in eine Sackgasse geraten. «Oder der Leidensdruck kommt von innen, und man ist mit der Arbeit unzufrieden – das treffen wir in der Laufbahnberatung oft an.» Einen weiteren Grund für häufigere Berufswechsel sieht Schreiber in der zunehmenden Komplexität der Arbeitswelt, die das Verhältnis von Arbeitgeber und Arbeitnehmer verändert hat: «Die Verbindlichkeit hat abgenommen, und das führt zu häufigeren Umorientierungen – auch wenn es nur von einem Team zum anderen ist.» Der «psychologische Vertrag» sei wichtiger geworden als der Arbeitsvertrag – und wegen der schwächeren Bindung werde ein Umstieg dann auch schneller in Angriff genommen.

Und wie gelingt der Umstieg? «Mit Mut und Offenheit», so Schreiber. Offenheit stelle er bei den meisten fest, aber der Mut zur Ungewissheit sei etwas anderes. Und manchmal seien einfach auch die Rahmenbedingungen für einen Umstieg nicht gegeben. «In einer Laufbahnberatung sind finanzielle und familiäre Verhältnisse ein Thema», sagt Schreiber, «und wenn diese Verpflichtungen keinen Umstieg zulassen, ist ein grosser Teil der Optionen vom Tisch. Dann ist es auch nicht an uns, zu sagen, jetzt braucht es einfach etwas Mut.» Die Erkenntnis, dass das Herzblut nicht bei der Arbeit, sondern bei der Familie, der Freizeit oder einem Hobby fliesst, kann auch ein wichtiges Ergebnis der Laufbahnberatung sein. «Es geht stets darum, ganzheitlich zu erfassen, wo eine Person steht», sagt Marc Schreiber, «auch wenn diese Erkenntnis ernüchternd sein kann.»

ILLUSTRATION: MARTIN HAAKE

ILLUSTRATION: MARTIN HAAKE

EINFACH *aber anspruchsvoll*

Den Umstieg in die Selbstständigkeit sollte nur wagen, wer gesund ist und über ein soziales Umfeld, finanzielle Reserven sowie Fachwissen verfügt

VON MARIUS LEUTENEGGER

Das wäre mal ein Job für einen Selbstständigen: verlässliche Zahlen zur Selbstständigkeit zusammenzutragen! Die gibt es nämlich kaum – weil oft nicht klar ist, was als Selbstständigkeit zählt. Viele, die unternehmerisch auf eigenen Füssen stehen wollen, gründen zum Beispiel eine Firma und stellen sich gleich selber an – rechtlich gelten sie dann nicht mehr als Selbstständigerwerbende. Klar ist aber trotz Datenmangels: Die Schweiz ist ein guter Boden für Selbstständige. Etwa die Hälfte aller Unternehmen in der Schweiz sind Einzelfirmen, 87 Prozent gelten als sogenannte Mikrounternehmen mit maximal neun Angestellten. Unabhängig von der wirtschaftlichen Situation werden laufend neue Firmen gegründet – 2010 waren es rund 12 600. Zu dieser grossen Zahl trägt auch die rechtliche Situation bei: In der Schweiz ist es denkbar einfach, eine Einzelfirma ins Leben zu rufen. In den meisten Branchen braucht es dazu überhaupt nichts – wer will, kann schon heute ein Geschäft eröffnen oder eine Dienstleistung anbieten.

Damit sich der Traum von der Selbstständigkeit nicht zum Albtraum entwickelt, gibt es im Kanton Zürich die Fachstelle Selbstständigkeit des Amts für Wirtschaft und Arbeit. Sie kümmert sich vor allem um Leute, die ihre Erwerbslosigkeit mittels einer selbstständigen Tätigkeit beenden möchten. Rund 3000 Personen nehmen jedes Jahr an den Informationsveranstaltungen der Fachstelle teil; die Hälfte davon erscheint zu Beratungen. Der Leiter der Fachstelle, Donato Ponzio, hat daher grosse Erfahrung mit Leuten, die in die Selbstständigkeit starten. «Grundsätzlich lassen sie sich vier Gruppen zuteilen», weiss er. Die erste Gruppe bilden jene, die «eine geniale Idee haben – oft im Hightech- oder ITC-Bereich – und damit auf den Markt drängen». In die zweite Gruppe fallen Berufsleute aus Branchen, in denen Selbstständigkeit traditionell weit verbreitet ist, etwa Handwerker oder Landwirte. Zur Gruppe drei gehören jene, die glauben, eine Dienstleistung oder ein Produkt besser, effizienter und günstiger anbieten zu können als andere. Und dann gibt es laut Ponzio noch die vierte Gruppe aus jenen, die sich in erster Linie selber verwirklichen wollen.

Egal, welcher Gruppe man angehört: Wer selbstständig werden will, sollte vier Grundvoraussetzungen erfüllen. Erstens: Er oder sie muss bei guter Gesundheit sein und klug mit den eigenen Ressourcen umgehen. Gerade in der ersten Zeit der Selbstständigkeit kommt es häufig zu Erschöpfungssymptomen. Zweitens: Das soziale Umfeld muss stimmen. Selbstständige tendieren dazu, sich zu isolieren – «und das kann zu Depressionen führen», weiss Ponzio. Dass man mit dem Lebenspartner über die neue berufliche Situation sprechen sollte, klingt nach Binsenwahrheit, ist aber offenbar nicht selbstverständlich; viele unterschätzen, wie schwierig es ist, Selbstständigkeit und Beziehung unter einen Hut zu bringen. Die dritte Voraussetzung sind Fachkenntnisse. Etwa die Hälfte aller Neoselbstständigen habe wenig Ahnung von dem, was sie tue, schätzt Ponzio. «Gerade in den Bereichen Gastronomie oder Handel unterschätzen manche die Komplexität.» Die vierte Voraussetzung schliesslich ist ein finanzielles Polster. Auch dessen Bedeutung wird oft falsch beurteilt. Bis die ersten Einnahmen auf dem Konto eingetroffen sind, vergehen meist Monate. Als Faustregel gilt: Man muss über genügend Mittel verfügen, um sechs Monate ohne Einnahmen zu überstehen.

Viele unterschätzen die Auswirkungen der Selbstständigkeit auf die Beziehung

TIPPS FÜR EINSTEIGER

Risikominimierung Überlegen Sie sich, ob Sie Ihr eigenes Geschäft parallel zu einer Teilzeitanstellung aufbauen können – das reduziert den Druck, schnell erfolgreich zu sein.

Vorbereitung Kontakte sind der Treibstoff jeder Selbstständigkeit. Erstellen Sie deshalb eine Liste all Ihrer Bekannten: Wer kann Ihnen bei Aufgaben von der Buchhaltung bis zur Werbung helfen? Wer verfügt über Kontakte, die Ihnen nützlich sein könnten?

Sparen! Henry Ford sagte: «Reich wird man nicht durch das, was man verdient, sondern durch das, was man nicht ausgibt.» Seien Sie sparsam, drucken Sie nicht gleich eine Hochglanzbroschüre, kaufen Sie nicht gleich Luxusbüromöbel ein – es sei denn, Schein sei in Ihrer Branche unerlässlich.

Informationen Informieren Sie sich im Internet über rechtliche Fragen rund um AHV, Haftung und so weiter – unter www.berufsberatung.ch, www.gruenden.ch oder www.startbiz.ch.

Eine gute Work-Life-Balance, ein intaktes Umfeld, Fachwissen und Geldreserven – dann klappts? «Das kann nur ein Hellseher sagen», meint Ponzio. «Klar bleibt: Ist eine der vier Voraussetzungen nicht erfüllt, gerät man ins Schlittern.» Darüber hinaus lasse sich aber kaum sagen, wer Erfolg haben werde und wer nicht. «Ich habe alles erlebt: Ideen, die wir super fanden, aber floppten. Oder Projekte, von denen wir dringend abrieten, die aber erfolgreich wurden.» Tendenzen gibt es trotzdem. In der Gastronomie zerplatzen zum Beispiel besonders viele Träume, weil die Fixkosten und die persönliche Belastung hoch sind. Wer sich als Berater selbstständig machen will, bekommt es mit einer riesigen Konkurrenz zu tun. Und wer sich als Künstler verwirklichen möchte, sollte nicht davon ausgehen, davon leben zu können. Umgekehrt gibt es zumindest einen Bereich, in dem der Schritt in die Selbstständigkeit vielversprechend ist: Handwerk hat goldenen Boden. «Elektriker haben eine gute Zukunft», ist Ponzio überzeugt. «Sie werden vielleicht nicht reich, können aber gut verdienen.» Doch das reiche vielen nicht. «Die meisten wollen einen Haufen Geld nach Hause tragen, sich gleichzeitig aber nicht die Finger schmutzig machen.»

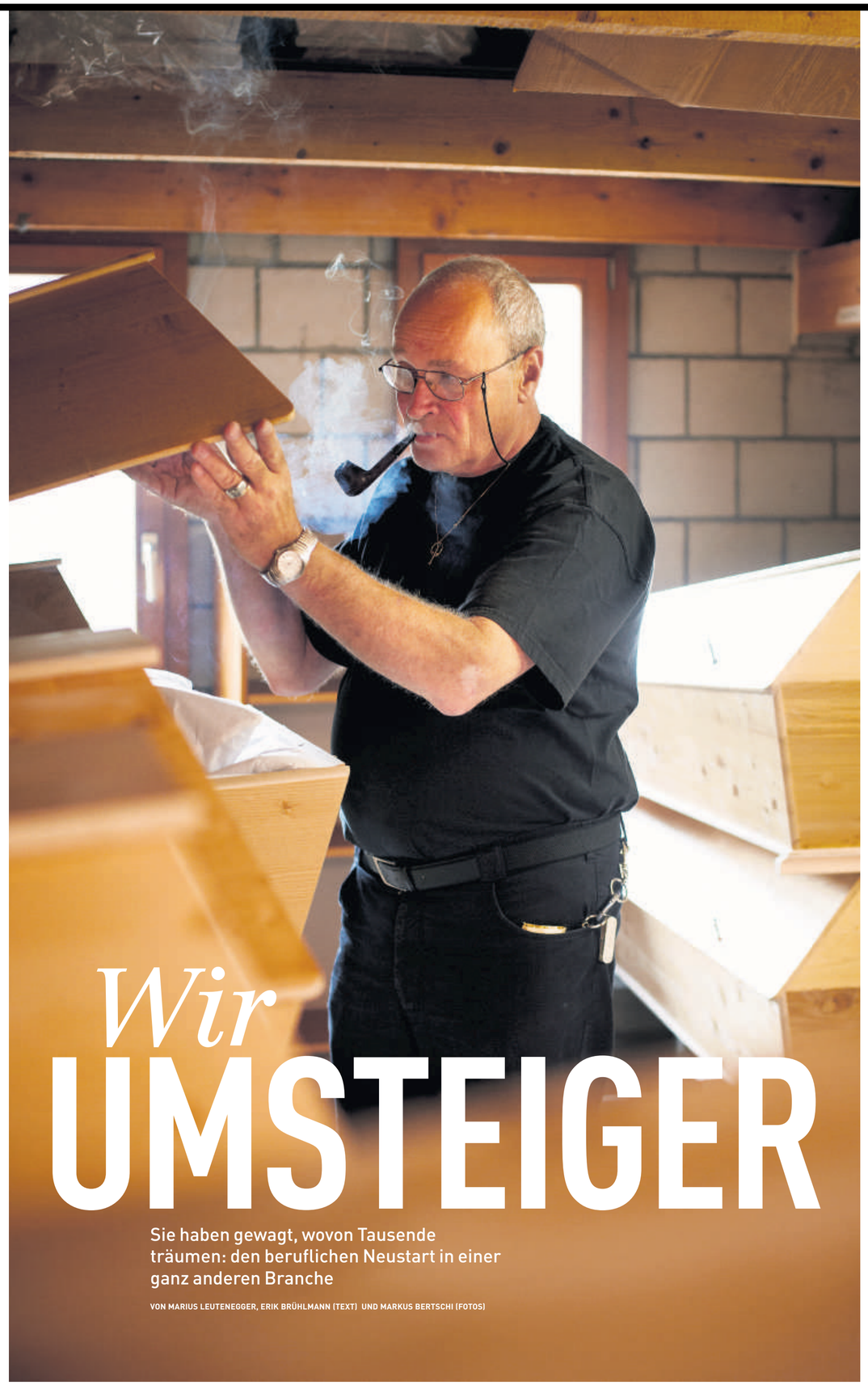
Handwerker haben gute Aussichten, Berater und Beizer eher trübe

Unabhängig davon, in welcher Branche man es versucht, am Ende geht es stets um eins: Kunden zu finden, die bereit sind, für ein Produkt oder eine Dienstleistung zu bezahlen. Dank des Internets ist es heute recht günstig, seine Idee vorzustellen; aber dass das Internet die Selbstständigkeit generell einfacher gemacht habe, bezweifelt Ponzio: «Auf der einen Seite hat es den Zugang zu den Leuten vereinfacht, andererseits hat es die Masse erhöht – der Markt ist viel schwieriger und aufgefächerter geworden.» Und was, wenn man den Schritt in die Selbstständigkeit wagt, damit aber keinen Erfolg hat? Die Fachstelle Selbstständigkeit warnt davor, sich zu verschulden. Wird das Geld knapp, muss man zu Plan B greifen; denn die Arbeitslosenkasse unterstützt einen nur während einer kurzen Vorbereitungsphase, Selbstständige können sich dort nicht versichern. Oft erweisen sich aber auch gescheiterte Versuche mit der Selbstständigkeit als Glücksfall. Ältere Arbeitnehmende, deren schriftliche Bewerbung kaum beachtet würde, lernen zum Beispiel durch ihre Tätigkeit persönlich Leute in Firmen kennen – und werden dann von diesen angestellt. «Für mich gilt: Erfolgreich ist ein Schritt in die Selbstständigkeit dann, wenn daraus eine Lösung entsteht, die langfristig finanzielle Sicherheit gewährt», sagt Ponzio. Er selber hat es übrigens auch einmal mit Selbstständigkeit probiert, doch er sei damit auf die Nase gefallen. «Ich bin diesbezüglich eine gescheiterte Existenz – und jetzt bin ich doch glücklich, weil ich einen Superjob habe. Grundsätzlich geht es ja nur darum, durch anständige Arbeit einen Lohn zu erzielen, von dem man leben kann.»

Wir UMSTEIGER

Sie haben gewagt, wovon Tausende träumen: den beruflichen Neustart in einer ganz anderen Branche

VON MARIUS LEUTENEGGER, ERIK BRÜHLMANN (TEXT) UND MARKUS BERTSCHI (FOTOS)



ALEXIA KAISER AUS RAPPERSWIL

Von der Reisebürofachfrau zur Schulleiterin

Wie viele andere war auch Alexia Kaiser als Kind überzeugt, beruflich in die elterlichen Fussstapfen zu treten – das hätte bedeutet, dass sie Lehrerin geworden wäre. «In der Sekundarschule wurde ich aber schulmüde», erinnert sich die heute 46-Jährige. Deshalb trat sie mit Begeisterung eine kaufmännische Lehre in einem Reisebüro an, und ebenso begeistert arbeitete sie nach der Lehre dort weiter.

Nach einem Jahr entschied sich Alexia Kaiser für einen Sprachaufenthalt in England. Nach dem Proficiency kehrte sie zwar in die Schweiz und ins Reisebüro zurück; da sie sich in Cambridge verliebt hatte, zog es sie aber bald wieder nach England zurück. So ging es ein paar Jahre hin und her – mal arbeitete sie in der Heimat, um Geld zu verdienen, dann zog es sie ins Ausland, wo sie ihre Sprachkenntnisse perfektionierte.

Mit 26 Jahren und nach insgesamt zehn Berufsjahren im Reisebüro hatte sie schliesslich das Gefühl, dort nicht mehr weiterzukommen. «Da kam immer stärker der Gedanke auf: Du wolltest doch Lehrerin werden!» Also zog sie noch einmal nach England, um die englische Matura zu machen. «Denn für die Ausbildung zur Englischlehrerin musste ich beweisen können, dass ich die Sprache so gut beherrsche wie eine Muttersprachlerin.»

Nach dem Diplom folgte allerdings eine schwere Enttäuschung: In England wurde Alexia Kaiser nicht zur Lehrerausbildung zugelassen, weil Englisch nicht ihre Muttersprache sei. Also kehrte sie endgültig in die Schweiz zurück. Sie arbeitete Teilzeit auf dem Büro und machte an der Volkshochschule die Ausbildung zur Englischlehrerin. Erneut kam ihr aber die Sache mit der Muttersprache in die Quere: «Alle Sprachschulen behaupteten, die Schüler wollten nur Muttersprachler vor sich haben.»

«Ich gebe nie schnell auf und war damals ungebunden»

So entschied sie sich, es selbstständig zu versuchen. Sie kreierte einen Flyer, auf dem sie Englischunterricht in kleinen Gruppen anbot. «Solche Kleinklassen gab es vor 18 Jahren noch kaum – ich folgte aber vor allem der Not, denn ich hatte bei mir daheim nur wenig Platz.» Ihren Flyer warf sie intuitiv in Briefkästen in Rapperswil – und landete damit einen Vollerfolg: Die Kurse waren sofort ausverkauft. Schnell kamen auch Firmenkurse als wichtiges Standbein dazu. «Es wurde einfach immer mehr und mehr. Und als ich zum ersten Mal schwanger wurde, schaffte ich es nicht mehr allein.» Vor der Wirtschaftskrise, die den Markt wieder etwas schrumpfen liess, beschäftigte die Kaiser School of English (KSE) bis zu acht Lehrerinnen und Lehrer.

Hätte Alexia Kaiser nicht alles einfacher haben können – auf direktem Weg? «Ich bin froh, dass ich erst im Reisebüro arbeitete. Das machte mich damals glücklich. Und jetzt hilft mir mein kaufmännischer Hintergrund bei der Büroarbeit und beim Organisieren.» Hatte sie keine Existenzängste beim Schritt in die Selbstständigkeit? «Nein, ich gebe nie schnell auf, zudem war ich damals ungebunden, und ich wusste stets: Mit meiner kaufmännischen Ausbildung finde ich notfalls immer eine Stelle.» Gegenwärtig bereitet sich Alexia Kaiser auf ihren Beruf 3.0 vor: Sie lässt sich zur psychologischen Beraterin ausbilden.

REGINA KEMPF AUS HERISAU

Von der TV-Ansagerin zur Feldenkrais-Therapeutin

«Es war ein Vorteil, dass mein Umstieg sanft ablief»

Jedem über 40 Jahren ist der Name Regina Kempf ein Begriff – denn fast vier Jahrzehnte lang war die Herisauerin in den Programmen des Schweizer Fernsehens zu sehen, als Ansagerin, Moderatorin, Verantwortliche bei den Ressorts Kultur, Unterhaltung sowie Kinder und Jugend. Als Regina Kempf 1966 als Redaktionsvolontärin zum Fernsehen ging, hatte sie bereits eine Theaterausbildung abgeschlossen. «Nach der Kantonsschule wusste ich nicht recht, was ich in Zukunft machen sollte», erinnert sich die heute 69-Jährige. Nach einigen anderen Tätigkeiten landete sie beim Fernsehen, wo sie dank ihrer sympathischen Art schnell zum «Schätzchen der Nation» avancierte. Eine Vollzeitanstellung brachte ihr dies aber trotzdem nicht. Deshalb versuchte sie sich schon bald nebenbei auf fernsehfremdem Territorium: «Mitte der 1970er-Jahre war ich mit jemandem zusammen, der auswandern wollte. Also schmiedeten wir berufliche Pläne, und ich entschloss mich, eine Tanz- und Gymnastik-Ausbildung zu machen. Unsere Pläne fielen zwar ins Wasser, aber ich hatte meine Ausbildung.»

Zur Feldenkrais-Methode kam Regina Kempf als Patientin: «Ich hatte damals Bandscheibenprobleme und erfuhr durch meine Physiotherapeutin von Feldenkrais», sagt sie. «Schliesslich kaufte ich mir eine Kassette mit Übungen und arbeitete damit.» Zur selben Zeit dachte sie darüber nach, sich ein zweites Standbein aufzubauen, falls es mit dem Fernsehen vorbei sein sollte – «und Gymnastik konnte ich meinem Rücken nicht mehr zumuten».

Die Feldenkrais-Ausbildung absolvierte Regina Kempf schliesslich von 1993 bis 1997. Gleich anschliessend eröffnete sie ihre Praxis in Zürich. «Wenn man so etwas nicht sofort macht, macht man es gar nie!», ist sie überzeugt. Ihre Fernsehbekanntheit half ihr am Anfang wohl ein wenig, Patienten zu finden, ein Selbstläufer war der Praxisaufbau aber nicht – «dafür war die Feldenkrais-Methode nicht etabliert genug».

2004 beendete Regina Kempf ihre Fernsehkarriere endgültig und konzentrierte sich ganz auf ihre Praxis. «Das war noch einmal ein grosser Schritt, denn plötzlich musste ich davon leben können – auch wenn es natürlich von Vorteil war, dass mein Umstieg von einem Beruf zum anderen sanft ablief.» Genau so sanft, wie Regina Kempf ihren Patienten heute zu mehr Beweglichkeit verhilft.

RICCO BIAGGI AUS GIPF-OBERFRICK

Vom Lehrer zum Bestatter

Ricco Biaggi steht neben dem offenen Sarg und bespricht mit einem Mitarbeiter, wie die Tote darin besser gekühlt werden könnte. Die Stimmung ist sachlich, das Bild fast heiter. Die verstorbene alte Frau ruht in einem rosengeschmückten Sarg voller Kinderzeichnungen; über ihr erscheint auf einem grossen Monitor ein Bilderreigen.

«Ich sagte: Hier kann man bessere Arbeit leisten»

Manchmal setzt sich Ricco Biaggi abends in diesen «Raum der Stille» gleich neben seinem Wohnhaus in Gipf-Oberfrick. Manchmal hört er hier, im Angesicht des oder der Toten, etwas Musik oder schaut einen Film. «So kann ich mich erholen», sagt der 63-Jährige. «Ich verarbeite meine Erlebnisse, indem ich mir Zeit nehme – mit den Lebenden und den Toten.» Zum Tod hat der Walliser ein respektvolles, aber auch ungezwungenes Verhältnis – und darum ist er als Bestatter auch so gefragt. «Greifen ist Begreifen», sagt er. «Wir setzen alles daran, dass man den Toten einer Familie wieder zurückgeben kann.» Biaggi zeigt Fotos schlimm zugerichteter Unfallopfer, deren Körper er wieder ansehnlich machte, und Bilder von zwei Kindern, die ihren toten Vater im Sarg umarmen. «Die Leute wollen sich eine richtige Verabschiedung nicht nehmen lassen», weiss er.

Bestatter, die einen Toten einfach abholen und so schnell wie möglich unsichtbar machen, sind Biaggi ein Gräuel – doch ihretwegen hat er seinen zweiten Beruf gewählt. Im ersten war er Lehrer; er kam mit 21 Jahren ins Fricktal, weil hier akuter Lehrermangel herrschte. Nach 20 Jahren war er dann reif für eine Veränderung. Doch es sei nicht leicht gewesen, eine neue Stelle zu finden – als Lehrer sei man ziemlich verwöhnt und daher anspruchsvoll. «Ich hatte schon immer vom eigenen Geschäft geträumt», sagt er. «Und ich hatte Visionen im Bestattungssektor.» Sie entstanden aufgrund negativer Erlebnisse bei Todesfällen in der Bekanntschaft. «Das wurde alles so unprofessionell und herzlos abgewickelt, dass ich mir sagte: Hier kann man bessere Arbeit leisten.» Dabei hatte Biaggi eigentlich grosse Angst vor Toten. Etwa ein Jahr habe es gedauert, bis sich diese Angst aufgelöst habe. Um die Auftragslage musste er sich nie Sorgen machen: Gestorben wird immer, und sein respektvoller Umgang mit Toten und Angehörigen sprach sich schnell herum. Mittlerweile beschäftigt sein Unternehmen fünf Leute.

Ricco Biaggi ist von seiner Aufgabe spürbar fasziniert. Der wichtigste Aspekt seiner Arbeit ist für ihn der Austausch mit anderen Menschen. Man könnte sagen, das sei eigenartig für einen Bestatter, aber Ricco Biaggi hat mit den Hinterbliebenen in den intensivsten Phasen ihres Lebens zu tun. «Oft sitzen vor mir südlichblutte Seelen – und ich gelange dann in die intimsten Bereiche einer Familie.»

MARTIN BREITLER AUS KREUZLINGEN

Vom Banker zum Sattler

Eigentlich wollte Martin Breitler Tierarzt werden. «Aber ich merkte schnell: Erst die Matura machen und dann noch studieren – das dauert mir zu lang.» Also brach der heute 43-Jährige die Kantonsschule nach einem Jahr ab und absolvierte eine kaufmännische Lehre beim damaligen Bankverein in Kreuzlingen. Nach der Lehre wechselte er nach Zürich an den Hauptsitz der Bank; dort wurde er zum Devisenhändler ausgebildet.

«Ich war voll auf meine Karriere konzentriert», sagt Breitler, «und die Arbeit hat mir damals auch wirklich Spass gemacht. Es war faszinierend, am Schalthebel des grossen Geldes zu sitzen!» Er wurde nach Genf und New York geschickt; der Wunsch, ein Jahr an der Warenbörse in Chicago zu arbeiten, ging jedoch nicht in Erfüllung. «Das war der Punkt, an dem mein Spass am Geschäft ins Gegenteil zu kippen begann.»

«Ich war dem Druck nicht mehr gewachsen»

Nach einigen Stellenwechseln reifte der Entschluss für einen Neuanfang. «Der Job wurde zur Belastung, der Leistungszwang war zu gross. Irgendwann war ich dem Druck nicht mehr gewachsen.» Breitler begann, sich nach Alternativen umzusehen und Ideen zu entwickeln. Ein ausgedientes Rennpferd, das er sich gekauft hatte, brachte ihn schliesslich auf die entscheidende Idee: «Das Pferd hatte Rückenprobleme, und ich suchte lange nach einem speziellen Sattel. Eines Abends fasste ich plötzlich den Entschluss: Ich werde Sattler!»

So begann Breitler 1997 eine dreijährige Sattlerlehre – im Alter von 27 Jahren. Das war anspruchsvoll für jemanden, der sich handwerkliches Arbeiten nicht gewohnt war. Hinzu kam der finanzielle Abstieg vom Bankerzum Lehrlingslohn. «Nur 500 Franken im Monat zu verdienen, während mich meine Frau und die Eltern unterstützten – daran hatte ich anfangs zu knabbern!»

Gleich nach der Lehre eröffnete Martin Breitler seine eigene Sattlerei in Fehraltorf. Es ist also alles gut gegangen. «Aber ehrlich gesagt: Jetzt, da ich den Weg kenne, weiss ich nicht, ob ich ihn noch einmal einschlagen würde», gibt Breitler zu.

Nach dem Sport
IST VOR DEM BERUF

Bei manchen Berufen ist der Umstieg unumgänglich – das wissen Sportlerinnen und Sportler nur zu gut

VON ERIK BRÜHLMANN

Im Leben jedes Spitzensportlers kommt der Tag, an dem die Karriere zu Ende ist – Körper und manchmal auch Geist machen nicht mehr mit. Fussballtorhüter können diesen Moment zuweilen bis zum 40. Lebensjahr hinausschieben, für Kunstturner kommt er in der Regel zehn Jahre früher. Preis- und Werbegelder, wie sie Roger Federer einstreicht und die für ein ganzes Leben reichen, sind für die meisten Spitzensportler unerreichbar. Es bleibt ihnen daher nichts anderes übrig, als sich nach der Karriere einen neuen Job zu suchen.

«Für Spitzensportler ist es nicht einfach, in der Berufswelt Fuss zu fassen», sagt Karin Rauber, Bereichsleiterin Sportschulen und Karriereplanung bei Swiss Olympic, «gerade wenn sie sich ganz auf die Karriere konzentrieren und nicht als Halbprofis immer ein gewisses ziviles Arbeitspensum leisten.» Um Sportlern den Erfolg in der Berufswelt zu erleichtern, betreibt der Sport-Dachverband seit 2001 das Swiss Olympic Athlete Career Programme. Es ist in die Bereiche Education, Life Skills und Employment unterteilt. «Education hilft jungen Sportlern dabei, Ausbildung und Sport zu koordinieren und miteinander in Einklang zu bringen, denn auch Sportler können nicht auf eine Berufsausbildung verzichten», sagt Karin Rauber. «Employment hilft bei der Vermittlung von Stellen und Praktika im Hinblick auf die Nach-Sport-Karriere. Im Bereich Life Skills schliesslich behandeln wir Themen, die für Sportler wichtig sind: Sponsorensuche, Ernährung, mentale Vorbereitung, Planung der Sportkarriere, Versicherungen und so weiter.» Die Dienste richten sich an Sportler, die entweder im Besitz einer Swiss Olympic Card sind – aktuell etwa 310 Athleten – oder die einer regionalen oder nationalen Fördereinrichtung angehören.

Nur wenige bleiben nach der Karriere mit dem Sport verbunden

Das Klischee des Sportlers, der sich ausschliesslich aufs Rennen, Fechten oder Kunstturnen konzentriert, ohne auch nur einen Gedanken an die Zukunft zu verschwenden, ist zwar weit verbreitet, aber nicht richtig. «Es ist mittlerweile in der Sportwelt bekannt, dass es auch ein Leben danach geben muss», sagt Karin Rauber. Das sei auch gesellschaftlich bedingt, weil eine Ausbildung in der Schweiz einen grossen Stellenwert habe. «Oft bestehen auch die Eltern darauf, dass der Nachwuchs irgendeinen Abschluss macht.» Zu unterscheiden sei zudem zwischen Spitzenathleten der publikumswirksamen Sportarten und denen der Randsportarten. «Erstere werden oft von Managern und Beratern unterstützt – der Umstieg fällt ihnen entsprechend leichter.» Sicher sei, dass Ausbildung und Erfolg einander nicht ausschliessen müssten. «Nicola Spirig ist dafür das beste Beispiel», sagt Karin Rauber. Die Triathletin ist studierte Juristin. Der Ex-Tottenham-Spieler Ramon Vega wiederum ist heute in der Finanzwelt äusserst erfolgreich; schon während seiner Zeit bei den Zürcher Grasshoppers durchlief er eine Ausbildung auf der Bank, nach der Karriere gründete er mit zwei Kollegen seine eigene Vermögensverwaltungsfirma. Dass Sportler nach der Karriere irgendwo in einer Jugendabteilung, als Werbeträger oder Trainer unterkommen, ist übrigens die Ausnahme: «Die allermeisten gehen anschliessend einem normalen Beruf nach.»

Nicht jeder Sportler kann oder will die Hilfe von Swiss Olympic in Anspruch nehmen – und nicht jeder ist, trotz allem, auf das Leben danach vorbereitet. «Selbst wenn ein Sportler eine Lehre abgeschlossen hat, bleibt es für ihn auf dem Arbeitsmarkt schwer», weiss Patrick Zufferey, Personalvermittler beim Zürcher Personalbüro Buchmann & Partner. «Es fehlen einfach die Berufserfahrung und das Wissen um die Mechanismen auf dem Arbeitsmarkt.» Buchmann & Partner bieten seit diesem Jahr das Programm «Schlusspfiff» an, das sich speziell an Sportler richtet, die auf dem Arbeitsmarkt Fuss fassen wollen. Zufferey: «Wir betätigen uns seit langem bei der Wiedereingliederung von Menschen mit besonderen Lebensumständen aller Art. Dabei waren wir auch immer wieder mit Sportlern konfrontiert – und wir beschlossen, für ihre Bedürfnisse ein Programm zu entwickeln.»

Wer sich nicht schon während der Karriere auf deren Ende einstellt – auch gedanklich –, stehe im ersten Moment oft vor einem grossen Nichts. Das gelte besonders für Sportler, die durch eine Verletzung zum vorzeitigen Rücktritt gezwungen würden. «Nur schon das Wegfallen des täglichen Trainingsprogramms und der Zwang, die neu gewonnene Zeit füllen zu müssen, kann zum Problem werden», sagt Patrick Zufferey. «Schlusspfiff» ist deshalb nicht einfach eine Stellenvermittlung, sondern ein individuelles Case-Management. «Zuerst einmal muss man den Kunden ‹marktkonform› bekommen: Seine Unterlagen müssen auf den neusten Stand gebracht und er selber auf Vorstellungsgespräche vorbereitet werden, und er muss sich seiner Stärken und Schwächen bewusst sein.» Dieser Prozess kann drei bis sechs Monate dauern und für einen Sportler eine riesige Herausforderung darstellen – man darf nicht vergessen, dass ein Sportler unter Umständen seit der Lehre nie mehr im zivilen Berufsleben stand.

Roger Berbig

VOM FUSSBALL-PLATZ IN DIE ARZTPRAXIS

Roger Berbig ist eine Ikone der Zürcher Grasshoppers. Mit ihm als Torhüter erreichte der Club 1977/78 den Halbfinal im Uefa-Pokal und erzielte zwischen 1982 und 1984 mit drei verschiedenen Trainern den Meisterschafts-Hattrick. Nach diesem Erfolg beendete Berbig mit 30 Jahren seine Karriere und wurde Chirurg. «Ich hatte das grosse Glück, während meiner Sportlerkarriere das Medizinstudium absolvieren zu können», sagt Berbig. «Daher gestaltete sich der Umstieg ins Zivilleben problemlos.» Auf den Beruf kam er als Patient: «Nach der Matura wusste ich nicht, welchen Beruf ich ausüben möchte. ‹Zum Glück› musste ich dann dreimal ins Spital, da fiel mein Entscheid: Ich schätze den Kontakt zu Menschen, mag die Naturwissenschaften und arbeite gern mit den Händen. Der Entscheid war klar: Ich wollte Chirurg werden.» Heute arbeitet Berbig als Chirurg in der Privatklinikgruppe Hirslanden und resümiert: «Ich würde alles noch einmal gleich machen.»

Brigitte Oertli

VON DER SKIPISTE INS SCHULZIMMER

Brigitte Oertli stand immer im Schatten bekannterer Teamkolleginnen wie Maria Walliser oder Vreni Schneider – zu Unrecht, denn sie war eine der komplettesten Fahrerinnen. Als eine von wenigen Athletinnen errang sie Podestplätze in allen Disziplinen und in der Kombination. Zwei olympische Silbermedaillen in Calgary 1988 und eine Bronzemedaille an den Weltmeisterschaften in Vail 1989 vervollständigen ihr Palmarès. 1990 trat Brigitte Oertli 28-jährig vom Skisport zurück. «Man ist im eigentlichen Sinn arbeitslos», erinnert sie sich, «und das Thema Familiengründung wird auch recht schnell aktuell – schliesslich hat man nach der Karriere schon ein gewisses Alter.» Der Umstieg ins Zivilleben sei ihr aber gut gelungen. Zunächst betrieb sie fünf Jahre lang ein eigenes Fitnessstudio, organisierte Reisen im Ausland und arbeitete als Co-Kommentatorin für das Schweizer Fernsehen. «Als ich meinen heutigen Lebenspartner vor rund zehn Jahren kennen lernte, gründeten wir bald unser Unternehmen Swiss Marketing Academy. Heute sind wir Marktleader im Bereich Erwachsenenbildung für Marketing, Verkauf und Kommunikation.» Rückblickend sei sie zufrieden: «Wüsste man, wie es ausgeht, könnte man natürlich immer etwas anders machen. Aber ich kann meinen Sohn, meine Beziehung und unser Geschäft in Einklang halten. Daher ist es gut so, wie es ist!»

Anita Weyermann

VON DER LEICHTATHLETIK ZUM RADIO

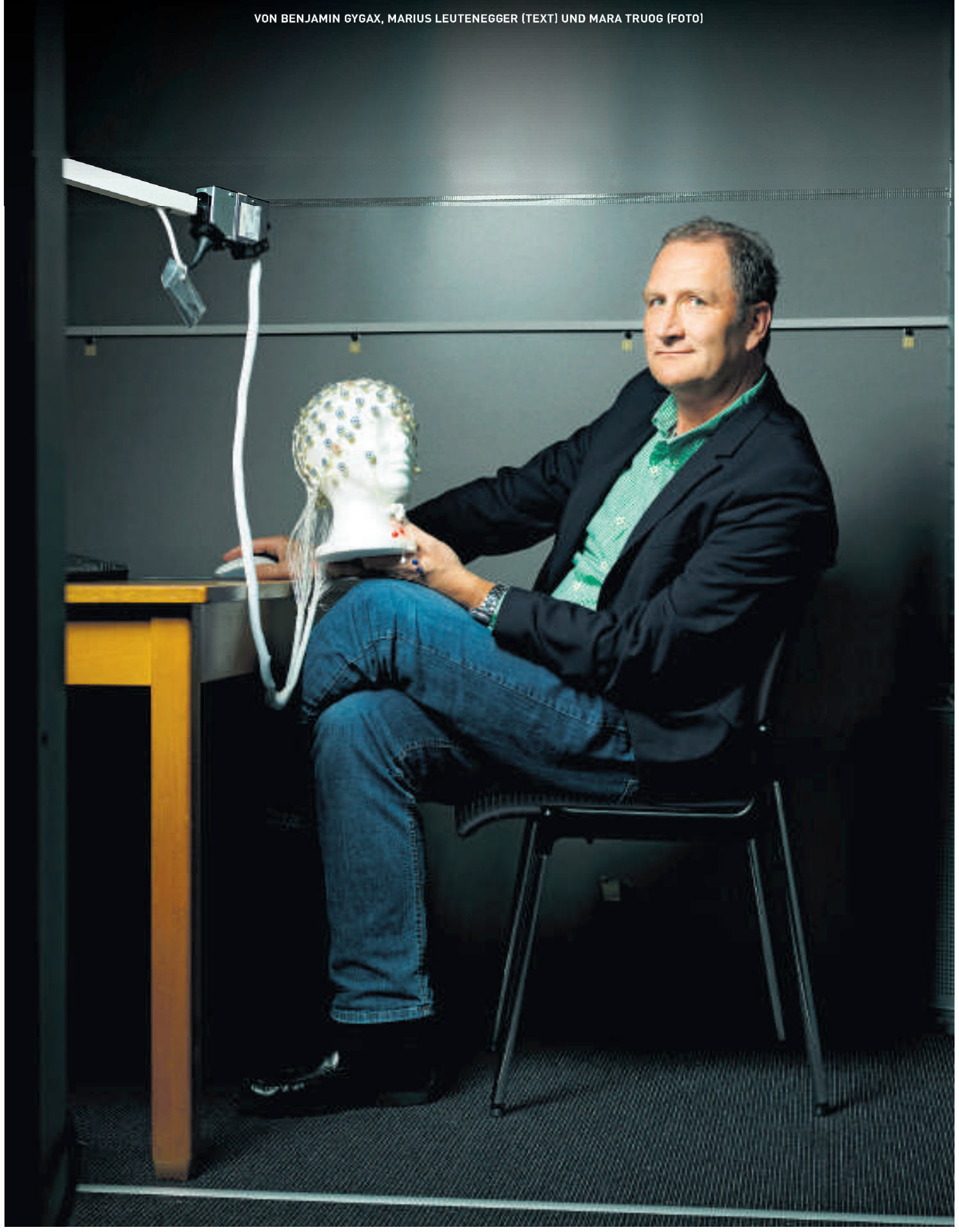
«Gring ache u seckle» – so kommentierte Anita Weyermann 1997 den Schlussspurt an den Leichtathletik-Weltmeisterschaften in Athen, der ihr die Bronzemedaille über 1500 Meter einbrachte. Die Laufschuhe hängte die 1977 in Wynigen geborene Spitzensportlerin 2008 an den Nagel. Noch im selben Jahr begann sie ein Volontariat bei Radio BeO. «Ich habe sofort eine Herausforderung gesucht», sagt sie. Davor absolvierte sie bereits eine Ausbildung in Sportmarketing und ein Wirtschaftsstudium. Weshalb dann der krasse Wechsel zu den Medien? «Weil der Beruf als Radioredaktorin abwechslungsreich ist. Ausserdem bin ich seit letztem Jahr Mutter und kann den Job auch in einem Teilzeitpensum bewältigen.» Würde sie rückblickend etwas anders machen wollen? «Ganz klar: nein!»

FOTOS: MARKUS BERTSCHI, CLAUDIA DETTMAR, PAOLO FOSCHINI, RDB, KEYSTONE (2)

«Wollen mal Können mal Möglichkeit»

Wer umsteigen will, muss lernen. Professor **Lutz Jäncke**, Neuropsychologe an der Universität Zürich, sagt, wie man das lebenslang tun kann

VON BENJAMIN GYGAX, MARIUS LEUTENEGGER (TEXT) UND MARA TRUOG (FOTO)



Lutz Jäncke, was ist «Lernen»?
Die Ursprungsdefinition des Lernens kommt aus der Psychologie: «Lernen ist jede reversible Verhaltensänderung, die durch Erfahrung eingeleitet wird.» Reversibel bedeutet, dass wir etwas wieder vergessen oder verlernen können. Damit wird das Lernen abgegrenzt von der Prägung, die durch Erfahrung eingeleitet wird, nur in sensiblen Perioden stattfindet und kaum reversibel ist.

Man sagt, man verlerne das Velofahren nie – diese Fähigkeit ist also nicht «erlernt», weil sie nicht reversibel ist?
Das führt zu einem interessanten Punkt: Wir unterscheiden verschiedene Formen des Lernens. Das Fahrradfahren gehört zu einer Form, die wir als prozedurales Lernen bezeichnen: Learning by Doing. Es findet mehr oder weniger unbewusst statt, und das Gelernte kann auch unbewusst abgerufen werden. Dazu gehören Abläufe, Regeln und Konditionierungen. Prozedurales Lernen gelingt uns bis ins hohe Alter gleich gut, sogar dann, wenn schwere Amnesien oder Demenzen vorliegen. Wenn Sie Ihre Wohnung gut kennen, werden Sie automatisch immer an die richtigen Stellen gelangen und dann auch die passenden Geräte richtig bedienen können. Das Gegenstück zu dieser Form des Lernens ist das bewusste Lernen.

«Wer mit 20 intelligent ist, ist es wahrscheinlich auch noch mit 80»

Warum gibt es verschiedene Formen des Lernens, die unterschiedlich funktionieren?
Dahinter steckt wohl ein evolutionärer Prozess, denn es ist ein Vorteil, verschiedene Gedächtnissysteme zu haben: Das prozedurale Gedächtnis befähigt dazu, etwas zu lernen, ohne dass man dazu bewusste Kontrollkapazitäten aufwenden muss. Und es ist weitgehend unabhängig von der Intelligenz. Damit können alle Menschen Dinge lernen, die verhaltens- und überlebensrelevant sind.

Wie funktioniert denn das bewusste Lernen?
Das bewusste Lernen ist vermutlich eine typisch menschliche Variante. Wir unterscheiden zwei bewusste Gedächtnissysteme: das semantische Faktengedächtnis und das episodische Gedächtnis. Im Faktengedächtnis speichern wir Fakten ab, zum Beispiel: H_2O ist Wasser. Mit diesem Wissen passiert aber nicht viel, weil es mehr oder weniger unvernetzt ist. Im Episodengedächtnis speichern wir hingegen Zusammenhänge: Wer hat was wann mit wem gemacht. Dabei verkoppeln wir die Informationen und die daran beteiligten Gehirnregionen. Auch wenn eine Episode gespickt ist mit Informationen, behält man sie besser als reines Faktenwissen, weil sie mit Leben gefüllt ist.

Es heisst ja stets, Kindern würde das Lernen viel leichter fallen – daher gibt es ja auch die Forderung nach Frühenglisch. Gleichzeitig liest man, lebenslanges Lernen sei kein Problem. Was nun?
Natürlich können Kinder sehr viel lernen. Wo nicht viel drin ist, kann man schneller etwas hineinlernen. Man kann aber Lernstrategien und Gewohnheiten bis ans Lebensende pflegen. Leute, die mit 20 intelligent sind, sind mit grosser Wahrscheinlichkeit auch mit 80 noch intelligent. Sie entwickeln oft auch den Antrieb, sich das Leben lang mit komplizierten Sachen zu beschäftigen und so ihr Leben zu gestalten. Eine interessante Erkenntnis der kognitiven Psychologie lautet: Menschen, die bis ins hohe Alter Wissen erwerben, haben ein differenziertes semantisches Gedächtnisnetzwerk. Sie verfügen über eine sehr gute semantische Gedächtnisleistung und können sogar schneller als Junge lernen. Das kann man anhand eines Bildes leicht verstehen: Knüpfen Sie in Ihrem Fachgebiet ein Netzwerk an Wissen, ist das wie ein Fischernetz. Je enger das Netz geknüpft ist, desto eher bleiben darin auch passende Informationen hängen. Im Rahmen einer Längsschnittstudie von Kollegen in Seattle wurden Menschen in drei Altersgruppen während sieben Jahren untersucht – von 60 bis 67, 67 bis 84 und 84 bis 93 Jahren. Es wurde geprüft, wie sich ihre Intelligenz verändert. Das Erstaunliche war, dass bei den jüngeren Alterskohorten über zwei Drittel der Leute ihre Intelligenz nicht veränderten. Bei den älteren bis 93 waren noch über 50 Prozent stabil. Insgesamt verschlechterten ungefähr 20 bis 30 Prozent ihre Leistung, 8 bis 10 Prozent aber verbesserten sie. Es gibt eben ganz unterschiedliche kognitive Alterungsprozesse. Wir fragen uns nun in unserer Forschung: Warum gelingt es einer relativ grossen Gruppe, bis ins hohe Alter geistig rege zu bleiben? Und warum gelingt es einer kleinen Gruppe, sogar noch besser zu werden?

LUTZ JÄNCKE

Professor Lutz Jäncke forscht und lehrt seit 2002 als Ordinarius am Lehrstuhl für Neuropsychologie an der Universität Zürich. Er untersucht hauptsächlich die funktionelle Plastizität des menschlichen Gehirns und setzt dazu moderne bildgebende Verfahren und Hirnstimulationsmethoden ein. Seine Erkenntnisse hat er in über 250 Beiträgen in wissenschaftlichen Zeitschriften publiziert.

Was macht diese Gruppe denn besser als andere?
Dazu haben wir erst Hypothesen. Alle Daten deuten aber darauf hin, dass die erfolgreich Alternden geistig rege sind, indem sie zum Beispiel Musikinstrumente spielen, dass sie sozial und körperlich aktiv sind. Im Moment sind das erst Korrelationen. Wir müssen jetzt herausfinden, ob es wirklich um Ursachen und nicht um Folgen geht. Das können wir nur über Längsschnittuntersuchungen.

Wieso muss ich Sport treiben, um geistig rege zu bleiben?
Natürlich wissen wir schon lange, dass in einem gesunden Körper ein gesunder Geist wohnt; das ist der körperliche Aspekt. Aber wenn Sie Sport machen, müssen Sie auch eine psychologische Funktion trainieren: Selbstdisziplin. Die ist enorm wichtig, denn diese brauchen Sie für alles.

Und wieso sind soziale Kontakte so bedeutend?
Wir denken immer, der Austausch mit anderen passiere nebenbei – dabei ist er enorm anspruchsvoll. Das Gehirn glüht förmlich auf, wenn zwei Menschen miteinander sprechen. Sie müssen zuhören, den Sprachstrom analysieren, die Bedeutungen herausfiltern, im Gedächtnis ablegen, mit bereits Gespeichertem vergleichen, selbst formulieren. Deshalb sind soziale Kontakte gut fürs Gehirn.

Hat man das Gedächtnis vernachlässigt, kann man wieder aufholen?
Das ist nicht einfach. Neurophysiologisch betrachtet sprechen wir von «use it or lose it». Viele Untersuchungen deuten aber darauf hin, dass man Netzwerke wieder hochfahren kann, wenn auch nicht mehr ganz auf das Niveau, das man in der Jugend hatte. Die gute Botschaft lautet demnach: Auch mit 50 Jahren oder später können Sie noch etwas lernen.

«Bei sozialen Kontakten glüht das Gehirn förmlich auf»

Was braucht es, damit wir auch in diesem Alter noch lernen?
Die Formel für Leistungsfähigkeit lautet «Wollen mal Können mal Möglichkeit». Wollen bezeichnet die Motivation – und sie steht an erster Stelle, weil ohne sie gar nichts geht. Motivation kann man in bestimmten Grenzen durch Üben verändern, man kann sie aber auch durch Massnahmen wecken. Noch vor zehn Jahren war unser Bild von älteren Menschen viel negativer. Wenn man nur daran dachte, in Rente zu gehen, wurde man schon leicht depressiv. Wir müssen die Vorstellung von «nichts tun» oder «keine Bedeutung mehr haben» wegräumen – durch gesellschaftspolitische und berufspolitische Schritte, die älteren Menschen ermöglichen, weiterhin Aufgaben zu übernehmen. Ich fände es gut, wenn wir nicht länger dem Altersmodell aus den 1960er-Jahren nachleben würden: Mit 65 gehe ich in Rente und füttere die Enten.

Ist der berufliche Umstieg eine Möglichkeit, sich neu zu motivieren?
Ältere Menschen können mit Sicherheit umsteigen, und der Umstieg kann auch eine Motivationsspritze sein. Es gibt ja erfolgreiche Beispiele. Allerdings sind die wenigen, die einen Umstieg geschafft haben, sicher eher besonders – zum Beispiel der Herzchirurg aus Zürich, der Lastwagenfahrer wurde.

Das war grob gesagt eine berufliche Vereinfachung. Gibt es auch das Umgekehrte, dass der Lastwagenfahrer Herzchirurg wird?
Das wird schwierig. Der Herzchirurg braucht besondere motorische Fähigkeiten, und auch jüngere Herzchirurgen müssen sich überlegen, ob sie mit 55 noch operieren können. In anderen Berufen ist ein Umstieg aber schon möglich. Ein 50-jähriger Mensch kann ein Studium beginnen, erfolgreich abschliessen und auch im Beruf Fuss fassen. Bei uns arbeitet zum Beispiel eine 55-jährige Studentin gerade an ihrem Master. Sie ist eine Vorzeigestudentin, liest alles, ist immer vorbereitet – und wird auch einen Job finden.

ILLUSTRATION: MARTIN HAAKE

Nach vorn schauen

Verlieren ältere Arbeitnehmende ihren Job, ist oft eine berufliche Neuorientierung nötig

VON MARKUS GANZ

«50 plus» steht in der Werbebranche für eine attraktive, da konsumfreudige und eher vermögende Altersgruppe. Im Arbeitsmarkt kommt diese Bezeichnung jedoch einem Stigma gleich: Man gehört zum alten Eisen und eignet sich kaum mehr für einen neuen Job. Im August 2012 waren bei den Regionalen Arbeitsvermittlungszentren (RAV) schweizweit 27 422 Arbeitslose eingeschrieben, die über 50-jährig sind. Zahlen aus dem Kanton Zürich belegen, dass sie es besonders schwer haben, sich wieder in den Arbeitsmarkt einzugliedern. Sie benötigen durchschnittlich drei Monate länger als die Jüngeren, einen neuen Job zu finden; ihr Risiko, ausgesteuert zu werden, ist zudem deutlich höher. Edgar Spieler, Bereichsleiter Arbeitsmarkt beim kantonalzürcherischen Amt für Wirtschaft und Arbeit, warnt jedoch vor Verallgemeinerungen. «Die Bezeichnung 50 plus lässt eine einheitliche Gruppe vermuten. Doch dahinter verbergen sich grosse individuelle Unterschiede.»

Die Vorbehalte von Personalchefs gegenüber älteren Stellensuchenden gründen vor allem in der Annahme, diese seien nicht mehr so leistungsfähig und flexibel. Tatsächlich gibt es auch heute noch Personen, die einen Beruf erlernt und bis zur Entlassung ausgeübt haben, ohne sich je weiterzubilden. Wer sein Leben lang auf dem Bau schuftete, kann oft aus gesundheitlichen Gründen nicht mehr dort arbeiten. In anderen Branchen sind ältere Angestellte manchmal dem Stress nicht mehr gewachsen, der zum Beruf gehört. Oder sie haben den Bezug zur Kundenzielgruppe verloren. Oft haben ältere Angestellte auch Lücken im Wissen, weil sie den Entwicklungen – vor allem im Computerbereich – nicht gefolgt sind. Oder der technische Fortschritt hat ihren Beruf schlicht überflüssig gemacht.

Ältere Arbeitnehmer haben viel Erfahrung und gelten als besonnen

Es gibt also Gründe, warum es Ältere auf dem Arbeitsmarkt schwer haben. Kritisiert wird aber, dass viele Arbeitgeber die speziellen Qualitäten von älteren Angestellten zu wenig berücksichtigten. Der im Juni verstorbene Unternehmer und Nationalrat Otto Ineichen etwa befand, die Schweizer Wirtschaft könne es sich angesichts des Fachkräftemangels schlicht nicht leisten, auf den beruflichen Erfahrungsschatz dieser Altersgruppe zu verzichten. Dazu passend empfehlen die Laufbahnberater Brigitte Reemts Flum und Toni Nadig älteren Stellensuchenden, sie sollten «Mit Erfahrung punkten», wie sie ihr Buch zum Thema «Berufliche Neuorientierung mit 50+» betitelt haben. Die beiden Autoren, die Partner im Zürcher Outplacement-Beratungsunternehmen Dr. Nadig + Partner AG sind, sehen bei älteren Arbeitnehmenden nicht nur Vorteile bezüglich Berufs- und Lebenserfahrung, sondern auch hinsichtlich Qualitäten wie Urteilsfähigkeit und Besonnenheit.

Gerade bei einer «unfreiwilligen Neuorientierung» rät Toni Nadig zu einem behutsamen Vorgehen. «Wer entlassen wird, empfindet dies meistens als Katastrophe und Kränkung. Die Versuchung ist gross, den ehemaligen Arbeitgeber anzuschwärzen, sich krankschreiben zu lassen oder ein halbes Jahr Ferien zu machen. Doch das wäre kontraproduktiv und würde potenzielle neue Arbeitgeber abschrecken.» Erst wenn die eigene Situation verarbeitet sei, werde man wieder handlungsfähig. Man dürfe aber nicht der weit verbreiteten Meinung verfallen, in diesem Alter finde man keine Stelle mehr – «sonst verhält man sich so, dass man wirklich nichts findet». Dann müsse man sich über die eigenen Bedürfnisse klar werden, da sich diese mit dem Alter änderten. Schliesslich gehe es auch noch darum, den Arbeitsmarkt zu analysieren: «Umstrukturierungen können auch neue Chancen bringen. Man muss das aktuelle Jobangebot kennen, denn in einem anderen Berufsbereich sind vielleicht Eignungen gefragt, die man bisher vielleicht noch nicht eingesetzt hat.»

Nach der Kündigung lange Ferien zu machen, ist kontraproduktiv

Auch wer eine Neuorientierung in die eigenen Hände nimmt, darf andere Schritte nicht vergessen. Wie allgemein bei drohender Arbeitslosigkeit ist es wichtig, dass man möglichst rasch das zuständige RAV kontaktiert. Dieses kann einen schon während der Kündigungsfrist beraten und bei der Stellensuche unterstützen. Mit eigenen Programmen und Kursen kann es berufliche Defizite ausgleichen oder bestehende Fähigkeiten stärker hervorheben, damit man wieder fit wird für den Arbeitsmarkt. Diese Unterstützung wird zunehmend auf die Altersgruppe 50 plus ausgerichtet. «Wir erarbeiten jetzt ein Konzept, welches das spezifische Knowhow der RAV bündelt», verrät Edgar Spieler vom Amt für Wirtschaft und Arbeit. Man darf vom RAV jedoch nicht erwarten, dass es eine Weiterbildung und gar eine neue Ausbildung finanziert, wenn man ein neues Berufsziel gefunden hat. Spieler: «Hat ein Arbeitsloser im bisherigen oder in einem verwandten Berufsfeld Chancen, ist das nicht angezeigt. Bildung wird nur finanziert, wenn ein Arbeitsloser zusätzliche Qualifikationen benötigt, um eine Chance auf dem Arbeitsmarkt zu haben.»

Als ergänzende Dienstleistung bietet die von Otto Ineichen gegründete Stiftung Speranza seit März dieses Jahres spezifische Unterstützung für Stellensuchende ab 50 Jahren. Das Programm heisst «Passerelle 50 plus»; die meisten Teilnehmenden sind vom RAV oder den Sozialdiensten weitergeleitet worden, diese Einrichtungen übernehmen auch die Kosten. Das Programm umfasst zwei Hauptteile. In einem ein- bis zweitägigen Assessment wird mit diagnostischen Verfahren eine Einschätzung der persönlichen Situation vorgenommen. Anhand der Ergebnisse werden realistische berufliche Ziele definiert und wird ein Massnahmenplan erarbeitet. Im Mittelpunkt der Dienstleitung steht dann die Jobintegration. Vermittler, die im jeweiligen regionalen Arbeitsmarkt gut vernetzt sind, suchen während maximal drei Monaten nach Lösungen für einen erfolgreichen Wiedereinstieg ins Berufsleben. «Wichtig ist, dass wir uns nicht auf Stelleninserate abstützen, sondern einen direkten Draht zu Arbeitgebern haben», erklärt Markus Blättler, Leiter «Passerelle 50 plus» und Mitglied der Geschäftsleitung Stiftung Speranza. «Wir verstehen uns als Vermittler zwischen Arbeitsuchenden und Firmen – und nehmen beide Seiten ernst.»

HILFE VON DER FIRMA

Kündigungen belasten auch Unternehmen. Eine sofortige Trennung mit goldenem Fallschirm für den Entlassenen kommt nur selten infrage, deshalb müssen die Firmen nach Aussprechen der Kündigung mit geringerer Arbeitsmoral, Loyalität und Produktivität rechnen; es kann auch zu Gerichtsfällen und zu unerwünschten Abgängen von Kollegen des Gekündigten kommen.
Um solche Nachteile zu vermeiden, bieten vor allem grössere Firmen den Entlassenen ein kostenloses Outplacement-Programm zur Suche eines neuen Jobs an – eine Art individuelle Karrierenberatung. Einige Grossfirmen haben dafür eigene Abteilungen, meist aber werden dafür spezialisierte externe Firmen wie Lee Hecht Harrison, Dr. Nadig und Partner oder Grass & Partner beauftragt. Ein solches Outplacement kommt in der Regel nur höheren Angestellten zugute. Im Bereich «50 plus» wird mit einer Dauer von einem halben Jahr und Kosten gegen 30 000 Franken gerechnet.

ANZEIGE

zh aw
Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften
IAP Institut für Angewandte Psychologie

Weiterbildungskurse
Wir lehren, was wir beraten und forschen.

Mit Weiterbildung und Beratung fördert das IAP seit 1923 auf der Basis von wissenschaftlich fundierter Psychologie die Kompetenzen von Menschen und unterstützt sie dabei, verantwortlich und erfolgreich zu handeln. Unsere kompakten Weiterbildungskurse decken vielfältige Themen ab wie:

→ **Führung & Change Management**
→ **Persönlichkeit, Kommunikation & Verhandlungstraining**
→ **Konfliktmanagement & Mediation**
→ **Human Resources & Ausbildungsmanagement**

Teilnehmende lernen etwa im kompakten Kurs «Neuropsychologische Konzepte in der Führung», neurowissenschaftliche Erkenntnisse in das aktive Gestalten des Führungsalltags zu integrieren. Der Kurs befähigt Führungskräfte, ihr eigenes Verhalten und das ihrer Mitarbeitenden zu analysieren, zu reflektieren und falls nötig Veränderungen bei sich vorzunehmen. Führungsthemen wie Emotionen, Selbstmanagement, Kommunikation, Motivation und Innovation bilden die Schwerpunkte. Erfahren Sie online mehr dazu.

Informieren Sie sich und nutzen Sie unser Weiterbildungsangebot für ein wirkungsvolles Handeln im Beruf und im privaten Umfeld.

Information und Anmeldung

IAP Institut für Angewandte Psychologie
Merkurstrasse 43, 8032 Zürich
Telefon +41 58 934 83 33
info.iap@zhaw.ch
www.iap.zhaw.ch/wbki

Sämtliche Weiterbildungskurse finden Sie online.

Karrierechance Pfarrer

Der Mangel an Pfarrleuten ist eklatant – und wird immer grösser: 2011 schlossen in der Schweiz zum Beispiel gerade einmal 21 reformierte Theologinnen und Theologen ihr Lernvikariat ab, gleichzeitig wurden 59 Pfarrpersonen pensioniert. Die Berufsaussichten für Pfarrer sind folglich glänzend. Wer bereits einen Bachelor- oder Master-Abschluss in der Tasche hat, kann quer in den Beruf einsteigen – und zwar über einen einjährigen theologischen Vorkurs auf Bachelor-Niveau und den anschliessenden Master-Studiengang am Institut für Gemeindebau und Weltmission (IGW) in Zürich. Die Ausbildung wird mit dem international anerkannten Hochschulabschluss Master of Theology (Unisa) abgeschlossen. Er wird von der University of South Africa verliehen, der grössten Fernuniversität der südlichen Halbkugel. **igw.edu**

Kurs für Umsteiger

Sie wissen, dass Sie neue Segel setzen wollen – aber noch nicht, wohin die Reise gehen soll? Auch für solche Fälle gibt es viele Angebote. Das Berufs- und Weiterbildungszentrum Brugg zum Beispiel veranstaltet den dreitägigen Kurs «Berufliche Neuorientierung oder Wiedereinstieg?». Die Teilnehmenden erstellen ein persönliches Profil, setzen sich mit ihren Interessen und Wünschen auseinander, erarbeiten Perspektiven – und planen die nächsten Laufbahnschritte. **bwzbrugg.ch**

Kurs für Wiedereinsteiger

Eine weitverbreitete Form des Umstiegs ist der Wiedereinstieg: Bis jetzt hat sich die Frau vollamtlich um den Haushalt gekümmert, nun will sie ... ja was eigentlich? Seit vielen Jahren finden Frauen darauf Antworten im Bildungsgang «Weiterbildung in der Familienphase» der EB Zürich. An 39 Kurstagen, verteilt über ein Jahr, ziehen sie Bilanz; sie bilden sich weiter – etwa in Rhetorik oder Arbeitstechnik – und setzen sich Ziele, die sie mit Unterstützung der Kursleiterinnen gleich konkret anstreben. **eb-zuerich.ch**

Kurs für umsteigende Kaderleute

Auch erfahrene Führungspersönlichkeiten fragen sich zuweilen: Wie weiter? Soll ich jetzt auf dem voraussichtlichen Zenit meiner Karriere einfach das Erreichte verwalten – oder noch einmal etwas Neues anpacken? Was kann und muss ich jetzt noch lernen? Fragen wie diese können Kaderleute, die über 50 Jahre alt sind, im Kurs «Neue Perspektiven für Very Experienced Persons» der Universität St. Gallen beantworten. An neun Präsenztagen reflektieren sie über das bislang Geleistete, über neue Ziele oder die eigenen Ressourcen und Bedürfnisse. Dass sich das Seminarangebot an erfolgreiche Leute richtet, zeigt auch die Kursgebühr von 8700 Franken. **es.unisg.ch/vep**

UMSTEIGEN, BITTE!

Vor allem in Branchen, in denen es an Fachleuten mangelt, sind Quereinsteiger gern gesehen – und sie werden dort manchmal fast vergoldet

VON MARIUS LEUTENEGGER

Der Kluge bildet sich weiter im Zuge

Der Boom des öffentlichen Verkehrs hat auch Schattenseiten. Eine davon ist, dass die SBB schon fast verzweifelt Personal suchen müssen; in diesem Frühjahr starteten sie gar eine Rekrutierungskampagne in Frankreich. Quereinsteiger haben bei der Bahn also besonders gute Karten. Wer Lokführer oder Lokführerin werden will, sollte maximal 30 Jahre alt sein und eine abgeschlossene Berufslehre oder eine Matura vorweisen können; angehende Zugverkehrsleiter dürfen auch 40 Jahre alt sein, Reisezugbegleiter sogar noch älter. Die Ausbildung erfolgt in der Regel zum vollen Lohn. **login.ch**

Lehren lernen

Lange Ferien, kurze Arbeitstage, beste Sozialleistungen, Ausflüge, ein abwechslungsreicher Alltag: So stellen sich manche den Lehrberuf vor. Die Wirklichkeit ist natürlich eine andere, aber der Beruf bleibt trotzdem attraktiv. Weil es immer wieder an Lehrern mangelt – und sich dieser Mangel in den nächsten Jahren noch akzentuieren wird –, gibt es auch ein Angebot für Quereinsteiger. Es wird gemeinsam von der Pädagogischen Hochschule Zürich (PH) und dem Institut Unterstrass durchgeführt. Bis heute haben 200 Frauen und Männer ein entsprechendes Studium aufgenommen. Die Aufnahmekriterien sind allerdings streng: Man muss mindestens 30 Jahre alt sein und sowohl über Berufserfahrung als auch über einen Hochschulabschluss in einem zum Lehrberuf affinen Bereich verfügen. Eine Aufnahmekommission entscheidet dann, ob man zur Ausbildung zugelassen wird. **phzh.ch/Ausbildung/Quereinstieg_in_den_Lehrberuf/**

Schnell im Aussendienst

Der Versicherungsbranche geht es gut, und deshalb suchen die grossen Unternehmen immer wieder Quereinsteiger für den Aussendienst. Bei der Axa-Winterthur absolvieren Branchenneulinge eine Art dreimonatige Schnelllehre mit Schule und praktischer Arbeit; anschliessend können sich die jungen Aussendienstler auch zu eidgenössisch anerkannten Versicherungsfachleuten weiterbilden. **karriere.axa.ch**

ILLUSTRATIONEN: MARTIN HAAKE

Ausbildung für Spürnasen

Die berühmtesten Privatdetektive waren allesamt Selfmademen. Das Berufsfeld eignet sich offenbar für Quereinsteiger. Heute ist es gar noch einfacher, in diesem Bereich erfolgreich zu agieren – denn anders als zu Sherlock Holmes' Zeiten gibt es neuerdings auch viele Ausbildungsangebote für angehende Detektive. Der Fachverband Schweizerischer Privatdetektive kann aber nur eine einzige Schule guten Gewissens empfehlen: die Zentralstelle für die Ausbildung im Detektivgewerbe (ZAD) im deutschen Geldern. An das kombinierte Fern- und Direktunterrichtsprogramm schliessen ein zweijähriges Praktikum und eine Abschlussprüfung an. **z-a-d.de**

Traumberuf, doch noch

Fast alle träumten einst davon, mit Tieren zu arbeiten. Und viele bereuen, diesen Traum irgendwann aufgegeben zu haben. Für sie besteht Hoffnung: Der Schweizerische Verband für die Berufsbildung in der Tierpflege bietet eine je nach Vorwissen ein- bis zweijährige Ausbildung, an deren Ende man ein staatlich anerkanntes Zeugnis in der Hand hält. Die Hürden für die Zulassung sind allerdings hoch: Man benötigt eine abgeschlossene Grundbildung – und drei Jahre Erfahrung im Bereich der Tierpflege. Der Weg zum Traumberuf bleibt also lang. **tierpfleger.ch/berufsbildung/quereinstieg/**

Erfahrene Leute für die Psychiatrie

Und gleich noch ein Berufsfeld mit Personalmangel bietet Quereinsteigern interessante Chancen: das Gesundheitswesen. Ab 2013 bilden zum Beispiel die Psychiatrischen Dienste Aargau jährlich fünf Personen zwischen 30 und 45 Jahren auf dem zweiten Bildungsweg zur diplomierten Pflegefachperson HF aus. Gesucht werden Personen, die über eine abgeschlossene Ausbildung und mehrjährige Berufserfahrung verfügen. Speziell in der Psychiatrie wird die Berufs- und Lebenserfahrung von älteren Kandidaten sehr geschätzt – das zeigt sich auch darin, dass ein Ausbildungslohn von 3400 Franken ausbezahlt wird. **pdag.ch**

Informatiklehre für Erwachsene

Ein klassisches Tätigkeitsgebiet für Quereinsteiger ist die Informatik. Bis vor 20 Jahren kamen alle Berufsleute dieser Branche aus anderen Gebieten, die Einführung der Informatiklehre setzte aber neue Massstäbe – heute findet man ohne fundierte Ausbildung kaum noch eine Stelle. Da es der Informatikbranche aber weiterhin an guten Leuten mangelt, hat sie eine «Lehre für Erwachsene» entwickelt. Diese dauert zwei Jahre und kann nebenberuflich absolviert werden. Besonderer Vorteil: Auch Erwachsene ohne Erstabschluss werden aufgenommen, sie müssen einfach einen zusätzlichen Kurs absolvieren. **zli.ch/informatik-berufsumsteiger.html**