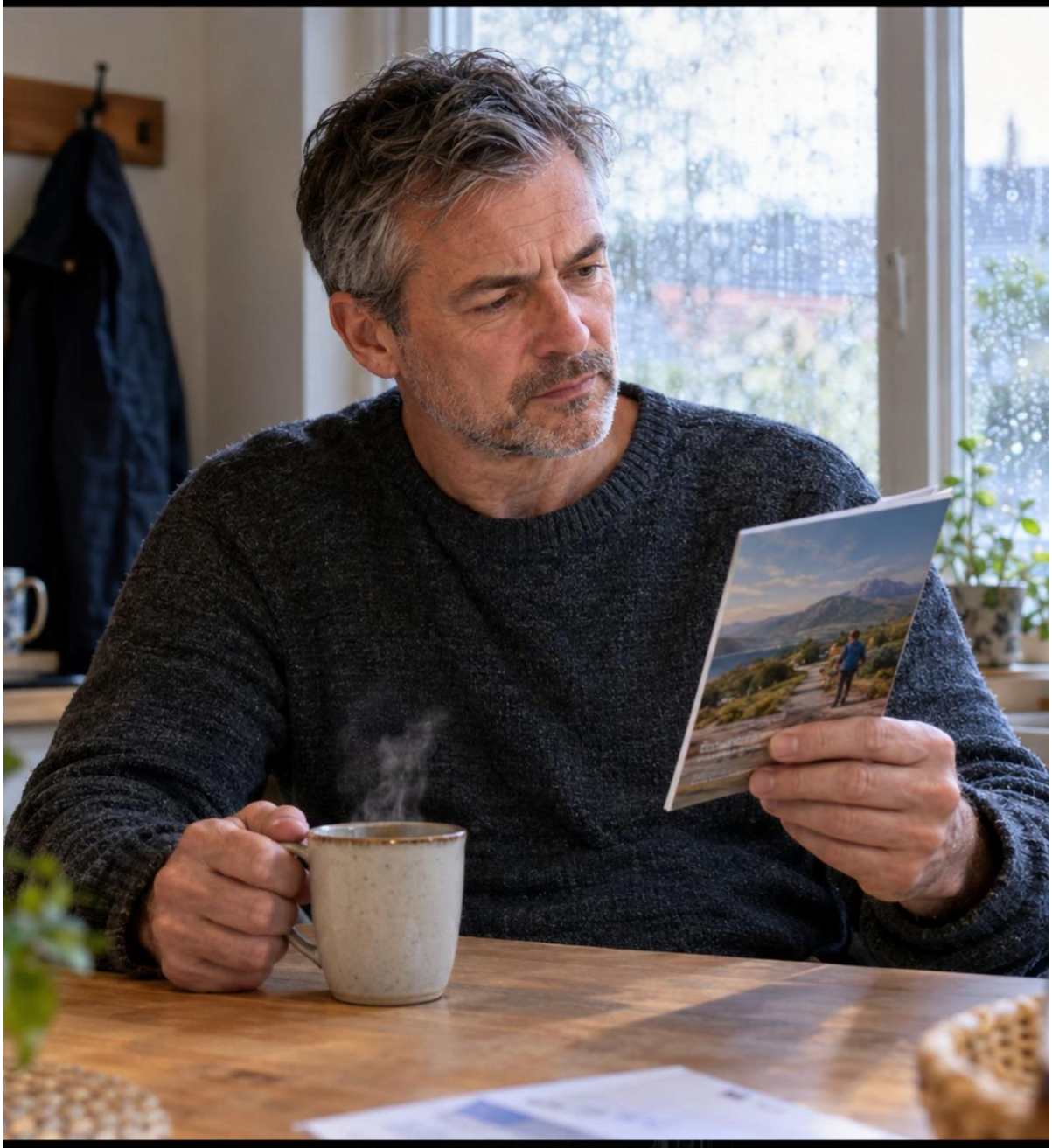
DIE ZWEITE CHANCE



Berufliche Neuorientierung als Chance – und der Weg zurück zu Selbstvertrauen

Erfolgsebook

DIE ZWEITE CHANCE

Berufliche Neuorientierung als Chance – und der Weg zurück zu Selbstvertrauen

Erfolgsebook

Andreas Schulze Verlag

Blog: https://erfolgsebook.com

Leseprobe

Inhaltsverzeichnis

Vorwort

Kapitel 1 Der Morgen danach

Kapitel 2 Die Kündigung im Kopf

Kapitel 3 Was bleibt, wenn der Titel geht

Kapitel 4 Die stille Wut

Kapitel 5 Die Frage, die niemand stellt

Kapitel 6 Der Tag, an dem nichts passierte

Kapitel 7 Die alten Geschichten

Kapitel 8 Was andere in dir sehen

Kapitel 9 Der leere Kalender

Kapitel 10 Die Nacht der Fragen

Kapitel 11 Der erste Schritt nach draußen

Kapitel 12 Die Absage

Kapitel 13 Die unerwartete Begegnung

Kapitel 14 Was in der Schublade lag

Kapitel 15 Der Mut, klein anzufangen

Kapitel 16 Die Kunst, nicht zu wissen

Kapitel 17 Der alte Weg

Kapitel 18 Was der Körper weiß

Kapitel 19 Die Geschichte von Herrn K.

Kapitel 20 Der erste Laib

Kapitel 21 Was aus den Händen kommt

Kapitel 22 Die Einladung

Kapitel 23 Das Gespräch

Kapitel 24 Die Fäden, die sich verbinden

Kapitel 25 Der Mann, der nicht aufgab

Kapitel 26 Die kleine Werkstatt

Kapitel 27 Das erste Nein

Kapitel 28 Die Angst vor dem eigenen Mut

Kapitel 29 Der Brief an die Firma

Kapitel 30 Die Antwort

Kapitel 31 Der Ort, an dem niemand fragt

Kapitel 32 Das Gespräch mit dem Fenster

Kapitel 33 Die Karte

Kapitel 34 Der Tag im Wald

Kapitel 35 Die alte Dame und der Kuchen

Kapitel 36 Was nicht in der Zeitung steht

Kapitel 37 Das erste Lachen ohne Grund

Kapitel 38 Die Nacht, in der er nicht schlafen konnte

Kapitel 39 Der Brief an sich selbst

Kapitel 40 Der Winter

Kapitel 41 Das Geschenk

Kapitel 42 Die Weihnachtsfeier

Kapitel 43 Der erste Tag im neuen Jahr

Kapitel 44 Die Werkstatt wird voller

Kapitel 45 Was Tim lernte

Kapitel 46 Die Kälte im Februar

Kapitel 47 Das Gespräch mit Bernd

Kapitel 48 Der Brief von Sabine

Kapitel 49 Die Einladung zum Kaffee

Kapitel 50 Der halbe Weg

Kapitel 51 Die Nachricht von Martin

Kapitel 52 Das Fenster zur Straße

Kapitel 53 Die Werkbank

Kapitel 54 Der Sonntagmorgen

Kapitel 55 Die Frage nach dem Glück

Kapitel 56 Der Anruf aus der alten Firma

Kapitel 57 Das Gespräch mit Tim über die Angst

Kapitel 58 Die Nachricht aus der Vergangenheit

Kapitel 59 Der Besuch am Grab

Kapitel 60 Die Karte, die er zurückgab

Kapitel 61 Der Frühling

Kapitel 62 Die erste Ausstellung

Kapitel 63 Die Werkstatt wird größer

Kapitel 64 Die Anfrage

Kapitel 65 Der erste Kurs

Kapitel 66 Die Geschichte der Frau

Kapitel 67 Das Gespräch mit Anna über die Zukunft

Kapitel 68 Der Tag der offenen Tür

Kapitel 69 Die Nachricht von Herrn K.

Kapitel 70 Die stille Feier

Kapitel 71 Das Geschenk an sich selbst

Kapitel 72 Die Begegnung am See

Kapitel 73 Die Rückkehr

Kapitel 74 Die erste eigene Wohnung

Kapitel 75 Die Nachricht von Sabine

Kapitel 76 Die Werkstatt als Zuhause

Kapitel 77 Der Besuch von Marion

Kapitel 78 Die alte Dame und der Abschied

Kapitel 79 Der erste Sommer

Kapitel 80 Die Reise mit Anna

Kapitel 81 Die Rückkehr in die Bibliothek

Kapitel 82 Die Einladung zum Vortrag

Kapitel 83 Der Vortrag

Kapitel 84 Die Geschichte der Frau

Kapitel 85 Der Herbst

Kapitel 86 Die Nachricht von Bernd

Kapitel 87 Die neue Werkbank

Kapitel 88 Die stille Anerkennung

Kapitel 89

Kapitel 90

Kapitel 91 Der neue Ort

Kapitel 92 Die erste Arbeit im neuen Raum

Kapitel 93 Die Nachricht von Tim

Kapitel 94 Die Einladung zur Hochzeit

Kapitel 95 Das erste Buch

Kapitel 96 Die Antwort des Verlags

Kapitel 97 Die erste Lesung

Kapitel 98 Die zweite Chance

Kapitel 99 Der Brief an die, die noch suchen

Kapitel 100 Das Ende, das ein Anfang ist

Haftungsausschluss

ENDE

SONDERTEIL

Praktische Begleitung für die Zeit der Neuorientierung

Vorwort zum Sonderteil

Kapitel 1 Bevor du anfängst: Eine Einladung

Kapitel 2 Was gerade mit dir passiert

Kapitel 3 Was du verloren hast – und was nicht

Kapitel 4 Die Frage nach dem eigenen Anteil

Kapitel 5 Der leere Kalender – und was du damit machen kannst

Kapitel 6 Die Menschen, die bleiben – und die, die gehen

Kapitel 7 Was in deinem Körper passiert

Kapitel 8 Die kleinen Rituale

Kapitel 9 Die Frage nach dem Sinn

Kapitel 10 Die Angst vor dem Urteil der anderen

Kapitel 11 Der Vergleich mit anderen

Kapitel 12 Was du nicht kontrollieren kannst – und was du kontrollieren kannst

Kapitel 13 Die Kunst, sich selbst zu führen

Kapitel 14 Was du von anderen lernen kannst

Kapitel 15 Der Umgang mit Rückschlägen

Kapitel 16 Die Rolle von Geld – ohne Panik, aber mit Klarheit

Kapitel 17 Der Umgang mit Behörden und Formalien

Kapitel 18 Der Umgang mit der Familie

Kapitel 19 Wenn die Kraft nicht reicht

Kapitel 20 Was du gibst, ohne es zu merken

Kapitel 21 Die Sprache der Erschöpfung

Kapitel 22 Der Umgang mit der Zeit

Kapitel 23 Der Umgang mit dem Alleinsein

Kapitel 24 Der Umgang mit der eigenen Geschichte

Kapitel 25 Der Umgang mit der eigenen Wut

Kapitel 26 Der Umgang mit der eigenen Trauer

Kapitel 27 Der Umgang mit der eigenen Angst

Kapitel 28 Der Umgang mit der eigenen Scham

Kapitel 29 Der Umgang mit der eigenen Sehnsucht

Kapitel 30 Der Umgang mit der eigenen Hoffnung

Kapitel 31 Der Umgang mit der eigenen Neugier

Kapitel 32 Der Umgang mit der eigenen Geduld

Kapitel 33 Der Umgang mit der eigenen Freude

Kapitel 34 Der Umgang mit der eigenen Würde

Kapitel 35 Der Umgang mit der eigenen Identität

Kapitel 36 Der Umgang mit der eigenen Geschichte – Teil 2

Abschlusswort

Haftungsausschluss

ENDE

Vorwort

Es gibt Augenblicke, in denen das Leben nicht leise anklopft. Es tritt die Tür ein.

Vielleicht kennst du diesen Moment. Ein Telefonat, ein Satz, ein Blick auf ein Schreiben – und plötzlich steht alles infrage, was eben noch sicher schien. Der Job, der dich jahrelang getragen hat, trägt nicht mehr. Die Stelle, die du gehalten hast, hält dich nicht mehr. Und mit

einem Mal stehst du da, nicht als der Mensch, der du gestern warst, sondern als jemand, der eine Zukunft neu erfinden muss.

Das ist kein kleiner Schrecken. Es ist ein Bruch.

Und doch beginnt genau hier etwas, das viele erst viel später erkennen: Eine zweite Chance ist selten ein Geschenk, das man sich aussucht. Meistens ist sie ein Zustand, in den man hineingestoßen wird – und aus dem man etwas machen kann, wenn man bereit ist, genauer hinzusehen.

Dieses Buch ist für Menschen, die an einem solchen Punkt stehen. Nicht für die, die gerade alles im Griff haben. Sondern für die, die spüren, dass der Boden unter ihnen nachgegeben hat, und die nicht länger so tun wollen, als wäre nichts geschehen.

Ich werde nicht behaupten, dass Neuorientierung einfach ist. Sie ist nicht einfach. Sie ist anstrengend, manchmal demütigend, oft einsam. Aber sie ist auch eine der wenigen Gelegenheiten im Leben, bei denen man wirklich ehrlich werden kann – sich selbst gegenüber.

Auf den folgenden Seiten geht es nicht um schnelle Tricks oder um Sätze, die man sich morgens vor dem Spiegel sagt. Es geht um die längere, ehrlichere Reise: zu verstehen, was passiert ist, ohne sich dafür zu verurteilen. Zu begreifen, was einen wirklich trägt, wenn der alte Rahmen wegbricht. Und Schritt für Schritt zurückzufinden zu einem Vertrauen, das nicht auf einer Position beruht, sondern auf der eigenen Person.

Denn darum geht es am Ende: nicht nur um einen neuen Job. Sondern um die Frage, ob du dir selbst wieder über den Weg traust.

Dieses Buch wird dich durch diese Frage begleiten. Nicht mit erhobenem Zeigefinger, nicht mit leeren Versprechen. Sondern mit Geschichten, Gedanken und Beobachtungen, die eines gemeinsam haben: Sie nehmen dich ernst.

Vielleicht wirst du beim Lesen an Stellen kommen, an denen du innehältst. Vielleicht erkennst du dich wieder. Vielleicht widerspricht du mir innerlich. All das ist erlaubt. All das gehört dazu.

Am Ende wirst du nicht derselbe sein wie am Anfang. Nicht, weil ich dir etwas Neues eingeredet hätte. Sondern weil du dir selbst wieder begegnet bist.

Kapitel 1- Der Morgen danach

Der Wecker klingelte um sechs Uhr dreißig, und für einen Moment war alles wie immer.

Thomas griff nach dem Handy, ohne die Augen richtig zu öffnen. Er tat es aus Gewohnheit, aus jener tiefen körperlichen Routine, die sich über Jahre in ihm eingegraben hatte. Die Finger fanden das Gerät, noch bevor der Verstand wach war. Dann sah er das Datum und erinnerte sich.

Es war Donnerstag. Der dritte Donnerstag nach der Kündigung.

Er blieb liegen. Nicht aus Müdigkeit, sondern weil er nicht wusste, wofür er aufstehen sollte. Dieser Satz klingt banal. Er ist es nicht. Wer immer einen Grund hatte aufzustehen – einen Ort, eine Aufgabe, ein Gefühl von Gebrauchtwerden –, der weiß, dass das Aufstehen plötzlich schwer wird, wenn dieser Grund wegfällt. Nicht der Körper ist müde. Etwas anderes ist müde geworden.

Thomas war zweiundfünfzig. Er hatte sechsundzwanzig Jahre in derselben Firma gearbeitet. Zuerst als Sachbearbeiter, dann als Teamleiter, zuletzt als Abteilungsleiter. Er hatte Krisen überstanden, Umstrukturierungen, sogar eine Insolvenz. Und dann war da diese neue Geschäftsführung gewesen, diese Sprache, die er nicht mehr verstand, diese Zahlen, die plötzlich alles bedeuteten. Am Ende hatte man ihm in zwanzig Minuten erklärt, dass seine Stelle „im Zuge der Neuausrichtung“ entfalle.

Zwanzig Minuten für sechsundzwanzig Jahre.

Er hatte damals nichts gesagt. Er hatte genickt, die Papiere mitgenommen und die Tür hinter sich geschlossen. Auf dem Parkplatz hatte er in seinem Auto gesessen und auf die Windschutzscheibe gestarrt. Es hatte geregnet, und die Tropfen liefen in unregelmäßigen Linien herunter. Er erinnerte sich an diesen Anblick bis heute, an diese sinnlosen, wandernden Wasserwege, und daran, dass er gedacht hatte: Ich bin jetzt einer von denen, die gehen.

An diesem Donnerstagmorgen stand er schließlich doch auf. Nicht, weil er einen Plan hatte, sondern weil sein Körper den Kaffee verlangte. Im Bad sah er in den Spiegel und dachte nichts. Das war das Schlimmste: nicht die Verzweiflung, sondern diese Leere, in der nicht einmal mehr Platz für Verzweiflung war.

Seine Frau war schon zur Arbeit. Sie hatte versucht, mit ihm zu reden, in den ersten Wochen. Aber er hatte sich entzogen, höflich, fast freundlich, und irgendwann hatte sie aufgehört. Nicht aus Gleichgültigkeit, sondern aus Respekt. Sie wusste, dass er diesen Weg selbst gehen musste. Es war eine stille, schmerzhafte Form der Liebe, und Thomas wusste es.

Am Küchentisch lag ein Brief. Kein wichtiger Brief, eine Rechnung. Aber daneben lag etwas anderes: ein Flyer, den seine Frau mitgebracht hatte. „Neustart mit 50+“, stand darauf, und darunter ein Termin für einen Infoabend. Sie hatte nichts gesagt. Sie hatte ihn nur hingelegt.

Thomas nahm den Flyer, betrachtete ihn lange und legte ihn dann zur Seite.

Er hatte keine Kraft für Neustart. Er hatte Kraft für Kaffee. Für das Sitzen am Tisch. Für das Warten darauf, dass irgendetwas in ihm wieder anfing, sich zu bewegen.

Draußen wurde es hell, langsam, wie an jedem Morgen. Und irgendwo in ihm, ganz leise, ganz unsicher, regte sich etwas, das er nicht benennen konnte. Vielleicht nur die Erinnerung daran, dass er einmal jemand gewesen war, der Pläne hatte. Vielleicht auch nur Hunger.

Aber es war etwas.

Und manchmal, wenn nichts mehr da ist, reicht ein wenig von diesem „etwas“.

Aus Kapitel 20 - Der erste Laib

Es war ein Sonntag, als Thomas zum ersten Mal Brot backte.

Nicht, weil er es konnte. Sondern weil er es wollte.

Er hatte sich ein Rezept aus dem Internet gesucht. Ein einfaches. Ohne Schnickschnack. Mehl, Wasser, Salz, Hefe. Er hatte die Zutaten abgewogen, den Teig geknetet, ihn gehen lassen. Es war eine Tätigkeit, die keine Eile erlaubte. Der Teig brauchte Zeit. Und Thomas gab sie ihm.

Es war merkwürdig. Er stand in der Küche, die Hände voller Teig, und fühlte etwas, das er lange nicht gefühlt hatte: Ruhe.

Nicht die Stille der Leere. Die Ruhe der Tätigkeit. Die Ruhe, die entsteht, wenn man etwas tut, das keinen Zweck erfüllen muss. Einfach nur, weil man es tut.

Als das Brot aus dem Ofen kam, war es nicht schön. Es war zu dunkel, zu flach, zu hart. Aber es war Brot. Sein Brot.

Anna kam in die Küche und sah es. Sie sagte nichts. Sie nahm ein Messer, schnitt eine Scheibe ab, strich Butter darauf und biss hinein.

„Und?“, fragte Thomas.

Anna kaute. Dann sagte sie: „Es ist Brot.“

Thomas lachte. Es war das erste Mal seit Monaten, dass er wirklich lachte.

„Es ist Brot“, wiederholte er. „Das ist mehr, als ich gestern hatte.“

An diesem Abend aßen sie das Brot. Es war nicht perfekt. Aber es war da.

Und Thomas verstand, dass es nicht darauf ankam, ob etwas gelang. Es kam darauf an, ob man es versuchte.

Die Leseprobe endet hier. Das vollständige E-Book findest du auf der Seite des Titels.

Verkaufsseite: https://erfolgsebook.com

Mehr vom Andreas Schulze Verlag: https://erfolgsebook.com