

INHALT

Eine Geschichte zu Beginn	9
--	---

Teil I: Startklar machen für Ihre Zukunft

1 Die Zukunft	17
Kurskorrektur	17
Neustart beim alten Arbeitgeber?	18
Ein neuer Job muss her	20
Aufbruch in ein neues Leben	22
Arbeitswelt 4.0	28
Demografie und Digitalisierung	28
Willkommen in der VUCA-Welt	32
Chancen erkennen	35
Ihr Jobziel	37
Die sechs Jobfaktoren	38
Definieren Sie Ihr Ziel	42
Ihr Jobpotenzial	43
Übertragbare Fähigkeiten	44
Persönliche Eigenschaften	48
2. Die Gegenwart	52
Was ist passiert und warum?	52
Die Wechselstory	53
Trennungsründe benennen	53
Wie geht es Ihnen?	56
Die Achterbahnfahrt der Gefühle	56
Mit Gefühlen konstruktiv umgehen	59

3. Erste-Hilfe-Kit	62
Wechselstory	62
Selbst kündigen	64
Kennen Sie Ihre Kündigungsfrist?	65
Wissen Sie, wie Sie früher aus Ihrem Arbeitsvertrag kommen?	65
Wissen Sie, wann Sie sich arbeitslos melden müssen?	66
Kennen Sie die Sperrzeitenregelung beim Arbeitslosengeld?	66
Wie regeln Sie das mit der Sozialversicherungspflicht?	67
Wie lange reicht Ihr Geld?	67
Haben Sie bereits eine neue Erwerbsidee, ein konkretes Jobziel?	67
Wissen Sie, wie Sie sich in der Arbeitswelt 4.0 positionieren?	67
Aufhebungsvertrag	68
Die Form des Aufhebungsvertrags	69
Der Abwicklungsvertrag	69
Arbeitslosen- und Sozialversicherung	70
Arbeitszeugnis	71
Inhaltliche Ansprüche an ein Arbeitszeugnis	72
Formale Ansprüche an ein Arbeitszeugnis	73
Anspruch auf Nachbesserung des Arbeitszeugnisses	73
Finanzplan	74

Teil II: LOS GEHT'S – ENTWERFEN SIE IHREN ERFOLGSPLAN

4. Sechs Erfolgsfaktoren	79
Realitätssinn	79
Welche Bedenken haben Arbeitgeber?	80
Wie viel Wahrheit steckt dahinter?	81
Wie können Sie mit den Bedenken umgehen?	82
Selbsteinschätzung	84
Selbstzweifel – Selbstunterschätzung	85
Überheblichkeit – Selbstüberschätzung	86
Faktencheck – raus aus dem Ping-Pong	86
Einstellung	87
Weitsicht und Weltsicht	88
Raus aus der »Ja, aber«-Falle	89
Willenskraft	91

Denkmuster	91
Problemfokus	92
Lösungsfokus	93
Offenheit	94
Generation Y und Diversität	95
Digitalisierung und neue Technik	97
Verstehen, wie Personaler ticken	100
Arbeitgeber wollen Kosten, Zeit und Arbeit sparen	101
Arbeitgeber wollen kein Risiko eingehen	101
Personalauswahl heißt: »Finde die, die du eliminieren kannst«	102
Personaler sprechen eine eigene Sprache	103
Personaler nutzen alle zugänglichen Informationen	103
Personaler arbeiten digital	104
5. Der Masterplan 50 plus	106
Die Zeit ist Ihr Freund	107
Zeitplan	108
Die K.s.p.s.v.-Strategie	112
Aktionsplan	112
Den inneren Schweinehund überwinden	115
Zwei Millionen offene Stellen – aber wo?	116
Wie Sie online Stellenanzeigen finden	117
Wie Sie Stellenanzeigen decodieren	123
Xing und Co. – sich von Arbeitgebern finden lassen	126
Ein Xing-Profil erstellen	126
Die Onlinehürde	128
Soziales Kapital nutzen	129
»Nur gut sein« reicht mit 50 plus nicht aus	129
Initiative ergreifen	132
Initiativbewerbung	133
Kongresse, Personalmessen und andere Personalevents	134
Die Kunst des Pitchens	136
»Ich bin, ich kann, ich will«	137
Anrufen, anrufen, anrufen!	138
Die Bewerbungsunterlagen – ohne geht es (noch) nicht	143
Der Lebenslauf – weniger ist mehr!	144
Das Anschreiben – keine Prosa bitte!	153
Zeugnisse und Co. – alles oder nichts?	155
Der digitale Bewerbungsweg	156

Das digitale Bewerbungs-Kit	157
Online – also schnell und einfach?	159
Die Bewerbung ist raus – und jetzt?	160
Alles online – oder was?	162
Wie Sie digital eine weiße Weste behalten	163
Wie Sie sich auf Onlinetests vorbereiten	165
Das Vorstellungsgespräch – die Kunst der Selbstpräsentation	167
Was im Jobinterview für 50-Jährige wirklich zählt	168
Fünf Fallen 50 plus	171
Fünf Chancen 50 plus	174
Die Gehaltsfrage	179
Telefon-, Skype- oder Facetime-Interview	184
Mit Absagen umgehen	187
Der Arbeitsvertrag – danach ist es nicht vorbei	188
Ankommen im neuen Job	189
Auf dem Spielfeld geirrt?	193
Plan B	195
Wenn nicht jetzt, wann dann?	195
Die Portfoliokarriere	197
Ein Gedanke zum Schluss	200

Anhang

Checklisten	203
Die wichtigsten Links	214
Literatur	218
Register	220
Autor	224