

Erfolgreich im 7. Lebensjahrzehnt

Wolfgang Ronzal

Bei einem Malkurs, den meine Frau besuchte, lernte ich einen 92-jährigen Kursteilnehmer kennen. Er malte ein wenig langsamer als alle anderen, aber seine Bilder waren beeindruckend. Zum Kurs kam er mit seinem BMW selbst angefahren. Jeden Mittag ging er eine Stunde Nordic-Walking. Morgens wenn wir zum Frühstück kamen, hatte er schon alle Zeitungen gelesen. Die Bilder der anderen Teilnehmer fotografierte er mit seiner Digitalkamera. Die Frage nach dem Geheimnis seiner vor allem geistigen Fitness beantwortete er: „Ich bin noch immer neugierig!“

Und dann gibt es viel Jüngere, die schon mit 50 jegliche Dynamik eingebüßt haben, die nur mehr auf die Pensionierung warten und eigentlich mit der Zukunft (ihrem Leben?) abgeschlossen haben. Der Höhepunkt des Jahres ist das Grillfest im Garten. Und der Tag endet mit Chips vor dem Fernsehapparat.

Andere wiederum werden nach jahrzehntelanger Arbeit und Treue zur Firma outgesourct, mit einem Golden Handshake verabschiedet und frühpensioniert. Viele fallen in ein tiefes Loch und haben keine Kraft, nochmals da heraus zu kommen.

Ab wann ist man eigentlich „alt“?

„Nicht die Jahre, sondern die Untätigkeit macht uns alt!“ (Christine von Schweden)

Also ist Alter nicht eine Frage des Geburtsscheines sondern des Denkens. Stellen wir uns vor, dass wir bei einem Alter von 60 Jahren, also zu Beginn des 7. Lebensjahrzehntes bei durchschnittlicher Lebenserwartung noch mindestens 20 Jahre vor uns haben. Das ist mindestens ein Viertel der gesamten Lebensjahreszeit. Das ist doch eine Chance, daraus noch etwas zu machen.

Sechzig ist doch kein Alter! Manche Karrieren beginnen erst in diesem Alter!

Wenn man sich in der Wirtschaft umsieht, so vertraut man heute wieder mehr routinierten Managern mit langjähriger Erfahrung, die wissen, dass viel schief gehen kann und – was noch wichtiger ist - wie man mit Krisensituationen umgeht. Warum soll ein erfahrener und erfolgreicher Manager mit 60 oder ein bisschen mehr in Pension gehen (müssen)? Wir verschenken Potenzial, weil wir heute ein System der Frühverrentung haben, das weder biologisch notwendig, noch ökonomisch sinnvoll ist. Und aus demografischer Sicht nicht mehr haltbar. Unsere Gesellschaft wird immer älter, was eine Erhöhung der Lebensarbeitszeit mit sich bringt. (Prof. Dr. Klaus F. Zimmermann, Präsident des DIW Berlin in einem Interview für die Zeitschrift „mobil“)

Ältere Arbeitnehmer leisten mehr als junge! Erfahrung statt Dynamik!

Die Generation 50+ gehört auch im Beruf nicht zum alten Eisen. Eine Analyse des IWH- Wirtschaftsforschungsinstitutes in Halle bescheinigt zwar den 35- bis 44-Jährigen durchschnittlich die insgesamt größte Leistungsfähigkeit, schätzt aber auch die älteste Gruppe der Arbeitnehmer als noch immer leistungsfähiger ein als ihre jüngsten, 15- bis 24-jährigen Kollegen. Die Älteren können nämlich das Nachlassen ihrer körperlichen Fähigkeiten wie Ausdauer und Schnelligkeit sehr oft durch Erfahrung sowie soziale Kompetenz ausgleichen. (Tageszeitung KURIER vom 26.11.2006)

„Ver-rückte Alte“ (Helmut Muthers, Unternehmensberater)

- >kaufen sich mit 58 eine Harley-Davidson und fahren den Highway Nr. 1**
- >verbringen ihren Lebensabend auf Gran Canaria**
- >gründen mit 60 ihre erste Firma**
- <werden mit 60 zum Computer-Fachmann**
- >heiraten mit 54 zum dritten Mal und wollen ein Kind**

Die 96-jährige Uroma, Irene Sinclair, wirbt für die Kosmetiklinie DOVE und der heute 95-jährige Fauja Singh begann im Alter von 89 Jahren Marathon zu laufen und ist heute Werbeträger für ADIDAS.

Ich selbst habe mit 55 Jahren meinen Job als Bankdirektor aufgegeben und mich als Trainer und Berater selbständig gemacht, zwei Jahre später eine Firma gegründet, bin heute gefragter Redner und veranstalte und organisiere Kongresse und Tagungen. Jetzt bin ich 64 und mitten im 7. Lebensjahrzehnt. Mein neuer Beruf macht mir Spaß, ich habe die nötige Energie und ich bin erfolgreich.

Welches sind meine 7 Kriterien dafür, auch im 7. Lebensjahrzehnt erfolgreich zu sein. Es sind dies Kriterien, die natürlich für jede andere Altersgruppe genauso wichtig, aber für Menschen ab 60 noch intensiver zu beachten sind, wenn sie erfolgreich sein wollen.

1.Klare Visionen und Ziele für die Zukunft haben!

Älteren Menschen neigen dazu zu sagen „Wofür soll ich mir in meinem Alter noch Ziele setzen. Warten wir mal ab, was auf mich zukommt“. Aber wenn Sie nicht wissen, wohin Sie wollen, werden Sie wahrscheinlich nie dort ankommen. Sie haben noch mindestens ein Viertel Ihres Lebens vor sich. Das ist viel und doch nicht viel Zeit. Umso wichtiger, auch als 60-Jähriger klare Zielvorstellungen zu erarbeiten und zu setzen.

Was wollen Sie aus Ihrem Leben noch machen? Wenn Ihnen übel mitgespielt wurde, dann jammern Sie nicht („nach allem, was ich für die gemacht habe“, „wie ungerecht die Welt ist“, usw.). Niemand bedauert Sie, sondern alle wenden sich ab und hofieren dem „neuen König“. Halten Sie sich nicht mit Dingen auf, die Sie nicht ändern können. Durchtauchen und auf die Pensionierung warten? Auch keine faszinierende Vorstellung.

Denken Sie über Ihren künftigen Lebensweg nach. Was macht Ihnen Spaß, was würden Sie gerne weiter oder Neues tun, probieren? Wie und wo können Sie Ihre Erfahrung einsetzen? All dies kann auf vielen Ebenen passieren, warum nicht auch beruflich. Starten Sie noch mal neu durch, setzen Sie sich klare Ziele für Ihre Zukunft und glauben Sie fest daran. Warum sind manche Menschen erfolgreicher als andere?

***„Ob Du glaubst Du hast Erfolg, oder ob Du glaubst, Du hast nicht,
Du hast immer recht!“ (Henry Ford)***

2.Neugierig sein und lernen!

Auch als 60-Jähriger müssen Sie wieder neu beginnen, denn nichts ist so alt wie der Erfolg von gestern. Wenn Sie aus einem Job herausgehen, auch wenn sie ihn noch so

lange ausgeübt haben, dann sind Sie in unserer schnelllebigen Zeit in Kürze nicht mehr up to date. Sie müssen weiter lernen und Sie müssen Neues lernen. Die Neugierde des 92-jährigen Malers ist das Geheimnis auch für den 60-Jährigen.

„Ich hasse es belehrt zu werden, aber ich bin neugierig zu lernen!“ (Winston Churchill)

Übrigens, wann haben Sie das letzte Mal ein Fachbuch zu dem Thema gelesen, mit dem Sie erfolgreich sein wollen? Glauben Sie nicht, nur mit Routine erfolgreich sein zu können. Mit Routine kann man sich im Alter zwar ein wenig „über die Runden“ helfen, aber auf Dauer werden Sie zurück fallen. Sie müssen Veränderungen erkennen, initiieren und umsetzen. Beobachten Sie und lernen Sie von anderen. Probieren Sie Neues.

3. Anders sein als andere!

Was unterscheidet Sie als 60er von anderen, vor allem von Jüngeren? Was ist Ihr USP, Ihr Alleinstellungsmerkmal? Womit können Sie außer Ihrer Erfahrung punkten? Wenn Sie das gleiche bieten, wie alle anderen, dann werden Sie es schwer haben. Dann fällt die Entscheidung oft zu Gunsten des Jüngeren oder es ist eine Preisfrage.

Sie müssen sich also klar darüber werden:

>Was kann ich besonders gut?

>Kann ich auf diesem Gebiet auch in meinem Alter noch besser werden als andere?

>Wie, womit, wodurch unterscheide ich mich von anderen?

Ist es die Kenntnis des Marktes? Ist es die Erfahrung über Kommunikationsprozesse? Ist es eine besondere Fähigkeit oder Fertigkeit? Was ist Ihr Vorsprung als 60-Jähriger?

Werden Sie unverwechselbar, nicht austauschbar. Machen Sie aus Ihren Fähigkeiten eine Marke, die Sie auch im Alter immer und immer wieder promoten. Bieten Sie keinen „Bauchladen“ an, sondern spezialisieren Sie sich konsequent auf Ihre Stärken.

*„ Wenn Du wie die Menge denkst, wird Dein Gedanke überflüssig!“
(Paul Valery, franz. Schriftsteller)*

4. Beziehungen pflegen!

Damit tun Sie sich als 60-Jähriger vielleicht leichter, denn Sie kennen schon viele Menschen, haben sich über Jahre Kontakte erarbeitet und Beziehungen gefestigt. Nützen Sie diesen Vorteil und fragen Sie sich:

Wen kennen Sie, der Ihre Fähigkeiten benötigt? Wo können Sie Ihr Angebot platzieren? Wie erhöhen Sie Ihren Bekanntheitsgrad? Haben Sie eine aussagekräftige Kundendatei? Das hat jetzt nicht unmittelbar mit Ihren Fähigkeiten zu tun, ist aber immens wichtig, damit Sie bekannt werden.

Suchen Sie auch weiterhin Kontakte und bauen Sie sich ein Netzwerk auf! Nützen Sie persönliche Kontakte, besuchen Sie Veranstaltungen, kontaktieren Sie Buchautoren, abonnieren Sie Newsletter zu Ihrem Fachgebiet im Internet. Die Präsenz auf Portalen im Internet ist ebenfalls eine wichtige Zukunftsinvestition. Ich habe damit genau mit 60 Jahren begonnen und es macht sich positiv bemerkbar.

Denken Sie aber dabei immer daran, nicht nur zu nehmen, sondern auch zu geben. Beziehungen funktionieren nur durch gegenseitigen Austausch. Überlegen Sie also, wie und womit Sie anderen helfen und nützen können. Das muss nicht nur fachlich sein. Als Wiener habe ich viele Pluspunkte gesammelt mit Tipps für einen Wien-Besuch. Wann haben Sie das letzte Mal einem Partner eine Freude gemacht?

„Der Beziehungsaspekt einer Kommunikation ist dem Inhaltsaspekt bei weitem übergeordnet!“ (Paul Watzlawick)

5. Die Zeit im Griff haben!

Wer sagt, dass er keine Zeit hat, der lügt. Er verwendet seine Zeit nur für etwas, das ihm im Moment wichtiger ist. Zeit haben wir genug, die Frage ist, wofür wir sie verwenden. Ich erlebe viele Menschen, die nur gehetzt und gereizt durch die Gegend laufen. Wichtig für Ihren Erfolg ist, dass Sie Ihre Zeit im Griff haben. Gerade bei älteren Menschen ist dies wieder besonders wichtig. Die Spannkraft ist nicht mehr so hoch und es ist notwendig, seine Zeit überlegt und effizient einzusetzen. Auch zwischendurch die Pausen für Ruhe und Kreativität sind zu planen.

*„Die Leute, die am meisten tun, tun in Wirklichkeit am wenigsten!“ (Lichtenberg)
„Es ist nicht wenig Zeit, die wir haben, sondern viel Zeit, die wir nicht nützen!“ (Seneca)*

Das bedeutet nicht nur eine konsequente Terminplanung und Zeiteinteilung, sondern auch eine entsprechende Prioritätensetzung. Arbeiten Sie mit Checklisten, Terminezetteln und anderen Arbeitshilfen, dann haben Sie die entsprechende Ruhe und Ausgeglichenheit, um Ihren Job gut machen zu können. Das strömt auch auf Ihre Kunden und Partner aus. Und vergessen Sie nicht auf eine wichtige Tugend: Pünktlichkeit!

6. Konsequenter sein!

Verzetteln Sie sich nicht. Beginnen Sie nicht gleich alles zu hinterfragen, wenn es einmal nicht so gut läuft. Misserfolge gehören zum Erfolg dazu. Die Frage ist nur, was lernen wir daraus und was machen wir in Zukunft anders und besser? Als 60-Jähriger haben Sie hier wieder einen kleinen Vorteil, da Sie wahrscheinlich schon mehrmals lernen mussten, mit Misserfolgen umzugehen. Sie gehen daher abgeklärter mit solchen Situationen um, lassen sich nicht so leicht aus der Ruhe bringen und versuchen es einfach noch ein Mal.

Verändern Sie nicht zu oft Ihre Pläne und Strategien. Nur dann, wenn es wirklich notwendig ist. Manche Dinge brauchen eine Weile, bis sie wirken. Kontinuierliche Arbeit und konsequentes Durchziehen bringt meistens auf Dauer bessere Erfolge als ständiges Wechseln und Anpassen. Übrigens, neun von zehn Misserfolgen haben eine gemeinsame Ursache: Mangelnde Vorbereitung!

*„Nicht das Beginnen wird belohnt, einzig und allein das Durchhalten!“
(Katharina von Siena)*

7. Spaß und Freude an der Arbeit haben!

Gerade im Alter ist dieser Punkt besonders wichtig. Nur wenn es Spaß macht und Sie Freude haben, geht die Arbeit leicht von statten und Sie haben Erfolg. Da für einen

60-Jährigen das finanzielle Risiko durch die zumindest nahende Pension meistens nicht mehr zur existenziellen Frage wird, kommt dem Kriterium Spaß und Freude als Hauptantriebskraft besondere Bedeutung zu.

Wenn Sie morgens aufwachen, müssen Sie an Lustarbeit denken. Wenn es Frustarbeit ist, dann wird der Tag mühevoll, und dann wäre es vielleicht wirklich besser, Sie lassen es sein. Spaß und Freude an der Arbeit motivieren unwahrscheinlich, nicht nur Sie selbst, sondern auch alle anderen, mit denen Sie zu tun haben. Ihre Familie, Ihre Partner, Ihre Kunden.

Dazu gehört auch, dass Sie neben Ihrer Arbeit auch noch andere Interessen haben, denen Sie mit ebenso viel Spaß und Freude nachgehen. Sei es das Spielen mit Ihren Enkelkindern, schöne Reisen zu machen, ein besonderes Hobby zu pflegen, und anderes mehr. Genießen Sie das Leben.

*„Du kannst dem Leben nicht mehr Tage geben, aber jedem Tag mehr Leben!“
(Schild in der Frankfurter S-Bahn)*

Haben Sie Lust bekommen? Das würde mich freuen. Und es wird auch Ihnen gut tun. Sie werden aufleben. Glauben Sie mir, Erfolg stimuliert und motiviert unwahrscheinlich stark. Sie haben es auch im 7. Lebensjahrzehnt selbst in der Hand. Starten Sie durch!

Wolfgang Ronzal, Erfolgstrainer, www.ronzal.at