

## Wissen & Helfen

Der Weg zurück in den Beruf (S. 92)  
Rund um die Schwangerschaft (S. 94)  
Ratgeber und Kölner Adressen  
in Sachen Erziehung (S. 96)  
Notfall-Maßnahmen (S. 98)



Kathrin Pier-Eiling mit Benno und Lina: Es gibt Wege, trotz Familie im Beruf zu bleiben

# Zwischen Lego und Laptop

Nach der Babypause zurück in den Job – ein Balanceakt zwischen Familie, Betreuung und Beruf.  
Wie das gelingen kann? PRINZ hat nachgefragt. Text: Kira Crome, Foto: Stephan Fengler

Windeln wechseln, verloren gegangene Schnuller suchen, zum Kinderturnen fahren, auf dem Spielplatz Streit um die rote Sandschaufel schlichten, Bauklötze aufräumen, Familienausflüge planen und den Haushalt organisieren trotz durchwachter Nächte – Mütter sind wahre Tausendsassas. Wenn dann nach der Babypause der Wiedereinstieg in den Beruf hinzukommt, ist das oftmals ein Jonglierakt mit ziemlich vielen Bällen. Trotzdem wollen die meisten Mütter ihre Karriere nicht

aufgeben: Laut einer Erhebung des Bundesfamilienministeriums kehren ein Drittel aller Mütter mit Kindern unter drei Jahren und sogar fast zwei Drittel der Mütter, deren jüngstes Kind zehn Jahre und älter ist, ins Berufsleben zurück.

## Elternzeit

Dazu gehört auch Kathrin Pier-Eiling aus Köln-Braunsfeld. Für die zweifache Mutter stand nie zur Debatte, ihren Job ganz an den Nagel zu hängen, auch wenn

der Spagat zwischen Familie und Beruf bedeutet, Konzessionen zu machen: „Mir war immer klar, dass ich einmal Kinder haben wollte – und dafür beruflich ein Stück zurück stecken muss.“ Nach der Geburt ihres ersten Kindes nahm die Juristin ein Jahr Elternzeit. Ein Jahr, das sie ganz bewusst erlebt hat. „Es war eine wunderbare Zeit mit Benno, die ich sehr genossen habe. Vielleicht umso mehr, weil ich wusste, dass es eine endliche Zeitspanne ist“, erzählt sie. Dann kehrte sie für ein halbes

Jahr in Teilzeit in ihren Beruf in einer Rechtsabteilung eines großen Industrieunternehmens zurück, bevor Töchterchen Lina auf die Welt kam. Jetzt greift die 34-Jährige auf das bewährte Modell zurück und hat wieder ein Jahr Elternzeit genommen, um im Sommer wieder einzusteigen.

## Aus der Jeans in den Anzug

Nicht allen Frauen fällt der Wechsel vom Familien- ins Berufsleben leicht. Wenn Mütter nach einem,

drei oder mehreren Jahren Baby-pause wieder arbeiten wollen, stehen sie vor entscheidenden Fragen: Wie viel traue ich mir eigentlich zu? Gleich wieder voll anfangen – oder den Job lieber mit wenigen Stunden pro Tag und pro Woche angehen? Wie sind die Kinder versorgt? „Die wenigsten Frauen können sich vorstellen, Vollzeit zu arbeiten“, weiß Barbara Willmroth von der Berufswegeberatung Via Nova in Köln. „Viele fürchten, dem Stress eines Ganztagsjobs nicht gewachsen zu sein oder dass ihnen der familiäre Alltag aus den Fugen gerät.“ Damit das Projekt Wiedereinstieg gelingt, muss das familiäre Umfeld stimmen. Und das bedeutet: „Haushalt- und Kinder-versorgung müssen gelöst werden“, rät die Expertin.

### Hilfe vom Vater

Kathrin Pier-Eiling gelingt der Balanceakt zwischen Schnuller, Lego und Aktentasche gemeinsam mit ihrem Mann. Der Jurist, der im Frankfurter Bankgeschäft arbeitet und täglich pendelt, hat seinerseits Teilzeit beantragt und seinen Job auf drei Tage reduziert, damit seine Frau wieder ein paar Tage ins Büro gehen konnte. „Das hat mir einen großen zeitlichen Spielraum geschaffen, weil ich an zwei Tagen arbeiten konnte, ohne ein zeitliches Limit zu haben.“ Eine Konstruktion, von der beide profitiert haben, weil sie den beiden neue Freiräume geschaffen hat. „Mein Mann hat es sehr genossen, so viel mehr Zeit mit Benno zu verbringen. Die zwei sind ein gutes Team geworden“, erinnert sich Kathrin. „Außerdem wollten wir beide – trotz oder wegen der Kinder – so weiterarbeiten, dass es jedem von uns möglich ist, wieder voll einzusteigen, um im Fall der Fälle die Familie mit einem Einkommen zu ernähren.“

### Entspanntes Umfeld

Die größte Sorge bei ihrem Familie-Beruf-Modell aber galt der Kinderbetreuung: „Eine gute Lösung erst für Benno und

jetzt für Lina zu finden, hat mir schwer auf der Seele gelegen“, erinnert sich die Mutter. „Ich habe mir viele Gedanken gemacht und war sehr in Sorge, ob das alles gut funktioniert.“ Die Lösung für den damals einjährigen Benno war eine private Tagesmutterinitiative, die in eigens angemieteten Räumen Kinder unter drei Jahren in kleinen Spielgruppen mit maximal fünf Kindern betreut. Doch trotz des entspannten Umfelds – ohne die gelegentliche Hilfe von Großeltern und Babysitter kommt die Familie nicht aus.

### Richtiges Volumen und zeitliche Flexibilität

Je schneller eine Frau nach der Geburt ihrer Kinder wieder anfängt zu arbeiten, desto besser und einfacher ist es – darin sind sich Expertinnen und Experten einig. Immer noch aber gilt Teilzeit in vielen Branchen als Arbeit zweiter Wahl. Mal glauben Vorgesetzte, dass Halbtagskräfte auch nur halb so engagiert seien, mal demotivieren Vollzeitkollegen mit Bemerkungen wie „Du kriegst nicht alles mit, du gehst ja immer schon mittags“. Dass es auf das richtige Volumen und zeitliche Flexibilität ankommt, kann Kathrin Pier-Eiling nur bestätigen. „Meiner Erfahrung nach macht es nicht nur wirtschaftlich mehr Sinn, mit etwas mehr als einer halben Stelle wieder anzufangen, gerade wenn man hohe Betreuungskosten hat. Denn dann ist man auch präsenter und kann spannendere Dinge machen.“ Während ihr Mann in seinem beruflichen Umfeld noch als Exot gilt, verlief Kathrins Wiedereinstieg nach dem ersten Kind wie selbstverständlich. „Ich konnte große Projekte mitbetreuen und hatte nicht den Eindruck, auf einem Abstellgleis zu stehen.“ Wenn Kathrins zweites Elternzeitjahr im Sommer endet, werden beide mit vier Tagen in ihre Jobs gehen. Doch bis dahin genießt die Kölnerin noch die letzten Monate Auszeit mit Töchterchen Lina und Sohn Benno – bevor sie wieder Jeans mit Anzug und Windeltasche mit Aktenkoffer tauscht.



# Zurück in den Beruf

Familie und Job unter einen Hut bringen, ist nicht leicht – diese Kölner Einrichtungen helfen trotz vieler Stolpersteine auf den richtigen Weg. Text: Kira Crome

## Beratung

### Büro für Berufsstrategie

Jetzt haben die Bewerbungspäpste Jürgen Hesse und Hans Christian Schrader neben sieben anderen Standorten in Deutschland auch ein Büro in Köln. Hier gibt es ein breites Beratungsangebot von A wie Assessment Center Training bis Z wie Zeugnisanalyse.

► **D1** Theodor-Heuss-Ring 23, Neustadt-Nord, Tel. 01805/28 82 00, H: Ebertplatz, [berufsstrategie.de](http://berufsstrategie.de)

### Familienservice Köln

Zum Angebot dieses bundesweit aufgestellten Unternehmens gehört die Beratung und Vermittlung von Kinderbetreuungsmöglichkeiten im Kölner Raum, sowie ein eigener Kindergarten, Notfallbetreuung und ein Ferienprogramm. Zwar gilt dies nur für Mitarbeiter von angeschlossenen Mitgliedsunternehmen, allerdings sind sie der Marktführer – eine Nachfrage beim Arbeitgeber lohnt sich also.

► An der Flora 27, Riehl, Tel. 76 70 74, H: Zoo/Flora, [familienservice.de](http://familienservice.de)

### Judith Draper

Die Personalberaterin hilft Berufsrückkehrerinnen, optimale Bewerbungsstrategien zu entwickeln. Sie bietet eine ganzheitliche Potenzialanalyse und Karriereberatung – in Workshops und in Einzelgesprächen.

► Bonner Straße 331, Bayenthal, Tel. 500 09 13, [jg-personalberatung.de](http://jg-personalberatung.de)

### Katholischer Deutscher Frauenbund

Einstieg, Umstieg, Aufstieg – so lautet das Motto für Frauen, die nach familienbedingten Erwerbspausen wieder berufstätig sein möchten. Gemeinsam mit dem Verband deutscher Unternehmerinnen sollen Frauen kompetent in dieser Phase des persönlichen Umbruchs und der Neuorientierung unterstützt werden – durch Infor-

mation, Kompetenztraining und individuelle Beratung.

► **C4** Kaesenstraße 18, Neustadt-Süd, Tel. 86 09 20, H: Eifelplatz, [frauenbund.de](http://frauenbund.de)

### via nova Köln

Berufsorientierung für Mütter nach der Babypause – das bietet die Kölner Berufswegeberatung. Barbara Willmroth berät mit speziell auf Frauen zugeschnittenen Angeboten bei der persönlichen Laufbahngestaltung und hilft vom Bewerbungscoaching bis zur geeigneten Kinderbetreuung auf den Weg.

► Unterste Sauerwiese 9, Dellbrück, Tel. 169 29 97, [via-nova-koeln.de](http://via-nova-koeln.de)

### Perspektive Wiedereinstieg

Alles Wichtige auf einen Blick bietet das Informationsportal des Bundesfamilienministeriums. Übersichtlich geordnet sind hier Tipps, Checklisten und Beratungsstellen zu finden. Alles, was interessant ist, kann man in einer eigenen Infomappe abspeichern.

► [www.perspektive-wiedereinstieg.de](http://www.perspektive-wiedereinstieg.de)

## Coaching

### Petra Dropmann

Die ausgebildete Rechtsanwältin und Supervisorin bietet Karriere-Coaching für Frauen, die wieder in den Beruf einsteigen oder sich selbstständig machen wollen. Neben Einzelgesprächen sind Seminare, Trainings und Workshop im Angebot.

► Eifelallee 3 a, Junkersdorf, Tel. 98 74 70 39, H: Mohnweg, [pd-beratung.de](http://pd-beratung.de)

### Pasagens

Perspektiven entwickeln, erkennen, was einem selbst wirklich wichtig ist und Entscheidungen treffen: Diplom-Psychologin Katja Birk bietet dabei professionelle Coaching-Unterstützung, um individuelle Antworten zu finden.

► **D4** Severinskirchplatz 12, Altstadt-Süd, Tel. 330 58 00, H: Chlodwigplatz, [pasagens.de](http://pasagens.de)