

Großer Räumungsverkauf!

wegen Geschäftsaufgabe – Alles muss raus – Alles reduziert!!!



Antikhaus

BERUMBUR
Hauptstrasse 56
Tel. 0 49 36 - 76 95
Mobil 0177- 5 71 37 88

Jobverlust kann Chance zum Neustart sein

NEUERSCHEINUNG Ex-Norder Everhard Uphoff bringt Mutmachbuch „Gekündigt – zum Glück!“ heraus

Der 49-Jährige hat selbst erfahren, was passiert, wenn man plötzlich seinen Arbeitsplatz verliert.

NORDEN/MA – „Gekündigt – zum Glück!“, so lautet der Titel eines Buches, das Everhard Uphoff geschrieben hat und das es jetzt im Buchhandel zu kaufen gibt. Der frühere Marketing- und Vertriebschef geht in seinem Erstlingswerk auf seinen Rauswurf aus einem Unternehmen ein. Er beschreibt zudem Ursachen sowie Hintergründe von Kündigungen und zeigt den darauffolgenden Trennungs- und Verarbeitungsprozess auf. Das Buch soll Betroffenen nach einer Entlassung Mut machen und ihnen beim Neustart helfen.

Der Verlust des Arbeitsplatzes ist für die meisten Menschen ein sehr schmerzhaftes Erlebnis – vor allem, wenn sie dieses Schicksal unvorbereitet trifft. Der Wegfall der beruflichen Aufgabe und der Einkünfte, die Trennung von den Kollegen und die Sorge um die Zukunft stürzen manche Arbeitslose in eine Krise, aus der sie nur schwer wieder herausfinden.

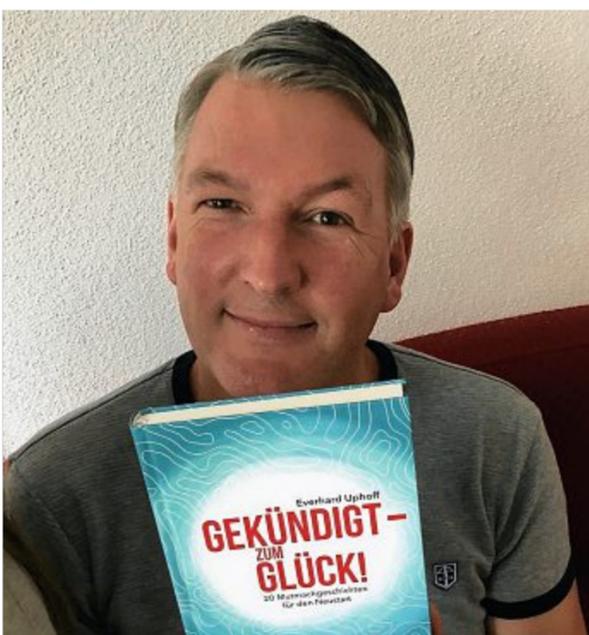
Der gebürtige Norder Everhard Uphoff hat diesen Lebenschnitt am eigenen Leib erfahren. Er wurde nämlich vor fünf Jahren selbst entlassen. Er weiß also, wie hart es ist, plötzlich zu hören: „Wir trennen uns von dir!“, vor allem, wenn die Kündigung nicht absehbar war. „Wird man dann auch noch ohne einen wertschätzenden Abschied still und leise ‚entsorgt‘, hinterlässt das in einem tiefe Spuren und Verletzungen“, gibt Uphoff seine Erfahrungen wieder.

Der 49-Jährige hat sich aber nicht entmutigen lassen, sondern seine Entlassung als Herausforderung gesehen, um sich

beruflich neu zu erfinden. So war sein eigener Rauswurf gleichzeitig der Startschuss, sich mit dem Thema Jobverlust auseinanderzusetzen.

Seit drei Jahren begleitet er nun andere Betroffene durch ihren beruflichen Trennungsprozess und der beruflichen Neuorientierung. Er hat inzwischen – nach eigenen Angaben – mit mehr als 100 Fach- und Führungskräften aller Hierarchiestufen gesprochen, die aus unterschiedlich großen Unternehmen sowie Branchen stammen. „Sie alle haben berufliche Umbrüche erlebt und sind mal mehr, mal weniger heftig emotional Achterbahn gefahren“, berichtet Uphoff. Wichtig sei ihm gewesen, dabei zu erfahren, wie diese Menschen in Jobkrisen geraten seien, wie sie diese Phase erlebt hätten, welche Hindernisse es gegeben habe und aus dem Weg geräumt worden seien – und wie es ihnen letztendlich gelungen sei, wieder auf die Beine zu kommen. 20 dieser Gespräche hat der Autor in Form von anonymisierten Interviews ausgearbeitet und mit dem Einverständnis der Betroffenen in seinem Mutmachbuch wiedergegeben. Im Nachhinein hätten viele dem Erlebten etwas Positives abgewinnen können, frei nach dem Motto: „Ich wurde gekündigt zum Glück!“ – genau wie der Autor selbst.

„Meine eigenen Erfahrungen haben mich dazu motiviert, dieses Buch zu schreiben. Denn eins habe ich für mich gelernt: Der häufig vom Arbeitgeber ausgeübte Druck in heißen Phasen kann einen in Zeitnot bringen und Panik auslösen“, weiß Uphoff. Deshalb sei es wichtig, wenn in so einer Lage sinnvolle Informationen und wertvolle Erfahrungsberichte ehemalig Betroffener aus erster Hand vorlägen. Denn vielen fehle das Wissen rund um Kün-



Everhard Uphoff mit seinem Buch.

digung und Jobverlust. In dem Moment glauben sie nicht an das Licht am Ende des Tunnels. „Doch genau das möchte ich ihnen mit meinem Buch zeigen“, betont der 49-Jährige.

Das Buch „Gekündigt – zum Glück!“ thematisiert auch den Umgang von Firmen mit ihren Mitarbeitern. Oft werde der Mensch zum „Kostenfaktor degradiert, ausgetauscht und entsorgt“, wenn er überflüssig, unbequem oder zu teuer geworden sei, berichtet der Autor. Noch immer gebe es zu viele Unternehmen, die respektlos und unanständig mit ausscheidenden Mitarbeitern und Mitarbeiterinnen verfahren würden. Komme es zu einer ungunstigen Trennung, koste das oftmals unnötig Geld, Zeit und Nerven – bei allen Beteiligten.

„Auch meine Kündigung lief alles andere als wertschätzend ab“, blickt Uphoff zurück. Damit sei bei ihm ein Prozess in

Gang gesetzt worden, der bis heute andauere. Der ihn durch Höhen und Tiefen, in die Verzweiflung, in die Hoffnung und am Ende ins Glück geführt habe. „Als ich wieder Boden unter den Füßen hatte, wollte ich dazu beitragen, dass andere Menschen, die in diese Situation geraten, es leichter haben“, begründet er den Entschluss, das Mutmachbuch zu schreiben.

Häufig hänge die Kündigung gar nicht mit der jeweiligen Person zusammen, erklärt Uphoff. Allein diese Erkenntnis helfe den Gekündigten oft, den Jobverlust leichter zu verarbeiten, loszulassen und wieder optimistisch nach vorn zu blicken. „Gekündigt zu werden, ist heute nach wie vor ein Tabuthema“, sagt er.

Aus seiner Sicht können nicht nur Arbeitnehmer, die ihren Job verloren haben, von seinem Buch profitieren, sondern auch Unternehmer, Führungs-

personen, Betriebs- und Personalräte sowie andere Personen, die an solchen Trennungsprozessen beteiligt sind. „Es trägt dazu bei, dass sich alle ihrer Verantwortung bewusst sind, um die Bedürfnisse und Motive der anderen besser zu verstehen“, meint Uphoff.

Das illustrierte, 207 Seiten dicke Buch ist als Taschenbuch (für 20 Euro) oder Hardcoverbuch (25 Euro) sowie auch in digitaler Form als E-Book (zwölf Euro) erhältlich, und zwar im Buchhandel oder übers Internet unter www.tredition.de.

Werdegang

Everhard Uphoff wurde 1971 in Norden als siebtes von acht Kindern geboren und ist in Norden aufgewachsen und zur Schule gegangen. Als begeisterter Sportler war er lange Zeit auch im Norder TV als Leichtathlet aktiv.

Nach dem Abitur am Ulrichsgymnasium im Jahr 1990 verbrachte er ein Jahr im Ausland (Disney World in Florida), bevor er sich zu einer Ausbildung zum Hotelfachmann sowie zu einem Studium an der Universität in Passau entschloss. So kam er nach Bayern, wo er heute noch lebt. Er wohnt mit seiner Frau und zwei Kindern in Grassau im Chiemgau. Als Marketing- und Vertriebsleiter war er von 2010 bis 2015 beschäftigt. Seit 2016 ist er freiberuflich tätig und berät als Trennungsexperte Fach- und Führungskräfte, die ihren Job verlieren werden oder verloren haben.

Kinder helfen Kindern in Not

NORDEN – Der Kindergarten „Wirbelwind“ der Arbeiterwohlfahrt in Norden hat Päckchen für den Weihnachtskonvoi gesammelt. Dieser transportiert bekanntlich Geschenke für bedürftige Kinder in die entlegenen und ländlichen Gegenden Osteuropas. „Wir haben den Grundgedanken ‚Kinder helfen Kindern‘ aufgegriffen und gemeinsam mit den Kleinen ebenfalls Päckchen gepackt“, so die Erzieherinnen. Der Ladies' Circle Norden-Nordsee 39 bringt die Päckchen dann zu den Sammelstellen.



Kinder der Kita „Wirbelwind“.

nen und ländlichen Gegenden Osteuropas. „Wir haben den Grundgedanken ‚Kinder helfen Kindern‘ aufgegriffen und gemeinsam mit den Kleinen ebenfalls Päckchen gepackt“, so die Erzieherinnen. Der Ladies' Circle Norden-Nordsee 39 bringt die Päckchen dann zu den Sammelstellen.

Kinderhaus packt Päckchen

NORDEN – Das Kinderhaus Norden nimmt wieder am Weihnachtspäckchenkonvoi teil, der durch die Serviceclubs Round Table und den Ladies' Circle Deutschland jährlich organisiert wird. In Norden hat der Ladies' Circle Norden-Nordsee die Organisation übernommen. In den letzten Wochen wurden fleißig Schuhkartons mit Spielsachen, Mal- und Schreibutensilien, Kleidung, Hygieneartikeln und Süßigkeiten gesammelt, um anderen Kindern in Europa eine weihnachtliche Freude zu machen.



Die Kleinen des Kinderhauses.

Circle Deutschland jährlich organisiert wird. In Norden hat der Ladies' Circle Norden-Nordsee die Organisation übernommen. In den letzten Wochen wurden fleißig Schuhkartons mit Spielsachen, Mal- und Schreibutensilien, Kleidung, Hygieneartikeln und Süßigkeiten gesammelt, um anderen Kindern in Europa eine weihnachtliche Freude zu machen.

Hier kauft der Weihnachtsmann!

Das besondere Gesteck für den Advent

Gärtnerei Birkenhof hält auch in diesem Jahr wieder Selbstgemachtes bereit

Auf den Wohnzimmertischen dürfen sie auf keinen Fall fehlen, die beliebten Adventskränze oder -gestecke. Die Gärtnerei Birkenhof in Norden bietet davon auch in diesem Jahr wieder zahlreiche Variationen an, die nun auf einer 500 Quadratmeter großen Fläche bestaunt und natürlich käuflich erworben werden können.

Wer seine Vorweihnachtszeit in diesem Jahr in einer besonderen Farbe gestalten möchte, wird schnell fündig, denn die Adventsausstellung ist farblich unterteilt, wie Detlef Siefken erzählt. So finden Kunden die klassi-

schen Farben wie Rot, Gold, Silber und Weiß, aber Artikel in natürlichen Farben, Gelb und Schwarz stehen als Auswahl zur Verfügung. Wer gern kreativ sein und sein Gesteck selbst gestalten möchte, findet das passende Zubehör dazu ebenfalls vor Ort.

Ein besonderes Angebot der Gärtnerei Birkenhof ist das Neugestalten eines bereits vorhandenen Gestecks. Wer sein „besonderes Gesteck bereits im vergangenen Jahr gefunden hat, kann dies gern mitbringen und wir machen es neu“, sagt Siefken. Doch wer dieses Angebot in Anspruch nehmen möchte, sollte schnell sein. Was schön und besonders sein will, braucht schließlich Zeit.



Das besondere Adventsgesteck gibt es bei der Gärtnerei Birkenhof in Norden.

FOTO: BRUNS

Anzeige

1500 EURO FÜR ROJEKT GESPENDET



1500 Euro hat der Lions Club Norden-Nordsee jetzt für das Präventionsprogramm „Mein Körper gehört mir“ gespendet und an Heike Schipper-Frenzel übergeben. Ziel des Projektes für Dritt- und Viertklässler ist es, Kinder zu stärken, sich gegen sexuelle Gewalt zur Wehr zu setzen. Das Projekt wird seit über 20 Jahren von der Theaterpädagogischen Werkstatt Osna-brück für Schulen angeboten und gastiert alle zwei Jahre an den Grundschulen im Altkreis Norden. Im Bild: Eduard Eickens, Heike Schipper-Frenzel, Patrik Weber, Frank Ulrichs und Lions-Club-Präsident Tielko de Groot.