

Katharina Starlay

Stilvoll älter werden

# Erfolgreich über 50



S L I M B O O K

Coverfoto: Karsten Thormaehlen, *Model* Werner Grade



**Stilvoll älter werden**

## ***Erfolgreich über 50***

Ende 2019 ist auch der letzte der geburtenstarken 60er-Jahrgänge 50 Jahre alt geworden: Reichlich erfahren und mit noch genügend Energie ausgestattet, um Großes zu bewegen. Ihr Nachteil war immer auch ihr Vorteil: „Wir sind viele.“

Was hat die Generation aus der Macht der großen Zahl gemacht – und was kann noch kommen?

Der Arbeitsmarkt hat seine eigenen Gesetze. Dort erleben die als Konsumenten durchaus geliebten *Best Ager*, dass sie am Arbeitsmarkt nahezu unsichtbar werden. Die Wirtschaft beklagt zwar den Fachkräftemangel, tut aber (noch) nicht genug, um das profunde, verfügbare Wissen für sich zu nutzen. Was aber geschieht mit einem Menschen, der nicht mehr gebraucht wird? So mancher wird krank und belastet nicht nur das Gesundheitssystem.

Es wird Zeit, dass Regisseure und Protagonisten umdenken. Es wird Zeit, dass die Kinder der 60er Jahre ihre Stimme der Mehrheit nutzen und klarmachen, was sie zu bieten haben.

**Wie werden die Jahre über 50 zu Erntejahren?**

**Wie lässt sich das „Jungsein im Kopf“ stilistisch umsetzen?**

Dieses Slim-Book richtet den Scheinwerfer auf eine starke Generation, welche *digital* schon verinnerlicht hat – aber noch weiß, was *analog* ist. Menschen die noch Stadtpläne lesen können und um die Kunst der zwischenmenschlichen Beziehungen wissen. Es kombiniert Stilwissen mit Zeitgeist und gibt Anregungen, wie man über 50 stilvoll erfolgreich sein kann.

**76 Seiten, ab Oktober 2019:**

**ISBN E-Book 978 – 3 – 948 337 – 02 – 5 € 7, 99**

**ISBN Print on Demand 978 – 3 – 948 337 – 03 – 2 € 14, 00**



## Inhalt

### **Die Generationenfrage:**

Zu alt für den Job?

Bewerbungsstrategie 50+

Eigen- und Fremdwahrnehmung

*Old School – new fashion*: Verbindlichkeit und die Vorteile des Älterwerdens

Über die eigene Nasenspitze hinausdenken: Erfolgsrelevante *Cleverness*

Die Nachteile des Älterwerdens

Menschen im Blick

Arbeiten für die Gesundheit

Altern neu definieren

### **Ungewöhnliche Karriere: Ein Gespräch mit Clara**

### **Finde ich das, was ich tue bereichernd? Ein Gespräch mit Patrick Diemer**

### **Die Stilfrage:**

Was macht älter, was jünger?

Kleidung im Job

Haarfarbe – was graue Haare attraktiv macht

Manko oder Markenzeichen?

Qualität

Kommunikation

Und sonst so ...

De-Mut

*Authors note*

Persönlicher Dank



## Leseproben

### Die Generationenfrage

Der Flirt mit dem Altern ist nicht neu. Heute aber gewinnt er Unterhaltungs-Charakter, wenn im Sommer 2019 eine neue *App* Furore macht, in der man ein Foto von sich hochladen und sehen kann, wie man in 30 Jahren aussehen wird. Eine Zeitreise des eigenen Selbst. Dass die *App* gleichzeitig volle Bildrechte beansprucht, mag nebensächlich klingen, ist es aber überhaupt nicht:

Mit dem eigenen Image, dem Bild an der Weltöffentlichkeit (denn nichts anderes ist das *www.*) und mit dem Altern sollte niemand leichtfertig umgehen. Spaß machen darf es trotzdem! ...

Das Älterwerden verlangt eine gehörige Portion Humor. Eine weise Frau hat einmal gesagt: „*Altern ist nichts für Feiglinge.*“ ... Für des Alter ohne „n“ gibt es inzwischen einige Ikonen: Wer es geschafft hat, wird in den Medien gefeiert – wie aktuell die 100-Jährigen. Sie werden geehrt für die Jahre, die sie erreicht haben und setzen die Messlatte hoch. Nur bleibt der Weg dorthin meistens Privatsache.

Was ist denn das Ziel? Ein hohes Lebensalter zu erreichen? Oder ein Leben in Qualität? Es geht nicht darum, wie alt wir werden –, sondern wie wir alt werden.

... Genau das ist der Punkt: Die Qualität, in der wir altern. Und zwar mit „n“.

In der Wirtschaft sind honorierte Senior-Experten bislang ein fiktiver Wert, eine Werbe-Figur, die aber von der Realität (noch) weit entfernt ist. Dabei suchen viele in dieser Lebensphase noch eine neue, erfüllende Aufgabe für die verbleibenden Berufsjahre oder darüber hinaus. ...

Aber lässt sich in den Lebensjahren der Erfahrungslinien noch ein Jobwechsel hinbekommen, bei dem man verdient, was man verdient?

## Die Stilfrage

Wie schafft man es, nicht mehr als Welpen und noch nicht als Fossil wahrgenommen zu werden?

In ihren Dreißigern übernehmen viele Menschen Verantwortung von nicht geringem Gewicht: Partnerschaft, Kinder, berufliche (Führungs-) Aufgaben. In diesen Jahren haben Geist und Gestalt aber noch eine eher jugendliche Ausstrahlung – die Ausbildung ist gefühlt „gerade erst vorbei“, das Gesicht zeigt noch wenig Erfahrungslinien und der Körper erinnert an den eines jungen Menschen. Viele Männer bekommen zum Beispiel erst in der zweiten Hälfte ihrer Dreißiger breitere Schultern und ein breiteres Kreuz und entwickeln die Figur eines erwachsenen Mannes. ...

Und einen gefühlten Augenblick später scheint alles schon wieder vorbei: Die Zeitspanne zwischen Ende 30 und Anfang 50 ist effektiv nicht sehr groß, macht aber einen riesigen Unterschied!

Die Linien der Erfahrung stellen sich ein, bei manchen manifestiert sich statt des Waschbrettbauchs eine Gourmet-Wölbung und erzählt Geschichten, wie man in den letzten 10 Jahren gelebt hat. Als echter Spätzünder reagiert unser Körper nämlich zeitversetzt, so dass sich der eine oder andere Genuss nicht gleich – später aber umso nachhaltiger zeigt. Umgekehrt lautet die gute Botschaft: Was Sie heute für sich tun – so sehen Sie in 10 Jahren aus. ...

## Authors note

„Nur nicht drängeln – jeder kommt dran.“ Ambitionierten jungen Menschen möchte man das manchmal zuflüstern, wenn sie mit Eifer und Ernst ins Berufsleben stürmen. Denn es geht tatsächlich unglaublich schnell, das Altern mit „n“.

Der Stil, in dem wir es tun, beschäftigt eine demografisch wachsende Zahl von Menschen und ist damit in so manchem Kleiderschrank präsent, auch in meinem.



Was die Qualität des Alterns betrifft, habe ich mir viel vorgenommen – und weiß bis heute nicht, wo ich landen werde. Was aber auf Basis meines Fachwissens nachweislich hilft, ist Inhalt dieses neuen *Slimbooks*. ...