

Hintergrund zur Person

Regina ist 61 Jahre alt und lebt in einer neuen Partnerschaft. Aus ihrer früheren Ehe bringt sie drei Kinder mit, gemeinsam mit ihrem Partner ergibt sich eine große Patchworkfamilie. Aufgrund beruflicher und familiärer Verpflichtungen bleibt jedoch wenig gemeinsame Zeit. Regina arbeitet seit dem Abschluss ihrer gezielt gewählten Ausbildung in ihrem Wunschberuf. Obwohl sie spürt, dass ihre Kräfte nachlassen, arbeitet sie weiterhin in Vollzeit – aus Überzeugung, einen wichtigen gesellschaftlichen Beitrag zu leisten.

Charakter und Haltung

Regina ist pflichtbewusst, beharrlich und zuverlässig. Sie stellt ihre Arbeit über persönliche Bedürfnisse und ordnet private Wünsche oft unter. Ihre gesellschaftliche Verantwortung steht für sie an erster Stelle. Gleichzeitig weiß sie genau, was ihr guttun würde – Ruhe, Zeit für sich, mehr Ausgleich – doch sie verschiebt diese Bedürfnisse auf später. Der Kontakt zu ihren Kindern und Enkeln ist ihr sehr wichtig, sie sorgt sich um deren Wohlergehen und bleibt eng eingebunden.

Alltag und Engagement

Ihr Alltag ist stark durch die Arbeit strukturiert. Sie ist bereit, jederzeit für Kolleginnen und Kollegen einzuspringen, was ihre Wochen eng taktet. Die Fahrten zur Arbeit und die beruflichen Anforderungen kosten viel Energie, abends ist sie oft erschöpft. Regelmäßige Freizeitaktivitäten sind schwer planbar, finden meist am Wochenende statt: Wandern, Kurzreisen mit Freunden oder dem Partner, Familienbesuche. Ein fester Enkel-Tag und der wöchentliche Kinoabend sind ihre persönlichen Highlights und wichtige Auszeiten. Zusätzlich kümmert sie sich regelmäßig um ihre Mutter.

Zukunft und Vision

Regina weiß, dass der Übergang in die Rente eine Herausforderung wird – vor allem das Loslassen alter Muster. Dennoch freut sie sich auf mehr Zeit für sich, für alltägliche Genüsse, fürs Lesen, Kochen und für die Familie. Sie möchte sich künftig in ihrem Wohnumfeld engagieren, in einem Maß, das zu ihr passt. Den Kontakt zu ehemaligen Kolleginnen möchte sie locker halten und ihr Fachwissen weitergeben – eventuell in Form einer Fachpublikation. Sie plant, soziale Kontakte zu pflegen, sich weiterzubilden und ihre Freizeit selbstbestimmt zu gestalten. Gesundheit und Bewegung bleiben wichtige Bestandteile ihres Lebens.



*Frau Im Blauen Pullover · Kostenloses Stock-Foto
(pexels.com)*

Herausforderungen und Einwände

Regina zögert bei neuen Angeboten oft mit dem Hinweis: „Das ist jetzt noch nicht dran“ oder „Dafür habe ich gerade keine Kraft“. Sie fühlt sich durch viele gleichzeitige Anforderungen belastet und verschiebt Veränderungen auf die Zeit nach dem Renteneintritt. Auch gemeinsame Aktivitäten mit dem Partner scheitern manchmal an unterschiedlichen Interessen.

Ideale Ansprache

Sie profitiert von externer Unterstützung beim Übergang in die Nacherwerbsphase. Besonders hilfreich sind kompakte, gebündelte Informationen, die Zeit sparen. Angebote sollten spontan nutzbar sein – ohne Anmeldung oder Vorlauf. Persönliche Beratung wird digitalen Formaten klar vorgezogen.

„Arbeit bestimmt mein Leben bis zur Rente – und dann bestimme ich endlich selbst.“