

**ZUR LAGE**

## Mehr als 54.000 arbeitslose Führungskräfte - und der Verlust, über den kaum jemand spricht

Mehr als 54.000 Führungskräfte waren zuletzt in Deutschland ohne Job (April 2026) – nach rund 49.000 im Jahresdurchschnitt 2025, dem höchsten Stand seit Beginn der vergleichbaren Erfassung 2015 und einem Anstieg um 14 Prozent gegenüber 2024 (Bundesagentur für Arbeit). Hinter der Zahl steckt mehr als Konjunktur. Für Managerinnen und Manager jenseits der 50 bedeutet ein Jobverlust den Verlust von Rolle, Status und Identität – und einen Markt, der jahrzehntelange Erfahrung eher als Hypothek denn als Wert liest. Viele geben innerlich auf, bevor der Markt sie ablehnt.

Der Ratgeber „Neustart nach Kündigung mit 50+“ und die Plattform restart50.plus zeigen dieser Gruppe einen Weg zurück – strukturiert, selbst umsetzbar und bezahlbar.

**DREI KERNTHESEN**

**01 Nicht die Qualifikation fehlt - die Vermittlungschancen.** Erfahrene Führungskräfte scheitern selten an ihrem Können. Sie treffen auf einen Markt, in dem neu gemeldete Stellen stark zurückgegangen sind und die Chance, Arbeitslosigkeit durch eine neue Beschäftigung zu beenden, so gering ist wie lange nicht. Von den 44- bis 63-jährigen Arbeitslosen finden nur 12,6 Prozent binnen eines Jahres wieder eine Stelle (IAB, 2026).

**02 Der eigentliche Verlust ist nicht der Job, sondern die Identität.** Wer jahrzehntelang Verantwortung getragen hat, verliert mit der Position auch Rolle, Status und Selbstverständnis. „Gestern Manager – heute was?“ Ob der Neustart gelingt, entscheidet sich oft an dieser Frage – nicht an der nächsten Bewerbung.

**03 Zwischen Selbsthilfe und Luxus fehlt der Mittelweg.** Wer sich allein hilft, hat heute zwei Optionen: ein generisches Online-Tool mühsam selbst bedienen – ohne roten Faden – oder ein Outplacement für mehrere Tausend Euro, das nur wenige bekommen. Ein strukturierter, bezahlbarer Weg mit Begleitung dazwischen fehlt bislang. Genau deshalb bleiben viele in der schwierigsten Phase allein.

**DATEN-ANKER**

**Führungskräfte-Arbeitslosigkeit:** rund 49.000 im Jahresdurchschnitt 2025 – +14 % gegenüber 2024 (rund 43.000) und der höchste Stand seit Beginn der vergleichbaren Erfassung 2015; aktuelle Fortschreibung mehr als 54.000 (April 2026). Ein mehrjähriger Anstieg.

Quelle: Bundesagentur für Arbeit.

**Wiedereinstieg 50+:** Nur 12,6 % der 44- bis 63-jährigen Arbeitslosen finden binnen eines Jahres wieder eine Stelle; ältere Arbeitslose brauchen im Schnitt 23 statt 20 Wochen bis zurück in Beschäftigung.

Quelle: IAB (2026) bzw. Bundesagentur für Arbeit (2025).

**Marktumfeld:** 2025 wurden so wenige Stellen neu gemeldet wie seit vielen Jahren nicht; die Chance, aus der Arbeitslosigkeit heraus wieder eine Stelle zu finden, liegt auf einem historischen Tiefstand.

Quelle: Bundesagentur für Arbeit / KOFA, Jahresrückblick 2025.

**Interim Management als realistische Option:** rund 12.500 aktive Interim Manager, ca. 2,7 Mrd. € Marktvolumen, durchschnittlicher Tagessatz rund 1.317 €.

Quelle: DDIM-Marktstudie 2026.

## BUCHDATEN



## Neustart nach Kündigung mit 50+

Ein Praxisleitfaden für Manager und Führungskräfte

|                       |                                                                                                                                                                                |
|-----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| TITEL                 | <b>Neustart nach Kündigung mit 50+</b>                                                                                                                                         |
| UNTERTITEL            | Ein Praxisleitfaden für Manager und Führungskräfte                                                                                                                             |
| AUTOR                 | Michael Pröschel                                                                                                                                                               |
| VERLAG                | tredition, Ahrensburg · 1. Auflage 2026                                                                                                                                        |
| UMFANG                | 218 Seiten                                                                                                                                                                     |
| FORMATE, ISBN & PREIS | Softcover · ISBN 978-3-384-93542-7 · 24,90 €<br>Hardcover · ISBN 978-3-384-93543-4 · 29,90 €<br>E-Book (ePub) · ISBN 978-3-384-93544-1 · 19,99 €<br>Kindle-Edition · ab 9,90 € |
| ERHÄLTlich            | Buchhandel, tredition-Shop, Amazon und Thalia; E-Book zusätzlich bei Tolino, Apple Books und Google Play.                                                                      |
| ERSCHEINUNGSDATUM     | 1. Juli 2026 (deutsche Ausgabe)                                                                                                                                                |
| ENGLISCHE AUSGABE     | „Restart After Getting Fired at 50+“ (Amazon, erschienen 8. Juli 2026)<br>Paperback · ISBN 979-8-183-54863-1 · 22,90 € · Kindle-Edition · ab 9,90 €                            |
| WEB                   | restart50.plus/start · Presse: restart50.plus/presse                                                                                                                           |

## ZITIERFÄHIGE O-TÖNE - FERTIG ZUM ÜBERNEHMEN

Von Michael Pröschel, Autor und Gründer von restart50.plus. Frei zur redaktionellen Verwendung.

### DER IDENTITÄTSVERLUST

„Der schwerste Satz nach einer Kündigung ist nicht ‚Ich wurde entlassen‘, sondern ‚Ich bin arbeitslos‘. Gestern war ich Manager, verantwortlich für Hunderte Menschen. Und heute bin ich – was? Diese eine Frage trifft härter als jede Absage.“

### ALTERSDISKRIMINIERUNG

„Altersdiskriminierung ist real – das bestreitet nur, wer nie mit 55 eine Bewerbung geschrieben hat. Am gefährlichsten ist aber der Moment, in dem man ihr innerlich recht gibt. Wer ‚dafür bin ich zu alt‘ erst einmal denkt, bewirbt sich nicht mehr – er entschuldigt sich.“

### DIE RESIGNATIONSFALLE

„Ich habe erlebt, wie starke Führungskräfte irgendwann sagen: ‚Bewerbungen lohnen sich bei mir sowieso nicht mehr.‘ Das ist keine Bequemlichkeit, das ist Erschöpfung. Und es ist der Punkt, an dem aus einer schwierigen Suche eine aussichtslose wird – nicht wegen des Alters, sondern wegen des Aufgebens.“

### SELBSTWERT

„Eine Kündigung ist ein Einschnitt, aber kein Urteil über Ihren Wert. Die meisten zählen im Gespräch auf, womit sie beschäftigt waren. Entscheidend ist, was sie bewirkt haben. Wer diesen Unterschied wieder spürt, sitzt sofort anders im Raum.“

### AUS EIGENER ERFAHRUNG

„Mir wurde zweimal gekündigt. Beim zweiten Mal, jenseits der 50, hat der Weg zurück zwei Jahre gedauert. Was ich in dieser Zeit gelernt habe: Der Neustart beginnt nicht mit der ersten Bewerbung, sondern in dem Moment, in dem man aufhört, auf den alten Job zu warten.“

— Michael Pröschel

## ÜBER DEN AUTOR

### Michael Pröschel



Foto honorarfrei ·  
Download:  
[restart50.plus/presse](https://restart50.plus/presse)

Michael Pröschel kennt den Moment, in dem sich alles ändert – aus eigener Erfahrung. In über drei Jahrzehnten in der pharmazeutischen Industrie, zuletzt als Geschäftsführer, wurde ihm zweimal gekündigt. Beim ersten Mal fand er nahtlos eine neue Position. Das zweite Mal, jenseits der 50, dauerte es zwei Jahre: Er baute sich eine freiberufliche Beratung auf, suchte parallel weiter – und kehrte schließlich als CEO in eine Führungsrolle zurück.

Er hat erlebt, was viele Führungskräfte 50+ durchmachen: die Unsicherheit, ob der Markt noch einen Platz für sie bereithält, und gut gemeinte Ratschläge, die an der Realität vorbeigehen. Aus diesen Erfahrungen entstand sein Ratgeber. Heute begleitet er Führungskräfte 50+ beim beruflichen Neustart – als Autor und Gründer von [restart50.plus](https://restart50.plus). Er weiß, wovon er spricht: nicht aus dem Lehrbuch, sondern aus dem Leben.

## ÜBER RESTART50.PLUS

**restart50.plus** ist die Plattform für Führungskräfte ab 50, die nach einer Kündigung den beruflichen Neustart strukturiert angehen. Sie verbindet erprobte Werkzeuge mit persönlicher Begleitung – positioniert zwischen generischen Online-Tools und teurer Einzelberatung. Gegründet von Michael Pröschel, Autor von „Neustart nach Kündigung mit 50+“.

---

### Michael Pröschel · Presse & Anfragen

Tel. +49 152 29228239 · [kontakt@restart50.plus](mailto:kontakt@restart50.plus) · [restart50.plus/presse](https://restart50.plus/presse)

Download-Assets (Autorenfoto honorarfrei, Cover deutsch & englisch in Druckauflösung, diese Mappe als PDF): [restart50.plus/presse](https://restart50.plus/presse)