

„Geborene Helden“ und „gute Feen“

Impressionen von einer Tagung der Stadt Karlsruhe und dem Klinikum

„Lebensfroh und gesund am Arbeitsplatz“ – unter diesem Motto trafen sich Ende September etwa 140 Frauen und Männer der Stadtverwaltung Karlsruhe, der Heimstiftung Karlsruhe, der VOLKSWOHNUNG GmbH, der Volkshochschule Karlsruhe e.V. und aus dem Klinikum.

VON GISELA KEMPER UND KAROLA SOMMER

Gemeinsam gingen sie in Vorträgen und Workshops den Fragen nach: Hat Gesundheit ein Geschlecht? Verhalten sich Männer und Frauen bei Belastungen unterschiedlich? Gefährdet Männlichkeit wirklich die Gesundheit, wie es provokant eine Überschrift im Ärzteblatt formulierte?

Eingeführt von einem szenischen Beitrag der Schauspielerin Ursel Zetzmann und zwei männlichen Führungskräften der Stadtverwaltung wurde das Gesundheitsverhalten von Männern und Frauen aufs Korn genommen (siehe Foto unten). Unter lautem Gelächter erkannten die Tagungsteilnehmer offensichtlich die eine oder andere Situation wieder, die ihnen im beruflichen Alltag schon begegnet ist. In der anschließenden Gesprächsrunde mit Führungskräften und Personalvertretungen der beteiligten Unternehmen stand

die Frage im Fokus: Geschlechtergerechtes Gesundheitsmanagement – brauchen wir das? Die Beteiligten waren sich einig, dass es notwendig ist, den Genderaspekt systematischer in das Gesundheitsmanagement mit einzubeziehen. Deutlich wurde, dass die Lebenswirklichkeiten von Männern und Frauen sehr unterschiedlich sind und sich Maßnahmen „passgenau“ an diese Wirklichkeiten anpassen müssen. Nach wie vor übernehmen Frauen und Männer unterschiedliche zeitliche Anteile bei familiären Aufgaben. Der Trend geht allerdings dahin, dass immer mehr Männer für die Familie da sein möchten. Am Arbeitsplatz treffen sie dann manches Mal auf tradierte Rollenerwartungen. Medizinisch unterfüttert wurde das Thema von Dr. Ulrike Ullman mit ihrem Vortrag „Gesundheit hat ein Geschlecht“. Der „kleine Unterschied“ zwischen dem xx- und xy-Chromosom sorgt genetisch vorprogrammiert bei Frauen und Männern für unterschiedliche Krankheitsverläufe, andere Notwendigkeiten in der Prophylaxe und Behandlung. Die geschlechtsspezifische Sozialisation tut dann ihr Übriges, um dafür zu sorgen, dass sich Männer – zugespitzt gesagt – zum „geborenen Helden“ und Frauen zur „guten Fee“ entwickeln.

So weit die Theorie. Wie sehen nun die Perspektiven aus der Praxis aus? Mit welchen Erkrankungen kommen Frauen und Männer aus



Foto: ONUK

den verschiedenen Betrieben vom „Konzern Stadt Karlsruhe“ zum ärztlichen Dienst oder zur städtischen Beratungsstelle? Im Fachgespräch betonte Dr. Cornelia Burkhart, Leiterin des Ärztlichen Dienstes der Stadt Karlsruhe: „Zu uns kommen in den letzten Jahren ganz viele Mitarbeiter auf eigenen Wunsch, wenn sie mit irgendetwas auf der Arbeit nicht zurechtkommen, nicht nur zu Pflichtuntersuchungen oder zu Begutachtungen, die vom Arbeitgeber angeordnet werden. Anlass sind da zunehmend psychische Probleme, die ursächlich im Zusammenhang mit der Arbeit oder dem privaten Umfeld stehen.“

Rainer Blobel, Leiter der Städtischen Beratungsstellen, formulierte schmunzelnd: „Wenn Männer zu mir in die Beratung kommen, könnte man meinen, sie hätten vergessen, beim Antritt ihrer Stelle den Beipackzettel zu lesen.“ Sie kommen häufig erst zu ihm, wenn die angekündigten möglichen Risiken und Nebenwirkungen massiv eingetreten sind. Prophylaktisch Rat holen: Fehlanzeige. „Das gilt alles nur für die anderen. Ich pack das schon!“, ist die typisch männliche Haltung, die dahinter steht. Neben dem Unterscheidungsmerkmal männ-

lich/weiblich spielt auch die Art und Weise der Arbeitstätigkeit eine große Rolle im Umgang mit Belastungen. Menschen, die körperlich arbeiten, bauen das Stresshormon Adrenalin über die Muskulatur ab, die „schaffen was weg“. Bei Menschen mit einer eher sitzenden Tätigkeit sorgt der immer wiederkehrende Adrenalinschub in länger andauernden Stresssituationen für Erkrankungen im Herz-Kreislauf-System, die häufig erst wahrgenommen werden, wenn der Körper die „Rote Karte“ zeigt. Übereinstimmend stellen Dr. Cor-

ANLASS SIND ZUNEHMEND PSYCHISCHE PROBLEME, DIE URSÄCHLICH IM ZUSAMMENHANG MIT DER ARBEIT ODER DEM PRIVATEN UMFELD STEHEN.

nelia Burkhart und Rainer Blobel fest: Frauen, sofern sie nicht in oberen Führungspositionen sind, steigen schneller aus dem Hamsterrad aus und nehmen Hilfe in Anspruch. Sie suchen nach Lösungen und Veränderungen – klar ist: Sie müssen selbst etwas tun, wenn sich etwas verändern soll. Männer nutzen die Beratung eher als „notwendigen

Konto27

Junges Banking von A-Z

www.volksbank-karlsruhe.de

... **das kostenlose Konto** für junge Leute von 13 bis 27:

- **kostenlose Kontoführung, Überweisungen, Daueraufträge, Benutzung von Geldautomaten und Kontoauszugsdruckern inklusive**
- **Direktbanking: Internet-, Telefon- oder MobileBanking**

FührerscheinSparen – der Ansparplan für alle, die mobil werden wollen.
Bank-Corner – einfach reinklicken bei www.volksbank-karlsruhe.de.

BANK GÖRNER
 Junges Banking der Volksbank Karlsruhe

VOLKSBANK
 KARLSRUHE

Foto: Gleichstellungsbüro Stadt Karlsruhe



Boxenstopp“: schnell Reifen wechseln und dann wieder mit Vollgas auf die Bahn. Wenn das dann doch nicht so schnell funktioniert, fallen sie schnell wieder in ihre alten Verhaltensweisen zurück. Abschließend die Frage: Was kann denn getan werden, damit Frauen und Männer, in der Pflege, der Verwaltung, im ärztlichen, im technischen, im gewerblichen Bereich möglichst bis zur Rente lebensfroh und gesund an ihrem Arbeitsplatz bleiben? Da geht es einerseits um die sogenannte „Verhaltensprävention“: Was kann jeder Einzelne für sich tun, um gesund und zufrieden zu sein; das Fitnessstudio, der Raucherentwöhnungskurs, die bewusste Ernährung und Bewegung seien da nur beispielhaft genannt. Aus Sicht des Arbeitgebers ist vor allem auch die sogenannte „Verhältnisprävention“ gefragt: Wie müssen die Arbeitsbedingungen gestaltet sein, dass ich auch gesund bleiben kann, physisch wie psychisch. Zu konzeptionellen Überlegungen der geschlechtersensiblen Gestaltung des Gesundheitsmanagements stellte Dr. Andrea Rothe erste Praxisansätze vom Städtischen Klinikum München vor. In Workshops

und im World-Café gab es anschließend die Gelegenheit zum Austausch und zur Vertiefung der unterschiedlichen Themenbereiche (siehe Foto links).

In der Abschlussrunde nahm Geschäftsführer Ulrich Meier Folgendes aus dem Tag für die Umsetzung in den Arbeitsalltag im Klinikum mit: Unsere Angebote sind vielfältig und breit, wir sollten uns aber die Frage stellen, erreichen wir diejenigen überhaupt, die Hilfe benötigen. Aus diesem Grund sollten wir versuchen, niederschwellige Angebote, die adressatengerecht sind, anzugehen. Nicht große, zum Teil als Pflicht empfundene und damit verpuffende Aktionen für alle, sondern vielfältige Wahlangebote für Einzelne sollten gefunden werden. Ganz im Sinne eines „Boxenstopps“ sollten wir vorgehen, eine Anlaufstelle wäre gut, wo die Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen unmittelbar, kurzfristig und unbürokratisch ihre Anliegen formulieren können und wo unkompliziert und kurzfristig geholfen werden kann. Manchmal tut es ja schon gut, wenn frau/man sich über Probleme am Arbeitsplatz oder auch zu Hause aussprechen kann. Die Hilfe von dort könnte vielschichtig sein: natürlich mit einer Vermittlung an Beratungsstellen bei schwierigen Fragestellungen. Manchmal würde aber auch, dies ergab die Diskussion, etwa ein Gutschein für eine Massage oder einen Schwimmbadbesuch dazu führen, dass die Mitarbeiterin, der Mitarbeiter es zulassen, etwas für sich zu tun. Denn auch darauf kommt es an.

GISELA KEMPER, GLEICHSTELLUNGSBÜRO,
KAROLA SOMMER, AKADEMIE FÜR FÜHRUNGS-
KRÄFTE, REDAKTION MEDIKUSS

...wie fühlt es sich an? Besuchen Sie Europas größte **Erlebniswelt** für Gold, Edelsteine, Schmuck und Uhren auf über 4.000 qm. 250 Jahre Kompetenz und Tradition.

Ein hautnahes Erlebnis – spannende Themenräume, Gläserne Manufaktur und eine Werkstatt zum Miltmachen!

In der **Einkaufswelt** finden Sie Schmuck direkt aus der Goldstadt Pforzheim sowie internationale Fashion- und Luxusprodukte – eine einzigartige Auswahl aus über 200 Schmuck- und Uhrenmarken in allen Preislagen.

Westl. Karl-Friedrich-Straße 56
75172 Pforzheim
Telefon 07231 800 06 0
info@schmuckwelten.de

WIE SCHMECKT GOLD...

Attraktives Bonusprogramm für Buspartner
www.schmuckwelten.de

SCHMUCKWELTEN
Pforzheim

Im Herzen der Goldstadt