

Demografischer Wandel

Steigerung der Erwerbsbeteiligung von Frauen und Männern

Durch den demografischen Wandel sind Fachkräfte heute wertvoller denn je. Für Betriebe wird es deshalb immer wichtiger, Beschäftigte langfristig zu binden und ihre Motivation und Gesundheit zu erhalten. Den Betrieben bieten sich vielversprechende Ansatzpunkte und Maßnahmen, um den Beschäftigten zusätzliche Arbeitszeit zu ermöglichen. So kann die Erwerbsbeteiligung von Frauen und Männern erhöht werden.

Sicherheit und Gesundheit von Frauen

Belastungen

Hohe Anforderungen hinterlassen im Lauf der Jahre Spuren. Bei Frauen sind psychische Erkrankungen mittlerweile der Hauptgrund für Fehlzeiten, dicht gefolgt von Atemwegsbeschwerden und Erkrankungen des Muskel-Skelett-Systems. Besonders alarmierend ist das Thema Herzgesundheit – das Risiko, an den Folgen eines Infarkts zu sterben, ist bei Frauen um 20 Prozent höher als bei Männern.

In Handel und Warenlogistik entstehen psychische Belastungen für Frauen insbesondere durch Kundenkontakte, Zeitdruck und hohe Arbeitsdichte. Hinzu kommt häufig eine familiäre Doppelverantwortung. Zudem reagieren Frauen sensibler auf ein belastetes Betriebsklima oder mangelnde soziale Anerkennung als ihre männlichen Kollegen.

Auch das Muskel-Skelett-System von Frauen wird im Arbeitsalltag stark gefordert – besonders wenn Waren gehoben, verräumt, gezogen oder geschoben werden. Häufiger als Männer verrichten Frauen

sich wiederholende Arbeiten und sind länger im Sitzen tätig. Diese einseitige Belastung führt oft zu spezifischen Beschwerden.

Außerdem: In vielen Unternehmen besteht ein bedeutender Teil der Belegschaft aus Frauen, die in den Wechseljahren sind. Ihnen können zum Beispiel Schlaflosigkeit, Erschöpfung, Konzentrationschwierigkeiten, erhöhtes Stressempfinden oder Hitzewallungen zu schaffen machen. Aufgrund dieser Beschwerden müssen sich viele Frauen krankmelden, wollen mittelfristig ihre Arbeitszeit reduzieren oder sogar früher in Rente gehen.

Maßnahmen

- lebensphasenorientierte Arbeitszeitmodelle, etwa die planbare Rückkehr in Vollzeitarbeit nach der Familienphase
- technische Maßnahmen, zum Beispiel Sitz-Steh-Optionen, Hebe- und Transporthilfen, ergonomische Kassenarbeitsplätze
- stabile Dienstpläne mit weitreichender Planungssicherheit
- Jobrotation zur Reduzierung sich ständig wiederholender Tätigkeiten
- Schulungen und Deeskalationstrainings für den professionellen Umgang mit Kunden
- betriebliche Angebote zur Unterstützung der eigenen Gesundheitskompetenz, insbesondere zum Umgang mit Stress, Ernährung, Bewegung, Herzgesundheit und den Wechseljahren



Sicherheit und Gesundheit von Männern

Belastungen

Körperliche Arbeit hinterlässt bei Männern deutliche Spuren. Erkrankungen des Muskel-Skelett-Systems führen die Statistik an, gefolgt von Atemwegsbeschwerden und psychischen Erkrankungen. Zudem sind bei 68 Prozent aller meldepflichtigen Unfälle Männer die Betroffenen. Zwischen dem 45. und 64. Lebensjahr erkrankt fast jeder zehnte Mann an einer koronaren Herzerkrankung.

Meist sind Männer bei der Arbeit körperlich noch stärker belastet als Frauen. Sie arbeiten häufiger im Stehen oder in Zwangshaltungen und müssen schwer heben und tragen. Oft sind sie ungünstigen Arbeitsumgebungen ausgesetzt, wie Kälte, Hitze, Nässe, Zugluft, Rauch, Gasen, Staub, Dämpfen oder Lärm.

Ein Problem: Trotz hoher Beanspruchung nutzen Männer Präventionskurse weniger als Frauen und gehen seltener zum Arzt.

Maßnahmen

- Automatisierung von Arbeitsprozessen
- kontinuierliche Verbesserung der Arbeitsumgebung und der Arbeitsplatzergonomie
- technische Hilfsmittel, zum Beispiel Stehhilfen, Elektro-Hubwagen, Hebe- und Verladehilfen, Fahrassistenzsysteme
- realistische Arbeitsziele und Kennzahlen
- Rotation von Tätigkeiten zur Vermeidung von einseitiger Belastung
- Mitbestimmung bei der Auswahl persönlicher Schutzausrüstung (PSA) und konsequentes Durchsetzen der Tragepflicht

Gesundheitsbezogene Selbstfürsorge stärken

- Schulungen und Kurse, insbesondere zur Herzgesundheit, Ernährung, zu Suchtmitteln und zum Umgang mit Stress.
- Männer bevorzugen für die Anmeldung zu Kursen niederschwellige Verfahren, etwa über Check-in-Systeme, statt über E-Mail oder Telefon. Ihre Teilnahmebereitschaft steigt, wenn Angebote direkt, ohne Fachbegriffe und an den Interessen von Männern orientiert kommuniziert werden.
- Vätternetzwerke können betriebliche Gleichstellungsangebote sinnvoll ergänzen.
- Männer treiben Sport lieber in Vereinen oder Fitness-Centern als im Betrieb. Das können Unternehmen durch Kooperationen und Zuschüsse unterstützen.

Prävention, die gezielt auf die unterschiedlichen Bedürfnisse von Frauen und Männern eingeht, zahlt sich mehrfach aus: mehr geleistete Arbeitsstunden und weniger Ausfälle. Und dazu eine höhere Zufriedenheit und stärkere Bindung an das Unternehmen!

Arbeitsunfähigkeitsmeldungen wegen ...

	Psychische Erkrankungen	Atemwegsbeschwerden	Muskel-Skelett-System	Verletzungen
Frauen	20,7 %	20,0 %	14,9 %	7,3 %
Männer	14,2 %	18,8 %	20,5 %	11,6 %

Quelle: Daten aus dem DAK-Gesundheitsbericht 2024. Tabelle: BGHW