



„DIE RESSOURCEN DER MÜTTER SIND ZENTRAL FÜR IHRE GESUNDHEIT“

Doktorandin im Interview: Wie ist es um die Gesundheit von Frauen bestellt, die Kinder haben und berufstätig sind? Dieser Frage widmet Annika Bode ihre Doktorarbeit. Sie meint, Frauen sollten ihre Gesundheit gerade wegen der vielen Anforderungen nicht aus dem Blick verlieren.

Annika Bode ist Hebamme, studierte den ausbildungsergänzenden Studiengang Midwifery und verfügt über mehrjährige Berufserfahrung. Sie ist Praxisanleiterin, Absolventin des Masterstudiengangs Management im Gesundheitswesen, wissenschaftliche Mitarbeiterin und Promovendin des kooperativen Forschungskollegs „FamiLe - Familiengesundheit im Lebensverlauf“. Seit einem Jahr forscht sie mittels einer quantitativen Untersuchung zum Thema „Frauengesundheit im Kontext der Vereinbarkeit von Familie und Beruf.“ An der Online-Befragung haben sich 1.200 Frauen beteiligt. Betreut wird die Arbeit von Prof. Dr. Claudia Hellmers, Hochschule Osnabrück, und Prof. Dr. Sabine Metzger von der Universität Witten/Herdecke.

Frau Bode, Sie möchten wissen, wie gesund Frauen mit Kindern im Alter von ein bis drei Jahren sind. Warum? Mütter steigen im Mittel zwei Jahre nach der Geburt wieder in den Beruf ein. Die Gesundheit von Frauen mit Kindern zwischen null und zwei Jahren ist sehr gut, bei Frauen mit Kindern älter als zwei Jahren jedoch deutlich schlechter. Da die jüngsten Kinder der Mütter in meiner Studie ein bis drei Jahre alt sind, kann ich zudem zwischen den Müttern vergleichen, die bereits wieder arbeiten und denen, die noch zu Hause bleiben. Daraus kann ich ableiten, ob und wie die Berufstätigkeit die Gesundheit der Frauen beeinflusst – positiv oder negativ.

Bedeutet dies nicht, dass der Wiedereinstieg in den Beruf für Mütter eine Belastung ist, die ihre Gesundheit gefährdet? Wie sich die Berufstätigkeit auf die Gesundheit auswirkt, hängt von vielen Faktoren ab, die ich mir genau ansehe. Daher habe ich die Frauen sowohl nach ihrer beruflichen und partnerschaftlichen Situation als auch nach ihrer physischen und psychischen Gesundheit befragt. Ich weiß dadurch, auf welche Ressourcen sie zurückgreifen können. Verfügt eine Frau etwa über viel Resilienz, also seelische Widerstandsfähigkeit, oder sind ihre Kinder gut in einer Krippe oder einem Kindergarten aufgehoben, dann sind das interne beziehungsweise externe Ressourcen, die ihr zur Bewältigung ihrer Aufgaben zur Verfügung stehen. Auf der anderen Seite frage ich nach den internen und externen Anforderungen und Erwartungen. Was verlangt die Frau von sich selber, welche Erwartungen hat das Umfeld, der Partner, der Arbeitgeber?

Kann die Berufstätigkeit selber auch eine Ressource sein? Ja, es gibt auch Frauen, für die die Berufstätigkeit heißt, Zeit für sich zu haben, nicht nur für die Kinder da zu sein. Sie schöpfen aus ihrer Arbeit Kraft und sagen vielleicht, „mit der Berufstätigkeit tue ich etwas für mich, damit geht es mir gut, weil ich weiß, dass sich meine Schwiegereltern in dieser Zeit bestens um mein Kind kümmern“.



Was passiert mit den Ergebnissen Ihrer Studie? Weil sich so viele Frauen beteiligt haben, kann ich Empfehlungen ableiten, wie Frauen ihre Gesundheit aufrechterhalten oder verbessern können. Es geht auch darum, Arrangements zu identifizieren, wie Frauen nach dem Wiedereinstieg in den Beruf gesund bleiben können. Auch möchte ich herausfinden, was Arbeitgeber tun können, damit es ihren Mitarbeiterinnen gesundheitlich besser geht.

Externe Stellschrauben lassen sich nicht beliebig verändern. Wenn die Eltern keine gute Betreuung für ihr Kind finden und der Arbeitgeber nicht unterstützen will oder kann, wird es schwierig. Was hilft den Frauen dann? Wichtig ist, dass sich jede Frau zunächst bewusst macht, welche persönlichen, familiären und beruflichen Ressourcen und Anforderungen ihr Leben beeinflussen. Es gibt einige Frauen, die ihre Gesundheit aus dem Blick verlieren, sich zuletzt um sich selbst kümmern. Sie versorgen ihre Kinder mit gesundem Essen, aber den Apfel für sich selber mögen sie nicht mehr schälen. Sie gehen mit ihren Kindern zur Vorsorge, machen für sich selber aber keinen Termin. Wenn sie formulieren können, was sie brauchen, damit es ihnen gut geht und wie sie zum Beispiel der Partner dabei unterstützen kann, ist das sicherlich hilfreich.

Das heißt, die Frauen sollten auch aktiver etwas für sich zu tun? Ja, denn die Ressourcen sind zentral für die Gesundheit der Mütter. Welche Ressourcen jedoch zum Gelingen der Vereinbarkeit von Familie und Beruf beitragen, werde ich erforschen. Aus der Forschung ist bereits bekannt, dass es sich negativ auf die ganze Familie auswirkt, wenn es der Mutter physisch oder psychisch nicht gut geht.

Spielt dabei das Selbstverständnis der jeweiligen Frau nicht eine große Rolle? Hier schließen sich sogar noch viele weitere Fragen an. Warum ist es so, dass die Wiederaufnahme der Berufstätigkeit Frauen in Deutschland nachweislich mehr belastet, als Frauen in anderen Ländern? Welche Rollenbilder haben wir, welches Selbstverständnis und wie hängt das alles miteinander zusammen? Im ersten Schritt möchte ich aber überhaupt erst einmal abbilden, wie es um die Gesundheit von Frauen mit Kindern in dieser Altersgruppe bestellt ist. >> *id*

Annika Bode gehört zur zweiten Gruppe mit zwölf Promovendinnen und Promovenden des Forschungskollegs FamiLe der Hochschule Osnabrück und der Universität Witten/Herdecke. Es wird vom Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF) gefördert. www.hs-osnabrueck.de/forschungskolleg-famile