

# „Abschied vom starren Rentenalter“

Gesundheitsmanagerin Schneider: Mehr Flexibilität rund um den Ruhestand – Referentin bei Kongress Salut

**Was müssen ältere Arbeitnehmer tun, um ihre Freude an der Arbeit zu behalten? Mit diesen und anderen Fragen rund um das Thema Gesundheit befasst sich Cornelia Schneider. Sie ist geschäftsführende Inhaberin der Gesellschaft für Gesundheitspflege und Weiterbildung (GGW) in Homburg und eine der Referentinnen des Gesundheitskongresses „Salut! Da-Sein“. Dieser findet heute und morgen in Saarbrücken statt. Die Fragen an sie stellte SZ-Redakteur Lothar Warscheid.**

*Was kann der Einzelne tun, um gesund durch das Arbeitsleben zu kommen, welche äußeren, welche inneren Faktoren sind entscheidend?*

**Schneider:** Wir müssen (zumeist) keine Tipps für mehr Bewegung, ausgewogene Ernährung und ausreichend Entspannung geben. Die meisten Mitarbeiter, die wir im betrieblichen Gesundheitsmanagement beraten, sind relativ gut informiert.

Sie haben kein Wissensproblem, sondern ein Verhaltensproblem. Manchmal machen nicht die äußeren Bedingungen krank, sondern die eigene Anforderung: „Ich will perfekt sein, muss besser, schneller, erfolgreicher sein als die anderen.“ Die Reflexion und Veränderung dieser inneren Muster kann viel hilfreicher für die Gesundheit sein als Belehrungen zum neuesten Fitnesstrend.

*Wie eng ist der Zusammenhang zwischen Gesundheit und Arbeit?*

**Schneider:** Keine Frage: Arbeit kann krank machen. Meistens ist es aber nicht der Inhalt der Arbeit, sondern es sind vielmehr die Arbeitsbedingungen und die sozialen Interaktionen am Arbeitsplatz, die potenziell gesundheitsgefährdend sind. Leider wird neben diesen negativen Aspekten viel zu selten bemerkt, dass Arbeit wesentlich zur Gesundheit beitragen kann. Nämlich dann, wenn Menschen

dabei Sinn und Erfüllung erleben, wenn sie am Arbeitsplatz soziale Wertschätzung erfahren, wenn sie Selbstbewusstsein und Identität durch ihre Tätigkeit entwickeln können. Das größte Gesundheitsrisiko haben übrigens Menschen ohne Arbeit.



FOTO: GGW

**Cornelia Schneider**

dabei Sinn und Erfüllung erleben, wenn sie am Arbeitsplatz soziale Wertschätzung erfahren, wenn sie Selbstbewusstsein und Identität durch ihre Tätigkeit entwickeln können. Das größte Gesundheitsrisiko haben übrigens Menschen ohne Arbeit.

*Was können Unternehmen tun, um Älteren auch noch jenseits der 60 Jahre eine berufliche Perspektive zu erhalten?*

**Schneider:** Sie sollten sich zu allererst von einem Altersbild verabschieden, das Alter mit Krankheit, Abbau und mangelnder Leistungsfähigkeit in Verbindung bringt. Sie sollten den Wandel der Fähigkeiten wertschätzen: Wissen, Erfahrung, differenzierte Sozialkompetenzen, Gelassenheit auch in Problemsituatio-

nen – all das kann mit den Jahren doch gerade erst richtig erblühen. Neben der Revision des Altersbildes benötigen wir in Betrieben aber auch ganz konkrete Angebote und Hilfestellungen wie beispielsweise ein professionelles Gesundheitsmanagement, eine flexiblere Arbeitszeitorganisation, vielseitige Weiterbildungsmöglichkeiten und vor allem einen respektvollen und würdigenden Umgang mit den Mitarbeitern.

*Wird es inzwischen gesellschaftlich eher akzeptiert als noch vor wenigen Jahren, wenn jemand noch jenseits des Rentenalters Freude an der Arbeit zeigt?*

**Schneider:** Meinen Sie das Rentenalter des Dirigenten oder das des Dachdeckers? Das arbeitsrechtliche Rentenalter ist bei allen Angestellten dasselbe, das „gefühlte“ dürfte zwischen diesen beiden Berufen wohl weit auseinanderliegen. Müssen wir uns nicht allmählich von einem „starren“ Renten-

ter verabschieden? Ist es die Aufgabe der Politik uns zu sagen, wann wir zu alt zum Arbeiten sind? Wäre es nicht klüger, je nach Beruf, Lebenssituation, individuellen Bedürfnissen und Anforderungen ein flexibles Renteneintrittsalter zu definieren? Das kalendarische Alter eines Menschen hat nur wenig Aussagekraft über sein potenzielles Leistungsniveau.

## HINTERGRUND

Der Kongress „Salut! Da-Sein“ findet heute und morgen in der Saarbrücker Congresshalle statt. Er beschäftigt sich mit den Herausforderungen des demografischen Wandels auf die Gesundheitswirtschaft. Viele namhafte Experten haben sich angesagt. *red*

www.salut-gesundheit.de