

(Prä-) Menopause im Lehrerinnenberuf

Beitrag von „Quittengelee“ vom 2. Februar 2025 13:47

Ist das bei euch im Kollegium, oder gar der Schulleitung Thema? Setzen sich Gleichstellungsbeauftragte bei euch ein und wenn, wie? Ist eine von euch oder euren Kolleginnen mit Mitte/Ende 40 das erste Mal in Teilzeit gegangen?

<https://www.betriebsrat.de/news/gesundhei...tsplatz-3132209>

Beitrag von „kodi“ vom 2. Februar 2025 13:59

[Zitat von Quittengelee](#)

Ist das bei euch im Kollegium, oder gar der Schulleitung Thema?

Nein, zumindest nicht auf allgemeiner Basis. Individuelle Kolleginnen tauschen sich natürlich schon aus.

Ich wüsste jetzt auch nicht, was eine SL da aktiv tun sollte und fände es auch mehr als übergriffig.

Beitrag von „Humblebee“ vom 2. Februar 2025 14:14

Bei uns ist es genau so, wie [kodi](#) es schildert.

[Zitat von Quittengelee](#)

Ist eine von euch oder euren Kolleginnen mit Mitte/Ende 40 das erste Mal in Teilzeit gegangen?

Ja, ich (mit Mitte 40) und auch eine Kollegin aus meiner Abteilung (mit Ende 40/Anfang 50). Das hatte aber in unseren beiden Fällen nichts mit den "Wechseljahren" zu tun.

Beitrag von „Antimon“ vom 2. Februar 2025 14:31

Zitat von Quittengelee

Ist eine von euch oder euren Kolleginnen mit Mitte/Ende 40 das erste Mal in Teilzeit gegangen?

Wieso denn das? Also bei uns ist es ein recht offenes Thema, es gehört zum Leben halt dazu. Aber es ist mehr so, dass sich die betroffenen Kolleginnen gelegentlich gegenseitig vollschimpfen, man nimmt es mit Humor. Meine Chefin ist zwei Jahre älter als ich, mei, die trifft es demnächst dann halt auch.

Beitrag von „chemikus08“ vom 2. Februar 2025 14:35

Viele Ereignisse können im Leben zu einem Leistungsknick führen. Im einen Fall mag es die Menopause sein, im anderen Fall ein Herzinfarkt. In jedem Fall ist so etwas im Lehrerberuf eine ziemliche Herausforderung. Hier stellt man im Grunde eigentlich erst fest, wie stark man in diesem Beruf doch gefordert ist. Wenn man es bis jetzt nicht gelernt hat, jetzt muß man lernen nein zu sagen, was von manchen Vorgesetzten nur sehr widerwillig zur Kenntnis genommen wird

Beitrag von „Magellan“ vom 2. Februar 2025 14:40

Zitat von chemikus08

Viele Ereignisse können im Leben zu einem Leistungsknick führen. Im einen Fall mag es die Menopause sein, im anderen Fall ein Herzinfarkt.

Nur kommen ALLE Frauen in die Wechseljahre, aber nicht ALLE Männer/Menschen/Frauen einen Herzinfarkt. Insofern ist es schon was anders. Vielleicht sollte man sich als SL einfach der Tatsache bewusst sein. Dieses Bewusstsein hat bisher ziemlich sicher gefehlt.

Genauso halten andere Lebensalter andere Herausforderungen bereit, die nicht weniger fordernd sein können (Kinderwunsch, Kleinkinderphase, Midlife-Krise ganz ohne Kinder, Eltern werden

alt/sterben...).

Ich find's gut, wenn die SL das alles auf dem Schirm hat.

Ansonsten ist es meine persönliche Sache, genauso wie Periode, Liebeskummer oder Plattfüße.

Beitrag von „Antimon“ vom 2. Februar 2025 14:46

Ich verstehe das mit dem "Leistungsknack" nicht. Wir haben alle unsere Baustellen. Da ist die junge Kollegin mit dem kleinen Kind, meine Partnerin ist seit Jahren krank, zwei Kolleginnen sind Ü50, geschieden, Wechseljahre, blablabla. Wir reden miteinander und schauen, wer was machen kann. Meinem Rektor haben sie vor 6 Jahren einen bösartigen Tumor aus dem Kopf geschnitten. Der weiss, dass das Ding irgendwann wieder kommt und er dann ziemlich sicher dran stirbt. Alle im Kollegium wissen das.

Beitrag von „s3g4“ vom 2. Februar 2025 14:55

[Zitat von Quittengelee](#)

Ist das bei euch im Kollegium, oder gar der Schulleitung Thema? Setzen sich Gleichstellungsbeauftragte bei euch ein und wenn, wie?

Nein und nein.

Beitrag von „Antimon“ vom 2. Februar 2025 15:31

Wenn wir alle in Teilzeit schicken, die "was haben", machen wir den Laden morgen zu. Ein Kollegium mit 110 Lehrpersonen bildet halt den Durchschnitt der Bevölkerung ab. Ich glaube, wir sind einigermaßen gut darin, aufeinander Rücksicht zu nehmen. Es gibt immer mal den ein oder anderen Idioten, der meint "aber der xy, der geht ja NIE mit ins Klassenlager ...". Ja halt einfach 's Maul, der xy hat einen guten Grund dafür, der dich überhaupt nichts angeht, du bist ja nicht Schulleitung, ne. Das muss man untereinander ausmachen. Ich wüsste nicht, was

irgendwelche offiziellen Regelungen bringen sollen, wenn man sich im Kollegium da nicht einig ist.

Beitrag von „Quittengelee“ vom 2. Februar 2025 16:30

Zitat von Magellan

Nur kommen ALLE Frauen in die Wechseljahre, aber nicht ALLE Männer/Menschen/Frauen einen Herzinfarkt. Insofern ist es schon was anders. Vielleicht sollte man sich als SL einfach der Tatsache bewusst sein. Dieses Bewusstsein hat bisher ziemlich sicher gefehlt.

Genauso halten andere Lebensalter andere Herausforderungen bereit, die nicht weniger fordernd sein können (Kinderwunsch, Kleinkinderphase, Midlife-Krise ganz ohne Kinder, Eltern werden alt/sterben...).

Ich find's gut, wenn die SL das alles auf dem Schirm hat.

Ansonsten ist es meine persönliche Sache, genauso wie Periode, Liebeskummer oder Plattfüße.

Du widerspricht dir gerade. Es geht ja genau darum, dass die halbe Menschheit die Menopause durchläuft aber bislang kaum darüber gesprochen wurde (Teil 1 deiner Aussage) und die Frage besteht darin, ob das so bleiben soll (wie der Liebeskummer als Privatproblem).

Periodenprobleme gehören wiederum zum ersten Teil, es gibt Länder, die Kranktage dafür eingeführt haben.

Beitrag von „Quittengelee“ vom 2. Februar 2025 16:36

Zitat von Antimon

Wenn wir alle in Teilzeit schicken, die "was haben", machen wir den Laden morgen zu. Ein Kollegium mit 110 Lehrpersonen bildet halt den Durchschnitt der Bevölkerung ab. Ich glaube, wir sind einigermaßen gut darin, aufeinander Rücksicht zu nehmen. Es gibt immer mal den ein oder anderen Idioten, der meint "aber der xy, der geht ja NIE mit ins

Klassenlager ...". Ja halt einfach 's Maul, der xy hat einen guten Grund dafür, der dich überhaupt nichts angeht, du bist ja nicht Schulleitung, ne. Das muss man untereinander ausmachen. Ich wüsste nicht, was irgendwelche offiziellen Regelungen bringen sollen, wenn man sich im Kollegium da nicht einig ist.

Du sollst überhaupt niemanden in Teilzeit schicken. Es gibt aber offenbar viele Frauen, die das tun, sich aufgrund der Beschwerden krankschreiben lassen oder früher in Rente gehen. Ich sehe gerade keinen Grund, warum das in Lehrerkollegien so viel anders sein sollte, darum frage ich nach Erfahrungen.

Beitrag von „Maylin85“ vom 2. Februar 2025 16:45

Für mich sind das individuelle Probleme, für die man ggf. individuell Lösungen suchen muss. Darf man freibestimmt im selbstgewählten Umfang in Teilzeit gehen, geht das ja auch ganz prima - man arbeitet eben, wie man kann und möchte, fertig.

Ganz generell muss man meines Erachtens aufpassen, nicht jedem Wehwehchen übermäßig viel Bedeutung beizumessen. Das ist eine gesamtgesellschaftliche Entwicklung, die ich etwas merkwürdig finde..

Beitrag von „Antimon“ vom 2. Februar 2025 16:56

[Zitat von Quittengelee](#)

Es gibt aber offenbar viele Frauen, die das tun, sich aufgrund der Beschwerden krankschreiben lassen oder früher in Rente gehen.

Und es gibt x andere Gründe, in Teilzeit oder früher in Rente zu gehen. Nein, mir ist effektiv keine Kollegin bekannt, die *deswegen* in Teilzeit gegangen wäre. Im Gegenteil stocken viele in dem Alter noch das Pensum auf, weil die Kinder aus dem Haus sind, man ist das erste Mal geschieden, etc. pp.

Wenn's dir darum geht, dass man mehr über solche Dinge reden sollte: Ja, finde ich auch. Man muss aber dann auch aufpassen, dass man kein übermässiges Drama draus macht. Ich musste selber eine Hysterektomie machen lassen und habe mich hinterher arg gewundert, was andere Frauen damit offenbar ein Problem haben, auch wenn schon Ü50 und 3 Kinder. Weiss ich nicht,

ob das dann doch ein bisschen arg mimimi ist. Menstruationsbeschwerden (hatte ich selber auch des Grauens) und Beschwerden während der Wechseljahre sind ja schlussendlich medizinische Probleme. *Da* fehlt es meiner Ansicht nach arg dran, dass das ernst genommen würde. Die Schulleitung kann ja nichts dagegen unternehmen ausser halt die Krankmeldung zur Kenntnis zu nehmen.

Beitrag von „gingergirl“ vom 2. Februar 2025 17:09

Der bllv hat zum Thema vor kurzem eine Umfrage gestartet und die Ergebnisse dazu veröffentlicht: <https://www.bllv.de/vollstaendiger...atz-schule-6363>

Beitrag von „Antimon“ vom 2. Februar 2025 17:26

Na, der Artikel schreibt ja genau, was ich meine. Das Problem liegt grundsätzlich mal beim Gesundheitssystem und im Kollegium muss man vernünftig miteinander sprechen. Da sind alle in der Pflicht, die in irgendeiner übergeordneten Position tätig sind. Als Fachvorsteherin z. B. muss ich halt auch schauen, wer kann gerade welche Aufgaben übernehmen und wer aus welchen Gründen eben nicht. Wir haben kürzlich die Pensenzuteilung fürs nächste Schuljahr diskutiert. Wenn ich da sehe, es geht nicht auf weil jemand grad nicht mehr Stunden übernehmen kann, muss ich halt zur Schulleitung gehen. So funktioniert das bei uns. Dafür braucht's ein Pflichtenheft, kein Gesetz.

Beitrag von „Kathie“ vom 2. Februar 2025 17:36

Ich las neulich in irgendeinem Kommentar bei irgendeiner Zeitung die Idee, dass Schwangere sofort von der Arbeit freigestellt werden sollten, weil sie ja schon Höchstleistungen bringen würden, indem sie neues Leben produzieren. Während ich dem zweiten Teil der Aussage vielleicht sogar zustimme, finde ich den ersten einfach total übertrieben. (Im gleichen Zug schrieb eine Mutter, sie findet, alle Mütter sollten mit ihren Kleinkindern beim Fliegen sofort umsonst auf Business Class upgegraded werden, weil das Fliegen mit Kindern so anstrengend sei - also manche haben schon recht merkwürdige Anforderungen an die Gesellschaft und die

Mitmenschen)

Wenn man jetzt per se alle Frauen von 45 bis 55 speziell vorsichtig behandelt, weil sie ja in den Wechseljahren sind, dann bleibt von der Arbeitszeit gar nicht mehr so viel übrig: Periodentage, Schwangerschaften, Wechseljahre. Ich finde, da müssen wir aufpassen, dass es am Ende dann im Umkehrschluss nicht heißt, Frauen seien weniger belastbar.

Dass man auf bestimmte Lebenssituationen Rücksicht nimmt, natürlich. Aber das betrifft auch chronisch Kranke, Männer mit irgendwelchen Beschwerden und so weiter.

Bei uns im Bekannten- und Kollegiumskreis wird über Wechseljahrsbeschwerden gesprochen, und die reichen von: ich merkte fast gar nichts bis hin zu: mir ging es jahrelang nicht gut. Da muss man halt auf die einzelne Person schauen.

Beitrag von „Sissymaus“ vom 2. Februar 2025 18:00

[Zitat von Kathie](#)

Dass man auf bestimmte Lebenssituationen Rücksicht nimmt, natürlich. Aber das betrifft auch chronisch Kranke, Männer mit irgendwelchen Beschwerden und so weiter.

So ist's und Gottseidank hat unsere SL da wirklich ein Auge drauf und ist sehr emphatisch. Egal wer sich warum in einer schwierigen Lage befindet.

Bei uns gibts nichts durch die Gleichstellung, aber ich sehe wegen der SL auch keinen Bedarf. Teilzeit: Wir haben wenige in diesem Alter. Ich glaube, ich, meine SL und 1-2 weitere Kolleginnen sind die einzigen, die grad das Alter haben. EDIT: Und da arbeitet meines Wissens keiner in TZ.

Alle anderen sind kurz vor Pension oder sehr viel jünger.

Beitrag von „Zauberwald“ vom 2. Februar 2025 18:05

Ich finde, es hilft schon, über Beschwerden zu reden. Viele haben ja auch Schlafprobleme, da habe ich von einer Kollegin nützliche Tipps bekommen. Frauen sind doch sowieso viel offener. Mir machen die Männer mehr Sorgen, die am Arbeitsplatz gesundheitliche Probleme verschweigen, um nicht als weniger leistungsfähig angesehen zu werden.

Beitrag von „sunshine_-:)“ vom 2. Februar 2025 18:11

[Zitat von Maylin85](#)

Für mich sind das individuelle Probleme, für die man ggf. individuell Lösungen suchen muss.

Finde ich tatsächlich erst im 2. Schritt.

Ich gehöre zu den 50% der Menschheit, die biologisch monatlich Hormonschwankungen unterliegen. Mich beutelt dieses Hormongedöns sehr, tatsächlich auch mit Leidensdruck.

Einen Herzinfarkt, chronische Rückenschmerzen oder Heuschnupfen und Migräne kann ich trotzdem bekommen.

Finde, den Frauenthemen wird prinzipiell absolut viel zu wenig Aufmerksamkeit geschenkt. Nicht in dem Sinne, dass alle in Zwangsteilzeit gehen sollten. Aber ich hätte schon gerne eine gewisse Akzeptanz, gerne auch von der Arbeitgeberin (z.B. zwei flexible Tage im Monat oder Ähnliches).

Meine ganz persönliche Erfahrung zeigt, dass es bei diesem Themen so ist wie mit dem Gendern: die am wenigsten Betroffenen reißen am weitesten den Hafen auf.

Beitrag von „Quittengelee“ vom 2. Februar 2025 18:19

[Zitat von sunshine_-:\)](#)

...

Einen Herzinfarkt, chronische Rückenschmerzen oder Heuschnupfen und Migräne kann ich trotzdem bekommen.

Genau das.

Und ich rufe natürlich nicht 1x im Monat morgens an und sage "aufgrund menstrueller Beschwerden muss ich heute zu Hause bleiben". Wobei, vielleicht kann man das bei einer männlichen Schulleitung vielleicht sogar eher, in diesem Thread zeigt sich die Tendenz, dass Frauen weniger Rücksicht nehmen. Entweder, weil sie keine Probleme haben oder finden, jede

müsse sich zusammenreißen so wie sie.

Es soll ja auch Frauen geben, die lieber zu Gynäkologen statt Gynäkologinnen gehen, weil man von denen nie "stellen Sie sich nicht so an" hört.

Beitrag von „Antimon“ vom 2. Februar 2025 18:24

Zitat von sunshine :-)

Aber ich hätte schon gerne eine gewisse Akzeptanz, gerne auch von der Arbeitgeberin (z.B. zwei flexible Tage im Monat oder Ähnliches).

Finde ich schwierig. Ich bin selber jeden Monat mindestens 2 Tage lang komplett abgebrochen, solange ich das Problem noch hatte, aber das ist 1. nicht das Problem meiner Schulleitung und 2. wird's von daheim Rumliegen nicht besser. Was ich gerne hätte sind Gynäkolog*innen, die einem nicht lapidar erzählen "ja, ist halt so" sondern effektiv schauen, was man tun kann. Meine Partnerin hat z. B. ein off label Medikament gegen übermäßige Blutungen bekommen, das hat enorm geholfen. Das habe ich auch mal einer Schülerin empfohlen, die daraufhin die Gynäkologin gewechselt hat.

Beitrag von „Magellan“ vom 2. Februar 2025 18:27

Zitat von Quittengelee

Du widerspricht dir gerade. Es geht ja genau darum, dass die halbe Menschheit die Menopause durchläuft aber bislang kaum darüber gesprochen wurde (Teil 1 deiner Aussage) und die Frage besteht darin, ob das so bleiben soll (wie der Liebeskummer als Privatproblem).

Wem's nicht gut geht, wer zu krank zum Arbeiten ist, der soll zuhause bleiben. Egal, was der Grund dafür ist.

Mich stören die Wechseljahre nicht, noch nicht vielleicht. Periode hat mich nie am Arbeiten gehindert, Todesfälle nahe Verwandter schon und da bin ich dann auch daheim geblieben. Schwangerschaft und Kleinkinder habe ich auch ohne Krankentage überstanden.

Individuell halt.

Beitrag von „Meer“ vom 2. Februar 2025 18:32

Ich muss gestehen, ich halte grundsätzlich nichts davon, seine gesundheitlichen Geschichten im Kollegium zu diskutieren. Mir geht es teilweise sogar ziemlich auf den Geist, wenn Person x täglich ihre Beschwerden in jeder Pause ungefragt mitteilt.

Wenn es Einschränkungen gibt, dann kann man die an die passende Stelle herantragen um Lösungen zu finden.

Beitrag von „sunshine_:-)“ vom 2. Februar 2025 18:35

... und das sehe ich komplett anders: Menstruation und (Prä) Menopause sind eben keine "gesundheitlichen Beschwerden".

Beitrag von „Antimon“ vom 2. Februar 2025 18:39

Was denn sonst? Ich meine ja, die Menstruation an sich, die ist da halt, aber manche Frauen haben damit keine Beschwerden und andere eben schon. Wenn ich Beschwerden habe, will ich zur Ärztin gehen können und die findet eine Lösung fürs Problem. "Zur Ärztin" gehen impliziert ja wohl, dass es sich um "gesundheitliche Beschwerden" handelt, ich geh da jedenfalls nicht zum Plaudern hin.

Beitrag von „Meer“ vom 2. Februar 2025 18:46

Wenn ich dadurch z.B. starke Schmerzen habe, die meinen normalen Alltag behindern, ist dies eine gesundheitliche Einschränkung.

Starke Schlafstörungen die meinen Alltag entsprechend beeinflussen ebenso.

Und ja, ich kenne das beides.

Beitrag von „chilipaprika“ vom 2. Februar 2025 18:53

Ich bin - zum Glück / leider / keine Ahnung - noch nicht von der Prä-Menopause betroffen, allerdings von den schlimmen monatlichen Beschwerden. So ca. 3 Wochen im Monat mit einer echt schlimmen Woche.

Früher habe ich es viel besser weggesteckt, zur Zeit fällt es mir deutlich schwerer, weil ich viel stressanfälliger und dünnhäutiger geworden bin.

Ich habe es im Büro sehr genossen, eine Wärmflasche auf dem Bauch / Unterleib haben zu können.

Und dann kam ich in die Schule zurück und ganz ehrlich? Die Wärmflasche tut mir gut. Dann habe ich eben eine Wärmflasche. Bisher hat mich keine*r gezielt angesprochen, und wenn, würde ich genauso das sagen, was es ist. Sichtbarkeit ist für alle gut. Mir wäre 15 Jahre meines Lebens einiges erspart geblieben, hätte ich erfahren, dass diese höllischen Schmerzen nicht bei JEDER so sind und ich mich also nicht anstelle, sondern halt viel Pech habe und ich also das Recht habe, mich (innerlich) zu beschweren.

Beitrag von „Maylin85“ vom 2. Februar 2025 19:04

[Zitat von sunshine :-\)](#)

Finde ich tatsächlich erst im 2. Schritt.

Ich gehöre zu den 50% der Menschheit, die biologisch monatlich Hormonschwankungen unterliegen. Mich beutelt dieses Hormongedöns sehr, tatsächlich auch mit Leidensdruck.

Einen Herzinfarkt, chronische Rückenschmerzen oder Heuschnupfen und Migräne kann ich trotzdem bekommen.

Finde, den Frauenthemen wird prinzipiell absolut viel zu wenig Aufmerksamkeit geschenkt. Nicht in dem Sinne, dass alle in Zwangsteilzeit gehen sollten. Aber ich hätte

schon gerne eine gewisse Akzeptanz, gerne auch von der Arbeitgeberin (z.B. zwei flexible Tage im Monat oder Ähnliches).

Meine ganz persönliche Erfahrung zeigt, dass es bei diesem Themen so ist wie mit dem Gendern: die am wenigsten Betroffenen reißen am weitesten den Hafen auf.

Wer sich unwohl fühlt, kann sich 2 Tage im Monat krank melden, wenn es nötig ist. Bei solchen Ideen wundert mich immer, dass man sich über die häufige Bevorzugung von Männern im Berufsleben wundert.

Beitrag von „chilipaprika“ vom 2. Februar 2025 19:10

stand irgendwo "unwohl fühlen"?

Du gehörst wohl nicht zu den Menschen, die - egal ob Zyklus bedingt oder nicht - , die regelmäßig sehr starke Schmerzen haben, mit denen sich kaum arbeiten lässt?

Beitrag von „Maylin85“ vom 2. Februar 2025 19:36

Geht so, ich hab mit zunehmendem Alter durchaus auch zunehmend Schwierigkeiten. Letztlich ist das wie bei Migräne, ich muss morgens entscheiden, ob ich damit noch arbeitsfähig bin oder nicht. Und wenn nicht, dann ist das so - hier ist dann krank = krank und ich sehe nicht so recht, wieso man Periodenschmerzen anders als jede andere Krankheit behandeln sollte. Nämlich als "normalen" Krankentag.

Beitrag von „kodi“ vom 2. Februar 2025 19:53

Was würdet ihr denn konkret an realistischen Maßnahmen erwarten/euch wünschen?

Beitrag von „sunshine_-:-)“ vom 2. Februar 2025 20:08

[Zitat von Maylin85](#)

Geht so, ich hab mit zunehmendem Alter durchaus auch zunehmend Schwierigkeiten. Letztlich ist das wie bei Migräne, ich muss morgens entscheiden, ob ich damit noch arbeitsfähig bin oder nicht. Und wenn nicht, dann ist das so - hier ist dann krank = krank und ich sehe nicht so recht, wieso man Periodenschmerzen anders als jede andere Krankheit behandeln sollte. Nämlich als "normalen" Krankentag.

Nein, wenn ich meine Periode habe, bin ich nicht krank! Periodenschmerzen sind keine Krankheit.

Sollte ich starke Beschwerden haben, bin ich möglicherweise dienstunfähig, dies jedoch nicht, weil ich krank bin. Das liegt doch nun wirklich auf der Hand!

Mit Migräne bin ich krank. Mit Herzinfarkt bin ich krank. Mit Grippe bin ich krank.

Beitrag von „Quittengelee“ vom 2. Februar 2025 20:13

[Zitat von Maylin85](#)

...ich sehe nicht so recht, wieso man Periodenschmerzen anders als jede andere Krankheit behandeln sollte. Nämlich als "normalen" Krankentag.

Weil man eben doch zur Arbeit geht, egal wie es einem geht? Ist ja keine Krankheit.

[Zitat von kodi](#)

Was würdet ihr denn konkret an realistischen Maßnahmen erwarten/euch wünschen?

Das weiß ich ehrlich gesagt selbst nicht, daher hab ich gefragt, ob es in irgend einem Kollegium mal Thema war.

Ich denke, Offenheit und Verständnis wären schon mal hilfreich. Da die meisten nicht offen reden werden, wäre es vielleicht eine gute Idee, wenn eine Person das stellvertretend macht.

Beitrag von „chilipaprika“ vom 2. Februar 2025 20:13

[Zitat von kodi](#)

Was würdet ihr denn konkret an realistischen Maßnahmen erwarten/euch wünschen?

Tatsächlich eine schwierige Frage.

Mir helfen: Wärme und viel Bewegung.

Also ausgedehnte Mittagspause oder Sport im HO.

In der Schule meine Wärmflasche ☐☐

Beitrag von „Magellan“ vom 2. Februar 2025 20:34

[Zitat von sunshine :-\)](#)

Nein, wenn ich meine Periode habe, bin ich nicht krank! Periodenschmerzen sind keine Krankheit.

Sollte ich starke Beschwerden haben, bin ich möglicherweise dienstunfähig, dies jedoch nicht, weil ich krank bin. Das liegt doch nun wirklich auf der Hand!

Mit Migräne bin ich krank. Mit Herzinfarkt bin ich krank. Mit Grippe bin ich krank.

Mein Körper hat Schmerzen, durch Kopfweg oder Periodenschmerzen, mit beidem konnte ich immer arbeiten. Geht andren anders.

Lästiger fand ich es immer, auf den wenig schönen Lehrertoiletten Tampons etc zu wechseln.

Beitrag von „Maylin85“ vom 2. Februar 2025 20:42

[Zitat von Quittengelee](#)

Weil man eben doch zur Arbeit geht, egal wie es einem geht? Ist ja keine Krankheit.

Dann ist man ja offensichtlich nicht dienstunfähig.. worüber reden wir dann?

Und letztlich greift hier einfach die Selbstverantwortung und inwiefern man für sich selbst einsteht. Wer so stark eingeschränkt ist, dass er nicht arbeiten kann, geht eben nicht arbeiten.

Beitrag von „Sissymaus“ vom 2. Februar 2025 20:58

[Zitat von Magellan](#)

Lästiger fand ich es immer, auf den wenig schönen Lehrertoiletten Tampons etc zu wechseln.

Noch schlimmer: Menstruationstassen.

Beitrag von „sunshine_:-)“ vom 2. Februar 2025 21:48

[Zitat von Maylin85](#)

Dann ist man ja offensichtlich nicht dienstunfähig.. worüber reden wir dann?

Und letztlich greift hier einfach die Selbstverantwortung und inwiefern man für sich selbst einsteht. Wer so stark eingeschränkt ist, dass er nicht arbeiten kann, geht eben nicht arbeiten.

Ich bin dienstunfähig, weil ich Menstruationsbeschwerden habe und eben keine Krankheit. Das ist der Punkt.

Beitrag von „Antimon“ vom 2. Februar 2025 22:05

[Zitat von Quittengelee](#)

Weil man eben doch zur Arbeit geht, egal wie es einem geht? Ist ja keine Krankheit.

Ich kenne auch genügend Leute, die mit hochfrequenter Migräne arbeiten gehen. Oder mit Arthroseschmerzen. Oder mit starker Neurodermitis. Oder mit Depressionen. Das war schon ernst gemeint, was ich weiter oben schrieb: Wenn sich alle ständig krank melden, die mal "was haben", machen wir den Laden morgen zu. Dafür bekommst du im Übrigen bei uns auch gar keine Krankschreibung vom Arzt. Ich war auch mit einem Wirbelkörperbruch nach 6 Wochen mit einer Teilkrankschreibung zu 50 % wieder arbeiten.

Beitrag von „Antimon“ vom 2. Februar 2025 22:20

Zitat von kodi

Was würdet ihr denn konkret an realistischen Maßnahmen erwarten/euch wünschen?

Ich erwarte insbesondere von 15 - 19jährigen Jugendlichen, dass sie respektieren, dass eine Lehrperson auch mal nen schlechten Tag hat. Mit denen habe ich den Tag lang doch viel mehr zu tun als mit Kolleginnen und Kollegen bzw. der Schulleitung. Tatsächlich hat erst kürzlich eine meiner Klassen eine entsprechende Ansage von mir kassiert. Es geht sie einen Scheissdreck an aus welchen Gründen ich müde oder schlecht gelaunt bin und wenn ich klar und deutlich sage, ich habe heute keine Nerven für irgendeine Quengel-Diskussion dann gilt das absolut und unverhandelbar.

Beitrag von „Quittengelee“ vom 2. Februar 2025 22:41

Zitat von Antimon

Ich erwarte insbesondere von 15 - 19jährigen Jugendlichen, dass sie respektieren, dass eine Lehrperson auch mal nen schlechten Tag hat. Mit denen habe ich den Tag lang doch viel mehr zu tun als mit Kolleginnen und Kollegen bzw. der Schulleitung. Tatsächlich hat erst kürzlich eine meiner Klassen eine entsprechende Ansage von mir kassiert. Es geht sie einen Scheissdreck an aus welchen Gründen ich müde oder schlecht gelaunt bin und wenn ich klar und deutlich sage, ich habe heute keine Nerven für irgendeine Quengel-Diskussion dann gilt das absolut und unverhandelbar.

Dann machst du es dir m.E. zu leicht. Auf der einen Seite gehst du zur Arbeit, egal wie es dir geht, auf der anderen Seite sollen die, die nichts für deinen Zustand können und dir

ausgeliefert sind, stillschweigend deine Laune ertragen.

Wenn wir als Lehrpersonen einen schlechten Tag haben, z.B. nach drei schlaflosen Nächten, dann bedeutet das für die SuS zum Beispiel ungerechtfertigtes Angeschmaltwerden, eine undisziplinierte Klasse oder weniger Geduld und Verständnis für ihre Bedürfnisse, die speziell an Grund- und Förderschulen einen größeren Anteil einnehmen.

Vielleicht geißele ich mich da auch zu sehr und sollte öfter *scheiß drauf* denken, aber irgendwie hat man doch den Anspruch an sich, ordentliche Arbeit abzuliefern und dazu gehört im derart sozialen Beruf auch der Umgang miteinander.

In Betrieben wäre es der Kundenkontakt, bei dem man niemanden anpflaumen kann, die Präsentation, bei der man nicht jede halbe Stunde aufs Klo rennen kann usw.

Das kommt ja noch hinzu, es gibt Schülerklientel, das kann man kaum allein lassen. Bei Hypermenorrhoe muss man aber ständig rausrennen, um nicht auszulaufen. Das ist halt trotzdem nicht krank aber belastend und ein Thema, mit dem man stillschweigend leben muss. Wenn mein Kollege Halsweh hat, ruft er an, leider Halsweh, bis Freitag dann.

Beitrag von „Magellan“ vom 2. Februar 2025 22:45

Aber du kannst doch auch anrufen und dich krank melden? Deine FÄ wird dich sicher krankschreiben....

Beitrag von „Antimon“ vom 2. Februar 2025 22:49

[Zitat von Quittengelee](#)

auf der anderen Seite sollen die, die nichts für deinen Zustand können und dir ausgeliefert sind, stillschweigend deine Laune ertragen.

Ne, das schrieb ich nicht. Ich schrieb, ich möchte respektiert werden, wenn ich sage, ich habe gerade keine Nerven für eine völlig unnötige Quengel-Diskussion. Ich kann mich in jensten Zuständen ansonsten ausreichend zusammenreißen um ganz normal zu unterrichten. Die Quengel-Diskussion kann von mir aus auch an einem anderen Tag dann stattfinden. Die Situation, die konkret zu meiner Ansage geführt hat, war auch noch eine ganze Spur über ich bin einfach nur müde, dann hätte ich nämlich einfach nur die Augen verdreht und den Bub

quengeln lassen. Es geht übrigens um einen 20jährigen kurz vor der Matura, der kann sich bitte auch benehmen wie ein erwachsener Mensch.

Beitrag von „Quittengelee“ vom 2. Februar 2025 23:11

[Zitat von Magellan](#)

Aber du kannst doch auch anrufen und dich krank melden? Deine FÄ wird dich sicher krankschreiben....

Stimmt, das könnte ich. Ich will aber gar nicht über einzelne Beschwerden reden und dann Tips erhalten, ob das nun Krankheitswert hat und ob ich in deinen Augen wehleidig bin oder nicht, sondern wollte erfahren, ob es in anderen Schulen mal Thema gewesen ist, so wie es in anderen Ländern bereits Thema ist und auch nach und nach in deutschen Betrieben zum Thema gemacht wird. In anderen Branchen bedeuten Leistungseinbußen der Mitarbeitenden ja was, bei uns geht man halt im Zweifel nur anderen auf die Nerven. Hysterische Weiber halt.

Beitrag von „s3g4“ vom 3. Februar 2025 08:05

[Zitat von Quittengelee](#)

Stimmt, das könnte ich. Ich will aber gar nicht über einzelne Beschwerden reden und dann Tips erhalten, ob das nun Krankheitswert hat und ob ich in deinen Augen wehleidig bin oder nicht, sondern wollte erfahren, ob es in anderen Schulen mal Thema gewesen ist, so wie es in anderen Ländern bereits Thema ist und auch nach und nach in deutschen Betrieben zum Thema gemacht wird. In anderen Branchen bedeuten Leistungseinbußen der Mitarbeitenden ja was, bei uns geht man halt im Zweifel nur anderen auf die Nerven. Hysterische Weiber halt.

Was du genau willst oder mein bekommen zu müssen hast du immer noch nicht gesagt.

[Zitat von sunshine :-\)](#)

Nein, wenn ich meine Periode habe, bin ich nicht krank! Periodenschmerzen sind keine Krankheit.

Schmerzen sind folgen von körperlichen Vorgängen. Wenn du es nicht Krankheit nennen willst, ok. Das ändert aber überhaupt nichts daran dass dadurch arbeitsunfähig sein kannst in dieser Folge.

[Zitat von Quittengelee](#)

Weil man eben doch zur Arbeit geht, egal wie es einem geht? Ist ja keine Krankheit.

Wenn man arbeiten gehen kann, dann ist es keine Krankheit. Das ist richtig. Wenn man in Folgen von körperlichen Symptomen nicht arbeiten kann, dann ist man krank. Folglich wird es dann zu einer Krankheit.

Beitrag von „Palim“ vom 3. Februar 2025 10:27

[Zitat von Antimon](#)

wenn ich klar und deutlich sage, ich habe heute keine Nerven für irgendeine Quengel-Diskussion dann gilt das absolut und unverhandelbar.

Manchmal wundere ich mich über das Alter deiner Schüler:innen, klingt ja eher nach Kindergarten.

Kommen sie mit den Quengeldiskussionen zu Hause und in den Schuljahren zuvor zu oft durch, dass sie es bei dir immer noch probieren?

Meine haben es inzwischen verstanden, n welchen Tagen sie damit erfolgreich sind und wann sie es besser lassen, ich würde schon sagen, dass sie einen lesen und abschätzen können, wann es einem schlecht geht.

Beitrag von „Palim“ vom 3. Februar 2025 10:44

[Zitat von Quittengelee](#)

Das ist halt trotzdem nicht krank aber belastend und ein Thema, mit dem man stillschweigend leben muss.

Das Thema ist eher ein Tabu, was sich gerade ändert, das sehe ich ähnlich.

Wie so oft wirst du mit einer umsichtigen SL eher auf offene Ohren stoßen und sicher werden mediale Aufmerksamkeit und Änderungen in anderen Berufszweigen nutzen, aber bei Lehrkräften später umgesetzt werden.

Ich überlege, wozu es parallel wäre.

PMS, Trauer, Überarbeitung, seelische Belastung, Komplikationen der Schwangerschaft ... das passt alles nicht so ganz, aber auch da muss man individuell entscheiden.

Nachgedacht wird ja auch über Teilzeit-Krankschreibungen für Deutschland, die ich praktisch finden könnte, wenn ich nicht auch Befürchtungen hätte, dass man sich dann gerade nicht erholt. Man kann sicher bei einigen Krankheiten zu Hause Konzept-Arbeit oder anderes erledigen, nicht aber eine Klasse im Zaum halten oder durch die Klasse wuseln.

Genug Lehrkräfte organisieren trotz Krankheit den Vertretungsunterricht.

Möglich ist auch, dass man mit gebrochenem Körperteil, das gut geschont verpackt ist, zur Schule geht und arbeitet, dafür Aufsichten unterlässt, andere sind und bleiben mit ähnlicher Verletzung zu Hause.

[Zitat von s3g4](#)

Wenn man in Folgen von körperlichen Symptomen nicht arbeiten kann, dann ist man krank. Folglich wird es dann zu einer Krankheit.

Vielleicht liegt es an dem Tabu, dass man die Symptome nicht als „Krankheit“ wertet?

Aber die Bewertung, ob man arbeitsunfähig ist, sollte doch danach erfolgen, ob man in der Lage ist, die Aufgaben zu schaffen. Im Zweifel hast du trotz Krankheit einen Tag mit fiesen Vorfällen vor dir, die nehmen ja keine Rücksicht auf die Befindlichkeiten der Anwesenden.

In unserem Kollegium ist es eher so, dass man die Leute nach Hause schicken muss, keiner bleibt freiwillig gerne weg, egal wie schlecht es einem oder einer geht, auch nach einem Unfall, wegen PMS, Trauer, Sorgen...

Manchmal hilft Arbeit, lenkt einen ab, manchmal ist es doch zu viel, dann ist man krank, auch wenn kein Virus (als Krankheit) dahinter steckt.

Beitrag von „s3g4“ vom 3. Februar 2025 10:48

Zitat von Palim

Vielleicht liegt es an dem Tabu, dass man die Symptome nicht als „Krankheit“ wertet?

Wieso sollte das denn ein Tabu sein?

Also mal ganz allgemein. Krankheit bzw. Kranksein im Sinne von nicht arbeitsfähig, ist immer Privatsache und geht den Dienstherrn nichts an.

Woher Symptome kommen ist dabei unerheblich. Natürlich sollte jeder, der sich zum Arbeiten nicht in der Lage sieht daheim bleiben.

Zitat von Palim

In unserem Kollegium ist es eher so, dass man die Leute nach Hause schicken muss, keiner bleibt freiwillig gerne weg, egal wie schlecht es einem oder einer geht, auch nach einem Unfall, wegen PMS, Trauer, Sorgen...

Manchmal hilft Arbeit, lenkt einen ab, manchmal ist es doch zu viel, dann ist man krank, auch wenn kein Virus (als Krankheit) dahinter steckt.

Hier ist die SL gefragt, hoffentlich bekommt sie es mit. Die Fürsorgepflicht muss hier greifen. Das ist ein schmaler Grad und am Ende sind es alles erwachsene Menschen. Wichtig ist, dass die SL niemand wegen Krankheit ein schlechtes Gewissen macht oder vermittelt. Egal woher die Krankheit her rührt.

Beitrag von „Sissymaus“ vom 3. Februar 2025 11:26

Ich muss zugeben, dass ich dienstunfähig auch eher mit „krank“ wie Erkältung, Blasenentzündung, Magen-Darm assoziiere. Das liegt eindeutig an meiner Sozialisation und meinem Alter.

Ich hatte mal den Fall, dass eins meiner Kinder notoperiert werden musste. Es war zur Corona-Zeit und das Kind war schon erwachsen, so dass ich das einfach zuhause abwarten musste. Ich hab mich tatsächlich krank gemeldet und mich auch nicht dienstfähig gefühlt, insbesondere weil ich eine 2-tägige Auswärts-Tagung hatte. Da hab ich tatsächlich ein schlechtes Gewissen gehabt. Das kann ich nur schwer ablegen.

Beitrag von „s3g4“ vom 3. Februar 2025 11:28

[Zitat von Sissymaus](#)

Ich muss zugeben, dass ich dienstunfähig auch eher mit „krank“ wie Erkältung, Blasenentzündung, Magen-Darm assoziiere. Das liegt eindeutig an meiner Sozialisation und meinem Alter.

Ich hatte mal den Fall, dass eins meiner Kinder notoperiert werden musste. Es war zur Corona-Zeit und das Kind war schon erwachsen, so dass ich das einfach zuhause abwarten musste. Ich hab mich tatsächlich krank gemeldet und mich auch nicht dienstfähig gefühlt, insbesondere weil ich eine 2-tägige Auswärts-Tagung hatte. Da hab ich tatsächlich ein schlechtes Gewissen gehabt. Das kann ich nur schwer ablegen.

Vielleicht ist alle geholfen, wenn man den Sprachgebrauch von "krank" hinzu "kurzfristig dienstunfähig" ändert.

Beitrag von „chemikus08“ vom 3. Februar 2025 11:56

[Zitat von sunshine :-\)](#)

Ich bin dienstunfähig, weil ich Menstruationsbeschwerden habe und eben keine Krankheit.

N 94.6: Dysmenorrhoe

Entgegen Deinem individuellen Selbstverständnis gegenüber den Regelbeschwerden sind Regelschmerzen im Diagnosekatalog der behandelnden Ärzte vorhanden. Entsprechend schreiben sie auch deswegen krank.

Beitrag von „chemikus08“ vom 3. Februar 2025 12:04

Immer dann, wenn ich in meiner körperlichen oder psychischen Verfassung nicht in der Lage bin, den arbeitsvertraglichen Verpflichtungen zu 100% mit der erforderlichen Sorgfalt

nachzukommen, gelte ich unter arbeitsmedizinischer Betrachtung als krank. Dies solltet Ihr Euch auch unter haftungsrechtlichen Gesichtspunkten bewusst machen.

Polizist: Können Sie sich erklären warum Sie Ihrem Unfallgegner aufgefahren sind?

Ich: Keine Ahnung, vielleicht war ich durch meine Unterleibsschmerzen kurz abgelenkt.

Schon Bingo. Ich hätte dann gar nicht Auto fahren dürfen.

Das Gleiche wenn ich vom Arzt auf stärkere Schmerzmittel eingestellt werde, die mich benebelt machen. "Haben Sie nicht mitbekommen, dass der Pasquale der Chantal die Haare angezündet hat?" "Nein, ich war wegen der Schmerzmittel kurz weggetreten"

Auch hier Bingo, ich hätte den Dienst in diesem Zustand nicht antreten dürfen. Und da bin ich mir zu 100 % sicher, dass die Dienststelle einem im genannten Fall genau das um die Ohren haut.

Beitrag von „Quittengelee“ vom 3. Februar 2025 14:00

[Zitat von s3g4](#)

Wieso sollte das denn ein Tabu sein?

Also mal ganz allgemein. Krankheit bzw. Kranksein im Sinne von nicht arbeitsfähig, ist immer Privatsache und geht den Dienstherrn nichts an.

...

Das stimmt natürlich, man muss nicht sagen, was man hat. In einem kleinen Kollegium wird es doch irgendwie erwartet. Und wenn man jeden Monat einen Tag zu Hause bleibt, fragt die Schulleitung vielleicht doch mal nach?

Aber klar, solange es kein Gesetz gibt, bleibt nur individuelle Absprache.

Beitrag von „s3g4“ vom 3. Februar 2025 14:10

[Zitat von Quittengelee](#)

In einem kleinen Kollegium wird es doch irgendwie erwartet.

Da liegt doch das Problem. Ich frage mich immer was es denn hilft, wenn man weiß wieso jemand nicht da ist. Macht sich die Vertretung dann leichter oder wieso will man das wissen? Wenn mir das jemand nicht erzählen will, dann ist das eben so. Ich hatte auch schon Erkrankungen (zum Glück nie langfristig), die ich lieber für mich behalten habe.

Zitat von Quittengelee

Und wenn man jeden Monat einen Tag zu Hause bleibt, fragt die Schulleitung vielleicht doch mal nach?

Das kann natürlich passieren und auch hier muss man keine Auskunft geben. Zumindest theoretisch. Ein Gespräch darüber, wieso man jeden Montag einen Tag fehlt kann der SL aber auch bei der Findung von Abhilfe helfen.

Selbst der älteste, weiße Mann hat auch eine alte weiße Schwester/Cousine/Nachbarin, in oder nach den Wechseljahren. Das sollte ein normaler Menschen verstehen, dass es hier u.U. auch zu Symptomen kommen, die zur Arbeitunfähigkeit führen können.

Zitat von Quittengelee

Aber klar, solange es kein Gesetz gibt, bleibt nur individuelle Absprache

Ein Gesetz wofür?

Beitrag von „Quittengelee“ vom 3. Februar 2025 14:32

Zum Beispiel sowas:

<https://www.zeit.de/arbeit/2023-06...gesetz-in-kraft>

<https://www.mdr.de/nachrichten/de...destag-100.html>

<https://www.br.de/nachrichten/de...en-kann,UGntlo0>

Letztlich geht es am Arbeitsplatz viel um Aufklärung. Im Gesundheitssystem auch um Vergütung von Leistungen und Forschung.

Ein Viertel der 9 Millionen derzeit Betroffenen reduziert Arbeitszeit, schlägt Beförderungen aus oder wechselt z.T. den Arbeitsplatz.

Für Schule könnte z.B. eine Lösung sein, das man Teilzeit beantragen kann, auch ohne Kinder unter 18 zu haben oder vielleicht eine veränderte Aufsichtenregelung, dass man nicht 8-13 Uhr pausenlos durch die Gegend rennen muss.

Beitrag von „s3g4“ vom 3. Februar 2025 14:38

Zitat von Zeit

[Spanien](#)

[Menstruationsbeschwerden](#)

[Spanien](#)

Wenn man so starke schmerzen hat, dass man nicht arbeiten kann, dann kann man nicht arbeiten. Ich verstehe nicht wozu das in einer Norm geregelt werden muss. Das ist doch bei uns bereits jetzt schon so. Verstehe ich nicht wozu das gut sein soll. Es ändert doch an der aktuelle Lage nichts.

[Zitat von Quittengelee](#)

Für Schule könnte z.B. eine Lösung sein, das man Teilzeit beantragen kann, auch ohne Kinder unter 18 zu haben oder vielleicht eine veränderte Aufsichtenregelung, dass man nicht 8-13 Uhr pausenlos durch die Gegend rennen muss.

Finde ich ein vollkommen falsches Signal, Teilzeit wegen so etwas kann **keine** Lösung sein. Das geht ja dann schon in die Richtung Teildienstfähigkeit... ohje und dann soll das keine Krankheit sein. Ich weiß ja nicht.

Über andere Dinge kann man sicher Nachdenken. Das Problem ist aber, das betrifft eben nicht jede Frau. Da hat jede ihre eigenen Bedürfnisse.

Beitrag von „Zauberwald“ vom 3. Februar 2025 14:58

Ich finde es gut, wenn offen über solche Beschwerden geredet werden kann. Wir sind nur Frauen im Kollegium und da geht das schon einmal leichter und wir können unsere Probleme auch aussprechen. Ich brauche da nichts offizielles.

Wenn man krank ist, bleibt man zu Hause. Weswegen ist egal. Der Schuss geht doch sowieso nach hinten los, wenn Frauen offen wegen hormonellen Situationen ein "Minderleistungsstatus" zugesprochen wird.

Ich wüsste auch nicht, wie mir die SL oder die Kolleginnen helfen könnten. Verständnis aufbringen, das tun wir sowieso. Aber wer da ist, muss ran und wer das nicht in dem Umfang kann, bleibt bitte zu Hause. Warum, geht eigentlich niemanden was an. Das könnte ja auch Liebeskummer sein oder Kummer wegen etwas anderem.

Beitrag von „Leo13“ vom 3. Februar 2025 15:26

[Zitat von Quittengelee](#)

Ist das bei euch im Kollegium, oder gar der Schulleitung Thema? Setzen sich Gleichstellungsbeauftragte bei euch ein und wenn, wie?

Ich bin selber weiblich und Ü50 und habe 0,0 Beschwerden in diesem Bereich. Es ist also höchst unterschiedlich, wie der weibliche Körper mit dieser hormonellen Umstellung umgeht. Da spielen auch noch andere Parameter eine Rolle (Resilienz, allgemeiner Gesundheitszustand, Zufriedenheit empfinden, Ernährung, Bewegung). Das ist alles so höchst individuell, dass ich es befremdlich fände, wenn die Schulleitung dies zum Thema machte. Oder die Gleichstellungsbeauftragte sich einsetzte. Austausch im Lehrerzimmer immer und herzlich gerne, aber darüber hinaus nur, wenn konkreter Bedarf bei der Beschäftigten besteht.

Beitrag von „Anna Lisa“ vom 3. Februar 2025 16:20

[Zitat von Zauberwald](#)

Aber wer da ist, muss ran und wer das nicht in dem Umfang kann, bleibt bitte zu Hause.

Und genau da, sollten wir mal ansetzen. Wie oft kommt es vor, dass man sagt: Ja, okay, 3 oder 4 Stunden Unterricht schaffe ich und wenn ich dann um 11.39 gehen kann und mich hinlegen kann, ist es gut. Aber ich schaffe auf keinen Fall bis zur 9 Stunde. Und dann meldet man sich krank und es fällt alles aus, statt nur Stunde 6, 7 und 9.

Ziemlich ungünstig dieses System.

Es gibt so viele gesundheitliche Zustände, wo man gar nicht so krank ist, dass man den ganzen Tag im Bett liegen muss, aber für 8 Stunden durchpowern eben doch.

Das muss dringend überarbeitet werden

Beitrag von „Zauberwald“ vom 3. Februar 2025 16:38

[Zitat von Anna Lisa](#)

Ziemlich ungünstig dieses System.

Finde ich nicht. Wer den Schultag nur bis zur Hälfte schafft, gehört nicht ins Gebäude.

Beitrag von „Antimon“ vom 3. Februar 2025 17:55

[Zitat von Palim](#)

Nachgedacht wird ja auch über Teilzeit-Krankschreibungen für Deutschland, die ich praktisch finden könnte, wenn ich nicht auch Befürchtungen hätte, dass man sich dann gerade nicht erholt.

Praktisch sind die vor allem für gebrochene Beine und sowas, das ist bei uns der Standard, dass man da eigentlich nie 100 % krankgeschrieben ist. Mit irgendeinem Infekt hingegen wirst du sicher 100 % krankgeschrieben, den muss man einfach auskurieren.

Zitat von Zauberwald

Wer den Schultag nur bis zur Hälfte schafft, gehört nicht ins Gebäude.

Sehe ich absolut nicht so. Wenn bei uns jemand teilkrankgeschrieben ist (in der Regel aus irgendwelchen orthopädischen Gründen), überlegt man sehr genau, welche Klassen man selbst unterrichtet und welche nicht. Ich gehe mit einem gebrochenen Bein eben nicht ins Praktikum und der Kollege für Sport und Mathe wird damit nur seine Mathe-Klassen unterrichten. Ich habe mit dem Wirbelkörperbruch nach 6 Wochen nur meine Abschlussklassen wieder übernommen, der Rest ist bei der Stellvertretung geblieben.

Zitat von Zauberwald

Der Schuss geht doch sowieso nach hinten los, wenn Frauen offen wegen hormonellen Situationen ein "Minderleistungsstatus" zugesprochen wird.

Eben, genau das. Ich halte extra "Frauen-Kranktage" für eine ziemlich schwierige Idee. Wie ich bereits schrieb, die Ärztin möge das Problem bitte ernst nehmen und eine Lösung dafür finden damit ich den "Minderleistungsstatus" gar nicht erst nötig habe.

Beitrag von „Antimon“ vom 3. Februar 2025 18:00

Zitat von Palim

Manchmal wundere ich mich über das Alter deiner Schüler:innen, klingt ja eher nach Kindergarten.

Kommen sie mit den Quengeldiskussionen zu Hause und in den Schuljahren zuvor zu oft durch, dass sie es bei dir immer noch probieren?

Danke, du hast eine ziemlich korrekte Vorstellung davon. Man merkt in solchen Momenten, dass wir eine nicht ganz geringe Anzahl von Jugendlichen an der Schule haben, denen von daheim nicht viel mitgegeben wird. Meistens habe ich Verständnis dafür, dass es daheim einfach nur an der nötigen Aufmerksamkeit fehlt und ich insbesondere von den jungen Männern gerne mal mit Mutti verwechselt werde. So ganz grundsätzlich bin ich aber nun mal nicht Mutti und je nach Situation habe ich dann auch einfach wirklich keine Lust.

Beitrag von „Kathie“ vom 3. Februar 2025 18:09

Zitat von Quittengelee

Für Schule könnte z.B. eine Lösung sein, das man Teilzeit beantragen kann, auch ohne Kinder unter 18 zu haben oder vielleicht eine veränderte Aufsichtenregelung, dass man nicht 8-13 Uhr pausenlos durch die Gegend rennen muss.

Für die komplette Zeit der Menopause schwierig, weil die anderen dann jahrelang mehr Aufsichten übernehmen müssen und in einem kleinen Grundschulkollegium sicher 1/4 der Frauen in der Prämenopause oder Menopause sind.

Wenn man sich während seiner Periode nicht wohl fühlt - oh, das wird sicher gleich zitiert, deshalb nochmal genauer: Wenn man sich während seiner Periode aufgrund von starken Blutungen, Bauchkrämpfen und Schwindel nicht in der Lage fühlt, Aufsichten zu machen, kann man ja seinen Mund aufmachen und mit einer Kollegin tauschen, die gerade keine Einschränkungen hat.

Ich verstehe nicht, was da das Problem ist. Geht es mir schlecht, muss ich das sagen und mir kann geholfen werden. Egal, woran das jetzt liegt. Ich finde nicht, dass die Wechseljahre ein Tabuthema sind, ich finde, sie werden momentan doch in Zeitschriften, Fernsehbeiträgen und so weiter immer öfter erwähnt. Was aber der Arbeitgeber da pauschal und prophylaktisch machen sollte, wüsste ich nicht.

Ich habe zum Beispiel immer Kreislaufprobleme, wenn ich meine Periode habe. Bis jetzt konnte ich immer trotzdem arbeiten. Sollte es mal nicht gehen, würde ich anrufen und mich für den Tag krank melden. Nachdem das ja problemlos möglich ist, passt ja alles. Klar sind die Kreislaufprobleme dennoch nervig, aber wegzaubern kann sie ja leider keiner.

Beitrag von „Zauberwald“ vom 3. Februar 2025 18:15

Zitat von Anna Lisa

Und genau da, sollten wir mal ansetzen. Wie oft kommt es vor, dass man sagt: Ja, okay, 3 oder 4 Stunden Unterricht schaffe ich und wenn ich dann um 11.39 gehen kann und mich hinlegen kann, ist es gut. Aber ich schaffe auf keinen Fall bis zur 9 Stunde. Und

dann meldet man sich krank und es fällt alles aus, statt nur Stunde 6, 7 und 9.

Ziemlich ungünstig dieses System.

Es gibt so viele gesundheitliche Zustände, wo man gar nicht so krank ist, dass man den ganzen Tag im Bett liegen muss, aber für 8 Stunden durchpowern eben doch.

Das muss dringend überarbeitet werden

In welchem Beruf ist es üblich, nur halb zu arbeiten? Wenn ich ein paar Stunden arbeite, signalisiere ich doch, dass es nicht so schlimm ist. Und dann das Gerede: "Ach, die geht schon wieder nach Hause. Ganz plötzlich ist sie krank."

Beitrag von „chilipaprika“ vom 3. Februar 2025 18:18

[Zitat von Zauberwald](#)

In welchem Beruf ist es üblich, nur halb zu arbeiten? Wenn ich ein paar Stunden arbeite, signalisiere ich doch, dass es nicht so schlimm ist. Und dann das Gerede: "Ach, die geht schon wieder nach Hause. Ganz plötzlich ist sie krank."

und wie schön wäre es, wenn die Menschen dieses Denken ablegen könnten.

Denkst du auch so über Menschen in der Wiedereingliederung, die erstmal nur 3-4 Stunden arbeiten? "Macht sich ein schönes Leben, arbeitet nur Teilzeit"?

Es gibt so viele Beschwerden, wo es angemessen wäre, mit der Energie auszuhalten, wo es aber sowohl für den Arbeitgeber (Teil der Ressourcen zur Verfügung, weniger Ausfall) als auch den Arbeitnehmer (kein Spagat zwischen alles oder nichts, weniger moralische Verpflichtung, soziale Einbindung...) gut wäre, wenn man diese Teilzeitkrankschreibung hätte. Sagen ja auch durchaus Ärzte.

Beitrag von „Zauberwald“ vom 3. Februar 2025 18:24

[Zitat von chilipaprika](#)

Denkst du auch so über Menschen in der Wiedereingliederung, die erstmal nur 3-4 Stunden arbeiten? "Macht sich ein schönes Leben, arbeitet nur Teilzeit"?

Nein, ich habe ja selbst schon eine Wiedereingliederung gemacht. Aber da ist das jedem klar. Hast du Lust, jedem jedesmal deine hormonelle Situation zu erklären? Und das nicht nur einmal, so wie bei der Wiedereingliederung.

Beitrag von „Quittengelee“ vom 3. Februar 2025 18:27

Zitat von Zauberwald

In welchem Beruf ist es üblich, nur halb zu arbeiten? Wenn ich ein paar Stunden arbeite, signalisiere ich doch, dass es nicht so schlimm ist. Und dann das Gerede: "Ach, die geht schon wieder nach Hause. Ganz plötzlich ist sie krank."

Genau deswegen bin ich gegen zu viel Einzellösungen und für selbstverständliche Gesamtlösungen. Geredet wird nicht mehr, wenn etwas normal ist.

Beitrag von „Zauberwald“ vom 3. Februar 2025 18:29

Mir erscheint es nur wieder typisch für die Aufopferungsbereitschaft von Lehrerinnen. Was ist, wenn es mir dann doch vor 11.30 Uhr schlechter geht als geplant? Wie soll ich denn morgens einschätzen können, wie lange ich durchhalte, wenn es mir da schon nicht gut geht? Dann bleibe ich doch lieber ganz zu Hause.

Beitrag von „chilipaprika“ vom 3. Februar 2025 18:41

Zitat von Zauberwald

Nein, ich habe ja selbst schon eine Wiedereingliederung gemacht. Aber da ist das jedem klar. Hast du Lust, jedem jedesmal deine hormonelle Situation zu erklären? Und das nicht nur einmal, so wie bei der Wiedereingliederung.

Nein. Aber wenn die Teilzeitkrankschreibung da wäre, wäre es selbstverständlicher / einfacher zu sagen "sorry, diese Woche schaffe ich nur halbe Tage, die darfst du dir aussuchen".

Beitrag von „Zauberwald“ vom 3. Februar 2025 18:47

Wer darf sie aussuchen?

Beitrag von „chilipaprika“ vom 3. Februar 2025 18:51

Keine Ahnung. Zum Beispiel der Arbeitgeber.

"Lieber Arbeitgeber,

Ich bin ab heute für folgenden Zeitraum teilzeitkrankgeschrieben / Ich melde mich für die nächsten Tage Teilzeit krank."

- a) Aufgrund von einer Einstellung auf ein neues Medikament bitte ich darum, die ersten zwei Stunden nicht eingesetzt zu werden.
- b) Aufgrund von einigen Arztterminen kann ich nur bis 12 arbeiten.
- c) Meine aktuelle Kraft reicht nur für 50%, teilen Sie mich gerne ein.

Wenn ich schon selbst fantasieren darf, fantasiere ich.

Und natürlich würden die Gründe nicht darauf stehen müssen.

Beitrag von „Zauberwald“ vom 3. Februar 2025 18:54

Ergänzung: Meine Kraft reicht nicht für die 4b. Dann bin ich dabei.

Beitrag von „Kathie“ vom 3. Februar 2025 19:20

[Zitat von Quittengelee](#)

Genau deswegen bin ich gegen zu viel Einzellösungen und für selbstverständliche Gesamtlösungen. Geredet wird nicht mehr, wenn etwas normal ist.

Was für Gesamtlösungen denn? Wenn es doch vielen während der Menopause gar nicht mal so schlecht geht, braucht es nur Lösungen für die, die darunter leiden. So wie in jeder anderen Situation - Rheuma, chronische Darmerkrankungen, Migräne, Diabetes. Sachen, mit denen man lebt und arbeitet, die einem aber teilweise zu schaffen machen und wo man dann Lösungen findet.

Beitrag von „Anna Lisa“ vom 3. Februar 2025 19:26

[Zitat von Zauberwald](#)

In welchem Beruf ist es üblich, nur halb zu arbeiten? Wenn ich ein paar Stunden arbeite, signalisiere ich doch, dass es nicht so schlimm ist. Und dann das Gerede: "Ach, die geht schon wieder nach Hause. Ganz plötzlich ist sie krank."

Na, in gar keinem natürlich. Ich sage doch, dass es in Zukunft möglich sein sollte in meiner Wunschvorstellung. Ich habe dich gar keinen Istzustand beschrieben

Beitrag von „Antimon“ vom 3. Februar 2025 19:28

[Zitat von chilipaprika](#)

Nein. Aber wenn die Teilzeitkrankschreibung da wäre, wäre es selbstverständlicher / einfacher zu sagen "sorry, diese Woche schaffe ich nur halbe Tage, die darfst du dir aussuchen".

Ne, so läuft es an einer Schule dann schon nicht. Du legst fest, welche Klassen du unterrichtest und dann bist du auch da. Mal da und dann wieder nicht, ist einfach nicht drin. Wer soll denn dann mal eben spontan springen, wenn du die eine Woche dieses und die andere Woche jenes findest?

Beitrag von „Anna Lisa“ vom 3. Februar 2025 19:30

Zitat von Kathie

Was für Gesamtlösungen denn? Wenn es doch vielen während der Menopause gar nicht mal so schlecht geht, braucht es nur Lösungen für die, die darunter leiden. So wie in jeder anderen Situation - Rheuma, chronische Darmerkrankungen, Migräne, Diabetes. Sachen, mit denen man lebt und arbeitet, die einem aber teilweise zu schaffen machen und wo man dann Lösungen findet.

Dann sollte man für alle die Teilzeitkrankschreibung einführen

Beitrag von „chilipaprika“ vom 3. Februar 2025 19:37

Zitat von Antimon

Ne, so läuft es an einer Schule dann schon nicht. Du legst fest, welche Klassen du unterrichtest und dann bist du auch da. Mal da und dann wieder nicht, ist einfach nicht drin. Wer soll denn dann mal eben spontan springen, wenn du die eine Woche dieses und die andere Woche jenes findest?

Naja, wie ist es, wenn sich zur Zeit Menschen für ein paar Tage / täglich neu krank melden? Schlechter kann es nunmal nicht werden...

Beitrag von „Antimon“ vom 3. Februar 2025 19:44

Eine Teilkrankschreibung bedeutet nicht, ich bin mal hier und weg wie es mir passt, es bedeutet für einen festgelegten Zeitraum ein festgelegtes, reduziertes Arbeitspensum. Ich kenne das Problem nicht, dass Menschen sich ständig für ein paar Tage krank melden, da macht bei uns einfach niemand. Mir kommt ein einzige Kollegin in den Sinn, die seit der Geburt ihrer Tochter wirklich sehr häufig krank ist, das scheint irgendeine Art von Immunschwäche zu sein. Die arbeitet aber sowieso nur noch ein reduziertes Pensum.

Beitrag von „chilipaprika“ vom 3. Februar 2025 20:02

Aber wir reden jetzt nicht über das Schweizer Modell, sondern über eine Fantasiemöglichkeit.

(Und mir ist klar, sollte jemals die Teilkrankschreibung in Deutschland kommen, wird es auch nicht "einfach so" kommen, sondern sicher für ganz besondere Fälle und Zeiträume sein. Und es ist auch okay, weil auf der anderen Seite gibt es auch die Gefahr, dass der Arbeitgeber umgekehrt bei Krankschreibungen nachfragt, ob es doch nicht nur Teilzeit sein könnte .. Keine einfache Sache ...)

Beitrag von „Antimon“ vom 3. Februar 2025 20:21

Das ist aber schon arg fantastisch. Sorry, aber das ist ein bisschen die Vorstellung von "ich bin allein auf dem Planeten". So läuft es nirgendwo. Meine Partnerin hat eine IV-Wiedereingliederung gemacht, die kam auch nicht einfach so oder auch nicht, wie's ihr gepasst hat.

Beitrag von „chilipaprika“ vom 3. Februar 2025 20:28

natürlich nicht, wie es einem passt. Aber auch bei der Wiedereingliederung ist es an dem jeweiligen Krankheitsbild angepasst. Und das ist doch das Alberne: Die Wiedereingliederung kriegt man erst, wenn alles schief gelaufen ist, obwohl eine frühere Teilkrankschreibung den kompletten Ausfall hätte vermeiden können.

Aber klar, wenn wir schon fantasieren, wäre es nicht schlecht, von Anfang an gute Arbeitsbedingungen zu haben, die nicht krank machen und auslaugen.

Beitrag von „Antimon“ vom 3. Februar 2025 20:35

"Ans Krankheitsbild angepasst" heisst immer noch nicht, dass du in der 4B heute unterrichtest, morgen aber nicht. Entweder du unterrichtest die, oder die haben eine Stellvertretung. Die Klassen haben ein Recht auf eine vernünftige Ausbildung, die können nichts für das, was du so hast.

Beitrag von „chilipaprika“ vom 3. Februar 2025 20:55

Ich weiß immer noch nicht, woraus du ein larifari-Vorgehen abliest.

Die 4b hat ein Recht auf eine vernünftige Ausbildung, genauso wie die 2a.

Wenn ich mich die komplette Woche krankmelde, haben sowohl die 4b als auch die 2a (und noch weitere Klassen) keinen Unterricht.

Wenn ich - mit ärztlicher Unterstützung - zu dem Schluss käme, und es in Deutschland zulässig wäre, dass ich diese Woche nur 3 von 6 Stunden am Tag unterrichte, damit ich meine Gesundheit schone und nicht drei Wochen vollständig ausfalle, dann hätte wenigstens die 4b Unterricht, während die 2a von einer Vertretungslehrkraft unterrichtet wird (aka mitbeaufsichtigt wird).

und DAS wäre doch viel sinnvoller (meiner Meinung nach), als heute krankmelden, erholen, aber doch nur zur Hälfte, morgen in die Schule zurück und die volle Ladung bekommen, nach zwei Tagen meldet sich doch der Körper, usw..

Und natürlich passt es nur für bestimmte Krankheiten, aber nur, weil es für wenig passt, heißt es nicht, dass es albern ist.

Beitrag von „Antimon“ vom 3. Februar 2025 21:15

Nichts anderes schreibe ich doch die ganze Zeit. Der Punkt ist einfach, wenn du im laufenden Schuljahr eine Teilkrankschreibung bekommst, dann hat 4B halt Montag und Dienstag

Unterricht und wenn du mit der Schulleitung abmachst, dass du 4B unterrichtest, dann bist du eben Montag und Dienstag da. Ziemlich wahrscheinlich werdet ihr euch eben auf 4B einigen, weil das eine Abschlussklasse ist und F2c geht zur Stellvertretung, die sind grad nicht so "wichtig" (sie sind aber lustiger als 4B ...). Dein Befinden entscheidet also nicht alleine darüber, wann du da bist und wann nicht.

Beitrag von „Sissymaus“ vom 3. Februar 2025 22:04

[Zitat von chilipaprika](#)

Und mir ist klar, sollte jemals die Teilkrankschreibung in Deutschland kommen, wird es auch nicht "einfach so" kommen, sondern sicher für ganz besondere Fälle und Zeiträume sein.

Ich wundere mich grad, denn ich erinnere mich, dass meine Mutter das mal hatte. War das wohl im Rahmen eines BEM? Ich dachte immer, es gäbe sowas wie die Teilzeitkrankschreibung.

Beitrag von „chilipaprika“ vom 4. Februar 2025 05:09

Nee. Muss BEM gewesen sein (wenn in Deutschland).

Oder cooler Arbeitgeber ☐☐

Beitrag von „Sissymaus“ vom 4. Februar 2025 05:13

[Zitat von chilipaprika](#)

Nee. Muss BEM gewesen sein (wenn in Deutschland).

Oder cooler Arbeitgeber ☐☐

War im ÖD. Daher wird's wohl ein BEM gewesen sein. Ich hab echt gedacht, das wäre eine halbtags-Krankschreibung gewesen.

Beitrag von „Zauberwald“ vom 4. Februar 2025 07:02

Zitat von Kathie

Was für Gesamtlösungen denn? Wenn es doch vielen während der Menopause gar nicht mal so schlecht geht, braucht es nur Lösungen für die, die darunter leiden. So wie in jeder anderen Situation - Rheuma, chronische Darmerkrankungen, Migräne, Diabetes. Sachen, mit denen man lebt und arbeitet, die einem aber teilweise zu schaffen machen und wo man dann Lösungen findet.

Genau, Gesamtlösungen führen nur wieder dazu, Frauen bei Einstellungen mehr zu benachteiligen.

Beitrag von „treasure“ vom 4. Februar 2025 07:16

Auch ich möchte mich eher für individuelle Momentanaufnahmen aussprechen.

Durch meine Krebs-OP und die zT danach komplett wegbrechenden Hormone, bin ich damals von einem auf den anderen Tag in die Wechseljahre geplumpst.

Und mir geht es in vielen Bereichen seitdem viel BESSER, nicht schlechter. Ich hatte eher im Zyklus sehr viele Probleme, Unregelmäßigkeiten, Schmerzen etc. Das ist alles vorbei und ich konnte total aufatmen.

Andere Frauen erwischt es physisch, psychisch oder gekoppelt - da muss man einfach pro Fall drauf schauen, wie bei anderen Beeinträchtigungen auch (Krankheit, GdB bei Chronischem etc).

Natürlich ist es gut, das nicht unter den Tisch fallen zu lassen und ich freue mich auch, dass die Wechseljahre nicht mehr so ein Totschweigethema sind, sondern gerade Frauen sich offener darüber austauschen. Aber Handlungsbedarf im Allgemeinen sehe ich persönlich da eher nicht, auch wenn mein Mitgefühl denen gilt, die unter den Wechseljahren wirklich leiden. Da bin ich mir dann aber auch sicher, dass es gute und erfolgreiche Kommunikation mit Ärzten und SL geben kann.

Beitrag von „Quittengelee“ vom 4. Februar 2025 15:36

Gedankenexperiment:

Stellt euch die Menschen rund um den Planeten vor. Angenommen, alle Männer würden mit Ende 40 das Kinderkriegen abschließen. Begleitet würde diese Phase von extremen Hormonschwankungen werden, woraus bei vielen Männern Schlafstörungen, Konzentrationsprobleme, Aggressivität, starke Blutungen, Schweißausbrüche und/oder Hitzewallungen resultierten, inklusive dünner werdender Haut an den Geschlechtsteilen.

Was denkt ihr: würden Männer sich selbst als Minderleister bezeichnen? Oder würden sie, je nach Kultur, sich von ihren Frauen die Wasserpfeife reichen lassen oder mit Kumpels Rituale begehen, zu denen man sich maximal volllaufen lässt? Wäre die Menopause ein Zeichen von Weisheit und Rückzug in Chefbüros oder ein Grund, noch mehr still zu leisten und allen anderen Männern zu suggerieren, dass die sich nur mal gesünder ernähren sollten, dann hätten sie auch keine Probleme?

Ich frage für eine Freundin.

Beitrag von „Zauberwald“ vom 4. Februar 2025 15:45

Nee, dann wären die Frauen in den Chefetagen.

Beitrag von „s3g4“ vom 4. Februar 2025 15:54

[Zitat von Zauberwald](#)

Nee, dann wären die Frauen in den Chefetagen.

Sind sie doch heute auch schon.

Beitrag von „Kathie“ vom 4. Februar 2025 16:36

Zitat von Quittengelee

Gedankenexperiment:

Stellt euch die Menschen rund um den Planeten vor. Angenommen, alle Männer würden mit Ende 40 das Kinderkriegen abschließen. Begleitet würde diese Phase von extremen Hormonschwankungen werden, woraus bei vielen Männern Schlafstörungen, Konzentrationsprobleme, Aggressivität, starke Blutungen, Schweißausbrüche und/oder Hitzewallungen resultierten, inklusive dünner werdender Haut an den Geschlechtsteilen.

Was denkt ihr: würden Männer sich selbst als Minderleister bezeichnen? Oder würden sie, je nach Kultur, sich von ihren Frauen die Wasserpfeife reichen lassen oder mit Kumpels Rituale begehen, zu denen man sich maximal vollaufen lässt? Wäre die Menopause ein Zeichen von Weisheit und Rückzug in Chefbüros oder ein Grund, noch mehr still zu leisten und allen anderen Männern zu suggerieren, dass die sich nur mal gesünder ernähren sollten, dann hätten sie auch keine Probleme?

Ich frage für eine Freundin.

Ich finde das jetzt ein bisschen übertrieben.

Keiner sagt doch, dass man nur ein bisschen gesünder essen muss und schon sei die Menopause kein Problem mehr. Keine Frau hier bezeichnet sich selbst als Minderleisterin. Also deine Umkehrungen funktionieren nicht, da es diese Situationen nicht in dem Ausmaß gibt.

Ich frage jetzt schon wieder: Was willst du? Also ich meine, was willst du vom Arbeitgeber und den Kollegen?

Anerkennung, dass es eine schwierige Zeit ist? Okay. Das ist aber, glaube ich, allen halbwegs gebildeten Menschen, die nicht mit Scheuklappen durchs Leben gehen, sowieso bereits klar.

Ab 40 nur noch mit Samthandschuhen angefasst werden? Ich glaube ja nicht. Da wäre dann doch der Aufschrei wieder groß, dass man uns Frauen nicht alles zutraut, dass Männer verantwortungsvollere Jobs bekommen und so weiter.

Und ich bin zwar kein Mann, ich stelle mir aber Erektionsprobleme als mental belastend vor, schütteres Haar ist sicher auch nicht prickelnd, und täglich rasieren müssen oder Vollbart wäre auch nicht meins. Jedes Geschlecht hat halt so seine Tücken. Ich möchte jedenfalls nicht tauschen. Aber darum ging es hier ja gar nicht.

Beitrag von „Quittengelee“ vom 4. Februar 2025 16:53

[Kathie](#) , lies nochmal die Beiträge durch. "Minderleister" kam von einer Frau und "bei mir ist alles supi, Ernährung und Bewegung sind bei jeder halt anders" von einer anderen. Die Arbeit trotz gebrochener Wirbel, für "stellt euch nicht so an" war dann wohl das Extrembeispiel, aber auch dazu findest du mehrere Beiträge.

[Zitat von Kathie](#)

...

Wenn man sich während seiner Periode nicht wohl fühlt - oh, das wird sicher gleich zitiert, deshalb nochmal genauer:

...

...geht in dieselbe Richtung.

Wenn du nicht "sich nicht wohl fühlt" meinst, dann schreib es auch nicht.

Zur Frage, was sich bei der Arbeit ändern sollte, hab ich schon 3x was geschrieben. Ich hatte - unter anderem- nach euren Ideen und Erfahrungen in euren Kollegien gefragt. Und zum Beispiel von dir zu hören bekommen, dass das alles nicht ginge, weil es das halbe Kollegium gleichzeitig beträfe. Sicher richtig, trotzdem mal ein Innehalten und drüber nachdenken wert.

Beitrag von „Kathie“ vom 4. Februar 2025 17:28

[Zitat von Quittengelee](#)

Wenn du nicht "sich nicht wohl fühlt" meinst, dann schreib es auch nicht.

Ich hab das schon so gemeint, denn wenn ich diese Symptome habe, fühle ich mich definitiv nicht wohl - aber auch nicht krank.

[Zitat von Quittengelee](#)

Zur Frage, was sich bei der Arbeit ändern sollte, hab ich schon 3x was geschrieben. Ich hatte -unter anderem- nach euren Ideen und Erfahrungen in euren Kollegien gefragt. Und zum Beispiel von dir zu hören bekommen, dass das alles nicht ginge, weil es das halbe Kollegium gleichzeitig beträfe. Sicher richtig, trotzdem mal ein Innehalten und drüber nachdenken wert.

Naja also - dann brauche ich auch nicht weiter drüber fantasieren, dass man so zum Beispiel gern zwei Menstruationstage im Monat pauschal frei hätte, auch wenn man keine Beschwerden hat, und so weiter.

Was von mir als Lösungsvorschlag kam, ist meiner Meinung nach umsetzbar, und das ist:

krankmelden, wenn man nicht arbeiten kann

sagen, wenn man arbeiten kann, aber zum Beispiel aus gesundheitlichen Gründen Aufsichten tauschen muss

wenn die Beschwerden zu groß werden, zum Arzt gehen und der sagt, wie es weitergehen soll und kann

Beitrag von „Antimon“ vom 4. Februar 2025 18:12

[Zitat von Quittengelee](#)

Die Arbeit trotz gebrochener Wirbel, für "stellt euch nicht so an"

Ne, sorry, das war es nicht. Du wirst grad ein bisschen unverschämt. Ein Arzt hat mich nach 6 Wochen damit zu 50 % wieder arbeiten geschickt weil er befunden hat, das ginge. Das hat mit "nicht so anstellen" eben genau nichts zu tun, es ist schlichtweg kein Grund weiter daheim auf der Couch zu verrotten. Du bist ansonsten die erste, die sich hier ausgiebig beklagt, dass Frauen nichts zugetraut wird. Ja, vielleicht auch zurecht wenn man sich einbildet, ab 40 stünde man eigentlich schon kurz vor der Gruft.

Beitrag von „Zauberwald“ vom 4. Februar 2025 18:33

[Zitat von Zauberwald](#)

Wenn man krank ist, bleibt man zu Hause. Weswegen ist egal. Der Schuss geht doch sowieso nach hinten los, wenn Frauen offen wegen hormonellen Situationen ein "Minderleistungsstatus" zugesprochen wird.

Das mit der Minderleistung bin ich und das ist der Satz dazu. Und nun?

Beitrag von „Quittengelee“ vom 4. Februar 2025 18:47

Nix und nun. Den Vorwurf der "Minderleistung" hast du antizipiert, den gibt es bislang nicht. Ich habe ja nun mehrere Artikel verlinkt, die sich mit dem Phänomen der Menopause am Arbeitsplatz beschäftigen, es gibt also ganz real ein Thema, mit dem sich Fachleute auseinandersetzen, letztlich, weil es auch volkswirtschaftlich interessant ist.

Mich interessiert das, auch wenn ich in einem Beruf arbeite, in dem man sich verhältnismäßig leicht krankmelden könnte.

Beitrag von „Quittengelee“ vom 4. Februar 2025 18:53

[Zitat von Antimon](#)

Ne, sorry, das war es nicht. Du wirst grad ein bisschen unverschämt. Ein Arzt hat mich nach 6 Wochen damit zu 50 % wieder arbeiten geschickt weil er befunden hat, das ginge. Das hat mit "nicht so anstellen" eben genau nichts zu tun, es ist schlichtweg kein Grund weiter daheim auf der Couch zu verrotten. Du bist ansonsten die erste, die sich hier ausgiebig beklagt, dass Frauen nichts zugetraut wird. Ja, vielleicht auch zurecht wenn man sich einbildet, ab 40 stünde man eigentlich schon kurz vor der Gruft.

Wo bin ich denn bitte unverschämt? Du bestätigst doch schon wieder meine Aussage. Wenn in deiner besonderen Krankheitssituation Arbeiten besser war als auf der Couch verrotten ist das doch eine individuelle Situation, die nichts mit dem hier besprochenen Thema zu tun hat.

Oder eben nicht, dann willst du doch genau das sagen: Arbeit ist in jedem Falle die beste Lösung für jedes Problem. Und wer über besondere Bedingungen am Arbeitsplatz für besondere Situationen nachdenkt, hält sich für kurz vor dem Tod.

Nö. Es gibt noch was anderes zwischen schwarz und weiß.

Beitrag von „Antimon“ vom 4. Februar 2025 19:30

[Zitat von Quittengelee](#)

Es gibt noch was anderes zwischen schwarz und weiß.

Ja, ne Teilkrankschreibung. Die du hier plötzlich zitierst als "Extrem".