

if.informativ &
feministisch



Frauenland
Burgenland

Frausein in der Pandemie

Bilanz eines Krisenjahres



Ein Jahr Coronavirus-Pandemie:
Warum sie vor allem Frauen betrifft

Arbeit in der Krise:
So hat sich die Erwerbsarbeit verändert

Frauengesundheit:
Wie Covid-19 Körper und Psyche belastet

Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Mag.^a Ekaterini Grebien
Referat Frauen,
Antidiskriminierung und
Gleichbehandlung

Mehr Info:
post.a7-frauen@bgld.gv.at
www.burgenland.at/frauen



Seit März 2020 hält uns das Covid-19-Virus auf Trab. Die Gesundheitskrise, die sich auf alle Bereiche unseres Lebens auswirkt, trifft Frauen multipler und härter als Männer. Wir fragen uns in diesem if: Welche Folgen hat das Maßnahmenpaket zur Eindämmung der Pandemie für Frauen mit (und ohne) systemerhaltenden Jobs? Wie viele Frauen verloren im letzten Jahr ihre Arbeit, müssen mit finanziellen Einbußen leben und sehen überhaupt einer wirtschaftlich unsicheren Zeit entgegen?

Welchen Effekt bringt der wieder erwachte öffentliche Diskurs um die unbezahlte bzw. unterbezahlte „Care-Arbeit“ den Leistungsträgerinnen der Gesellschaft bzw. jenen Frauen, die in Gesundheitsberufen, im Einzelhandel, als Reinigungskraft, in der Pflege, in der Logistik usw. arbeiten? Wird die Arbeit dieser Frauen bzw. Berufsgruppen infolge der Krise aufgewertet? Wird sich ihre systemrelevante Leistung in Zukunft auch in einer höheren gesellschaftlichen Wertschätzung und Abgeltung niederschlagen?

Wie wirkt sich die Krise auf die „Generation Corona“ aus, von der man bereits jetzt spricht? In unserem Burgenland-Teil lesen wir: Was machen die Belastungen, Erschöpfung, Ängste, ökonomische Unsicherheit mit der Psyche? Was haben Frauen zu erzählen, die sich als Seelsorgerin oder Intensivkrankenschwester um das Wohl erkrankter Menschen kümmern, und was machen diese sehr intensiven Erfahrungen mit ihnen?

Bleiben Sie gesund und holen Sie sich Unterstützung, wo Sie diese brauchen.

© LAND BURGENLAND

inhalt

Impressum

if:informativ & feministisch. Aktuelle Information zu Frauen- und Gleichstellungsthemen für Multiplikatorinnen und Multiplikatoren sowie interessierte Frauen und Männer.
Herausgeberinnen: Karina Ringhofer, Ekaterini Grebien, A7 - Referat Frauen, Antidiskriminierung und Gleichbehandlung des Landes Burgenland
Redaktion: Ursel Nendzig **Burgenland-Redaktion:** Karina Ringhofer, Ekaterini Grebien **Lektorat:** Angelika Hierzenberger-Gokesch
Artdirection und Produktion: Martin Renner, rennergraphicdesign **Druck:** Samson Druck **Auflage:** Burgenland 2.000, Gesamtauflage 15.800
Beratung, Konzept, Koordination der Produktion: „Welt der Frauen“ Corporate Print für das Land Burgenland, Referat für Frauenangelegenheiten. www.welt-der-frauen.at
DSGVO-Hinweis: Sehr geehrte Bezieherinnen und Bezieher, mit 25. 5. 2018 ist die Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO) in Kraft getreten. Als Bezieherin/Bezieher haben Sie uns personenbezogene Daten zur Verfügung gestellt, die wir im Rahmen der Erfüllung ihres Bezugswunsches verarbeiten. Der verantwortungsvolle Umgang mit Ihren personenbezogenen Daten ist uns wichtig. Um unsere Informationspflicht nach der DSGVO zu erfüllen, möchten wir Sie für alle weiteren Details zu unserem Umgang mit Ihren Daten auf unsere Datenschutzerklärung hinweisen. Diese finden Sie online auf www.burgenland.at/datenschutz.

3 FRAGEN AN ...

Elke Aufner-Hergovich

Klinische und Gesundheitspsychologin,
Geschäftsführerin der Beratungsstellen
„Die Tür“ Eisenstadt und Mattersburg
und von MonA-Net

**Ist die Coronavirus-Pandemie auch eine Epidemie der Einsamkeit?**

Ja. Für immer mehr Frauen wird Covid-19 zur psychischen Belastung. Frauen, die allein leben oder in einer Beziehung sind, in der Konflikte auftreten, fühlen sich mittlerweile sehr einsam und allein. Neben Depressionen und Angststörungen, akuten und posttraumatischen Belastungsstörungen nehmen auch Alkohol- und Medikamentenabhängigkeit zu.

Welche Sorgen plagen die Frauen am meisten, die derzeit in Ihre Beratung kommen?

Zu Beginn der Coronavirus-Pandemie waren die Einschränkungen, Verunsicherungen und Veränderungen Hauptthema. In unseren Beratungen geht es um Ängste, Überforderung und Perspektivlosigkeit. Besonders herausfordernd sind diese Zeiten für Alleinerzieherinnen, auch eine Zunahme an Gewalterfahrungen ist feststellbar.

Werden (Mädchen und junge) Frauen mehr mit den Folgen der Pandemie zu kämpfen haben als Männer?

In aktuellen Studien zeigt sich, dass Mädchen über signifikant mehr Traumasymptome und Angst berichten als ihre männlichen Altersgenossen. Für Mädchen ist das Leben außerhalb der Familie, der häufige Austausch mit Freundinnen enorm wichtig. Sie vermissen die Schule und die sozialen Kontakte. Auch haben Mädchen größere Angst, andere anzustecken und dafür verantwortlich zu sein.

Die aktuelle Coronavirus-Pandemie fordert Frauen noch mehr als sonst. Verschärfte Arbeitsbedingungen in den systemrelevanten Bereichen, Homeoffice, Homeschooling, Haushalt, vielleicht auch noch pflegebedürftige Angehörige zu Hause. Was Frauen derzeit besonders psychisch belastet, sind vor allem die instabilen Umstände und die Ungewissheit, wie es weitergehen soll. Spätestens jetzt ist uns allen klar, dass Frauen imstande sind, Außerordentliches zu leisten: Sie tun das nicht nur in Extremsituationen, wie in der jetzigen Pandemie – sondern 365 Tage im Jahr.

Was uns in der Krise bleibt, ist, mit ihr umgehen zu lernen und Möglichkeiten aufzuspüren. Frauen brauchen jetzt bessere Arbeitsbedingungen und faire Löhne. Mit der Einführung des Mindestlohns im Landesdienst hat das Burgenland eine Vorreiterrolle eingenommen. Vor allem Frauen arbeiten häufig in Niedriglohnbranchen und würden von einem flächendeckenden Mindestlohn profitieren. Damit Frauen selbstbestimmt und unabhängig leben können, ist ein existenzsicherndes Einkommen notwendig. Eine weitere Chance sehe ich im breit diskutierten Thema Homeoffice. Unabhängig von der Coronavirus-Krise wird das Homeoffice-Arbeitsmodell Frauen in Zukunft breitere Perspektiven für die Jobausübung eröffnen und ihnen den Umstieg von Teilzeit auf Vollzeit erleichtern.

Außerdem würden flexiblere Arbeitszeitmodelle ermöglichen, dass Frauen ihre Arbeitszeiten besser an die Schul- bzw. Betreuungzeiten anpassen und damit Arbeit und Privatleben besser miteinander vereinbaren können. Natürlich müssen diese Arbeits(zeit)modelle unter den entsprechenden zeitlichen und technischen Rahmenbedingungen stattfinden. Frauen sind in diesen Tagen diejenigen, die den Laden am Laufen halten, und gerade diese Frauen dürfen durch die aktuelle Situation nicht noch mehr belastet werden.



Astrid Eisenkopf

Ihre Astrid Eisenkopf

Landeshauptmann-
Stellvertreterin



Im Jahr 2020 erhielten um 42 Frauen mehr die Diagnose „wiederkehrende depressive Episode“ als im Vergleichszeitraum 2019*.
(Quelle: Psychosozialer Dienst Burgenland)

Aktuelle Situation im Burgenland

Eine Erhebung des Psychosozialen Dienstes Burgenland (PSD) zeigt, dass Frauen unter den Auswirkungen der Coronavirus-Pandemie besonders leiden. So wurde beispielsweise die Diagnose einer „wiederkehrenden depressiven Episode“ im Jahr 2020 um 10,5 Prozent öfter gestellt als im Jahr 2019*. Das bedeutet in absoluten Zahlen, dass 2020 um 42 Frauen mehr zum wiederholten Mal an einer Depression erkrankten als im Vorjahr. Auch Suchterkrankungen wurden bei Frauen im Jahr 2020 um 14,6 Prozent häufiger diagnostiziert, als dies im Jahr 2019 der Fall war. Allein bei den Alkoholerkrankungen zeigte sich ein Zuwachs von 20 Prozent gegenüber 2019. Hervor tritt auch die Diagnose „Reaktion auf schwere Belastungen und Anpassungsstörung“, welche 2020 gegenüber 2019 bei Frauen um 7,4 Prozent öfter gestellt wurde.

* Erhebungszeitraum: Vergleich der Periode März bis Dezember 2019 mit März bis Dezember 2020.

Frauen und die Pandemie

Ein ganzes Jahr begleitet, beschäftigt und beeinträchtigt uns die weltweite Covid-19-Pandemie nun. Nahezu alle Lebensbereiche sind davon betroffen – und nahezu jede Person. Dabei trifft diese Krise Frauen härter als Männer. Wieso? Und in welcher Form? Die Bilanz eines Krisenjahres.



Sie sind Mütter, die Homeoffice, Homeschooling und Haushalt unter einen Hut bringen. Sie sind Care-Arbeiterinnen, die im Altersheim jene betreuen, die nicht besucht werden dürfen. Sie sind alleinstehend und leiden unter der Isolation.

Sie sind alleinerziehend und schicken ihre Kinder mit schlechtem Gewissen jeden Tag in die Betreuungseinrichtung, um ihren Job nicht zu verlieren. Sie verringern ihre Arbeitszeit, um die Familie am Laufen zu halten, und nehmen dadurch ökonomische Verluste in Kauf. Sie alle sind Frauen, deren Leben durch „Corona“ beeinflusst wurde. Ein Jahr ist es her, seit das „severe acute respiratory syndrome coronavirus 2“, Covid-19, Coronavirus oder kurz Corona unser Leben grundlegend verändert hat. Ausgangssperre, Maskenpflicht, Social Distancing, Homeoffice, Schulschließungen, Reisewarnungen, Homeschooling, Existenzängste, Zukunftssorgen, psychische Belastungen, Tests und das Bangen um erkrankte Personen, Freundinnen und Freunde, Angehörige. Die Auswirkungen der Pandemie sind enorm. Und Frauen besonders belastet.

Warum gerade Frauen?

Frauen leisten 70 Prozent der Care-Arbeit. Acht von zehn Menschen in Pflegeberufen sind weiblich. Es sind zum Großteil Frauen, die Homeschooling übernehmen, und es sind Frauen, die innerhalb dieses Jahres in ein angestaubtes Rollenbild zurückgedrängt wurden, aus dem sie sich seit hundert Jahren zu befreien versuchen. Frauen sind wieder vermehrt zu Hause, reduzieren – freiwillig oder unfreiwillig – ihre Erwerbsarbeit, um die Betreuung von Kindern oder älteren Angehörigen zu bewerkstelligen. Sie übernehmen unbezahlte Tätigkeiten wie Putzen, Waschen

und Kochen. Die Unzufriedenheit wächst. Das Jobportal „StepStone“ befragte dazu im November 2020 1.900 Arbeitnehmerinnen und Frauen auf Jobsuche. Das Ergebnis: Der Anteil jener Frauen, die mit ihrer beruflichen Situation zufrieden oder sehr zufrieden waren, lag vor der Pandemie bei 68 Prozent. Mittlerweile ist dieser Wert auf 41 Prozent gesunken. Knapp jede dritte Frau ist aktuell sehr unzufrieden mit ihrem Job, vor einem Jahr waren es noch acht Prozent.

Eine Umfrage des Momentum Instituts ergab, dass die wiederkehrenden Schließungen von Kinderbetreuungseinrichtungen vor allem für Frauen eine Verschlechterung ihrer Situation am Arbeitsmarkt bedeuten: weil sie diejenigen sind, die für die Kinderbetreuung beruflich zurückstecken. So konnte eine Mutter bis Ende 2020 bis zu 4.440 Euro an Einkommen verlieren. Diese Einkommenseinbußen vermindern in weiterer Folge auch die Pension von Frauen. Frauen erhalten derzeit in Österreich durchschnittlich 42 Prozent weniger Pension als Männer (ein Wert, der eigentlich noch höher ist, da die internationale Berechnung nur Personen berücksichtigt, die selbst eine Pension beziehen – in Österreich beziehen jedoch 18,4 Prozent der Frauen keine eigene Pension). Wo Kindergärten gegen Mittag schließen, verringern sich vor allem für Frauen die Chancen auf ein Einkommen, das ihnen später eine Pension sichert, von der sie leben können.

Der Gender-Pay-Gap, der zwischen Männern und Frauen ohnehin besteht, wird durch die Coronavirus-Krise jedenfalls nicht kleiner. Aktuell liegt dieser im Schnitt bei 19,3 Prozent – Arbeiterinnen verdienen um 27,5 Prozent weniger, weibliche Angestellte um 32,4 Prozent.

Zahlen und Fakten zu Frauen und Covid-19

Infolge der Coronavirus-Krise ist die Arbeitslosigkeit in Österreich deutlich gestiegen. Betroffen sind vor allem Frauen. Der Grund: Gerade Branchen mit einem hohen Frauenanteil – Handel, Hotellerie, Gastronomie, Erziehung und Unterricht, Gesundheit und Soziales – sind stark von Arbeitslosigkeit betroffen. Von 64.146 „Corona-Arbeitslosen“ sind 54.702 Frauen – das sind 85 Prozent (AMS, Juli 2020).

88 Prozent der Beschäftigten in Betreuungsberufen sind weiblich, beim Gesundheitspersonal (ausgenommen Ärztinnen und Ärzte) sind es 81,5 Prozent. Im Lebensmittelhandel arbeiten 70,6 Prozent

Frauen – Frauen sind in diesen Tätigkeiten während der Pandemie einem erhöhten Infektionsrisiko sowie psychischen und physischen Belastungen ausgesetzt (UNFPA, 2020).

Frauen sind in Führungs- und Entscheidungsprozessen im Gesundheitswesen unterrepräsentiert, genau wie in der Krisenkommunikation. Die Corona-Taskforce des Gesundheitsministeriums verfügt allerdings über ein ausgeglichenes Geschlechterverhältnis.

Die Care-Arbeit war schon vor der Coronavirus-Krise ungleich zwischen den

Geschlechtern aufgeteilt. Die OECD vermeldet, dass in den Mitgliedsstaaten Frauen im Schnitt täglich zwei Stunden mehr unbezahlt arbeiten als Männer. Dazu gehören Kinderbetreuung und Pflege von Angehörigen. Durch die Schließung von Schulen und Kinderbetreuungseinrichtungen fällt zusätzliche unbezahlte Arbeit an.

In Familien mit zwei Elternteilen übernahmen die Mütter 9,4 Stunden unbezahlter Arbeit, Männer nur 6,9 Stunden. Drei Viertel jener Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer, die Sonderurlaub nahmen, waren weiblich (WU/Arbeiterkammer, Zeitverwendungsstudie).

Schon jetzt arbeitet fast die Hälfte aller berufstätigen Frauen in Teilzeit. Fallen Betreuungspflichten noch stärker auf die Mütter zurück, weil Kinder in Quarantäne bleiben müssen, erhöht sich der Druck auf sie umso mehr. Das gilt vor allem in Branchen, die zuletzt als „systemerhaltend“ gelobt wurden, was sich aber nicht in der Entlohnung widerspiegelt: Regalbetreuerinnen und Kassakräfte verdienen besonders schlecht (unter 1.300 Euro netto pro Monat). Die Auswirkungen der Coronavirus-Krise könnten die langsamen Fortschritte beim Gender-Pay-Gap also zusätzlich gewaltig bremsen.

Krise als Lupe?

Die Coronavirus-Pandemie wirkt auf die Lebensumstände von Frauen wie eine Lupe: Sie vergrößert jene Probleme, die vorher schon da waren, und zeigt deutlich, wo das System zu Ungunsten von Frauen funktioniert. Und diese Probleme sind vielfältig, erstrecken sich vom Privaten bis ins Politische, vom Haushalt bis in die Chefetage. Die Bilanz des vergangenen Jahres unter dem Einfluss der Schutzmaßnahmen gegen Covid-19 fällt also ernüchternd aus. Wie vergangene Krisen auch, hat die aktuelle die Gleichstellung nicht erleichtert, im Gegenteil. Durch Homeoffice und das Vereinbaren von Kinderbetreuung und Beruf und den enormen Druck auf systemerhaltende Berufsgruppen – Einzelhandel und Krankenhaus – lastet der große Teil der Krise auf den Schultern von Frauen. ●

International: Mädchen, junge Frauen und Coronavirus

Mädchen und junge Frauen in ärmeren Ländern sind die echten Verliererinnen der Corona-Krise. Schon vor der Pandemie, so die Analyse der Kinderhilfsorganisation Plan International, hatten viele Mädchen in sogenannten Entwicklungsländern geringe Chancen auf Schulbildung: Über

111 Millionen Mädchen leben in Ländern mit besonders niedrigen Einkommen, in denen der Zugang zu Bildung bereits jetzt schwierig ist. Durch Schulschließungen im Zuge von Covid-19-Schutzmaßnahmen wird dieses Problem noch verstärkt. Mädchen müssen stattdessen im Haushalt helfen, Geschwister betreuen oder helfen, das fehlende Einkommen der Familie auszugleichen. Je länger die Schulen geschlossen bleiben, desto höher ist dabei das Risiko,

dass Mädchen minderjährig verheiratet werden. Von den weltweit 743 Millionen Mädchen, die seit Ausbruch der Pandemie nicht mehr zur Schule gehen können, wird wohl ein großer Teil nicht dorthin zurückkehren. Es ist deshalb wichtig, so die Hilfsorganisation, dass für Mädchen und Frauen das Ende der Krise nicht den Stillstand bedeutet. Es liege an Politik und Gesellschaft, die Welt nach der Coronavirus-Krise für Mädchen und Frauen gleichberechtigter zu machen, ihnen mehr Beteiligung zuzusprechen, um künftigen Krisen mit kleineren oder keinen Rückschritten zu begegnen.



**„Wir Frauen
hängen alle mit-
einander
drin“**

Katharina Mader forscht an der Wirtschaftsuniversität Wien, Institut für Heterodoxe Ökonomie – und verfolgt mitunter Ansätze außerhalb der ausgetretenen Pfade der Wirtschaftswissenschaften. Die Covid-19-Krise hat sie deshalb genau analysiert, bedeutet sie doch in vielerlei Hinsicht Neuland. Die Wissenschaftlerin – selbst Mutter zweier Kindergartenkinder – im Interview über die wirtschaftlichen Folgen, die diese Krise für alle Frauen hat.

Es heißt, die Coronavirus-Krise sei eine Krise der Frauen. Sehen Sie das genauso?

Katharina Mader Wirtschaftskrisen haben in der Vergangenheit tendenziell zuerst die Männer betroffen. Die letzte Krise, 2008, bedrohte vor allem die produzierende Industrie, klassische Männerarbeitsplätze. Die aktuelle Krise ist anders, sie betrifft, was die Arbeitslosenzahlen angeht, zu einem gleichen Anteil Männer und Frauen – weil sie nicht nur die Industrie, sondern auch „typische“ Frauenberufe betrifft: Tourismus, Gastronomie. Wir sehen aber auch unterschiedliche Betroffenheiten. Auf der einen Seite Frauen, die irrsinnig viel und zu unglaublich schlechten Bedingungen arbeiten, nicht ins Homeoffice gehen können. Auf der anderen Seite das Phänomen Homeoffice, von dem Frauen besonders betroffen waren, wodurch sie von Anfang an in eine massive Unsichtbarkeit gedrängt wurden. Das ist neu. Bisher gab es immer einen Zweirundeneffekt: Frauen wurden aufgrund von Einsparungen infolge einer Krise arbeitslos. Jetzt ist das unmittelbar passiert.

Sie haben bereits im ersten Lockdown, im Frühjahr 2020, zu forschen begonnen. Was war Ihre Perspektive?

Vor allem wollte ich wissen, was eine solche Krise für die unbezahlte Arbeit bedeutet. In der Ökonomie gab es sehr schnell Publikationen, die gesagt haben, dass es *die* Möglichkeit für Gleichberechtigung sein wird, weil die Männer zu Hause sind und sehen, wie viel unbezahlte Arbeit anfällt. Und dass sie freiwillig und automatisch mehr davon übernehmen würden. Ich habe gesagt: Das kann nicht sein. Weil Krisen Geschlechterrollen bisher immer gefestigt haben und nicht gelockert. Ich wollte deshalb herausfinden, wer die unbezahlte Arbeit übernimmt. Diese Frage haben wir stark mit jener nach dem Homeoffice verknüpft, also: Wenn Menschen im Homeoffice sind, was bedeutet das für die Verteilung der unbezahlten Arbeit? Allein schon durch die Fragestellung war uns klar, dass dies eine Mittelschichtsstudie ist, denn das, vom Einkommensniveau gesehen, obere Fünftel war zu über 90 Prozent im Homeoffice, das untere Fünftel gar nicht. Wir haben konkret nach den täglichen Beschäftigungen gefragt, in 15-Minuten-Abständen. Es war spannend, zu sehen, dass über 70 Prozent der unbezahlten Kinderbetreuung von Frauen übernommen wurden – was allerdings schon vor Corona der Fall war! Es hat sich also nicht wirklich verändert, was für mich sehr augenöffnend war. Ich dachte – vor allem vor dem Hintergrund, dass es eine Mittelschichtsstudie war –, dass Männer schon viel mehr unbezahlte Tätigkeiten übernommen hätten. Aber es waren und blieben zum Großteil die Aufgaben der Frauen ...

Welche Frauen sind nun besonders von der aktuellen Krise betroffen?

Ich denke, es ist wichtig, festzustellen, dass alle Frauen in unterschiedlichen Nuancen von der Coronavirus-Krise betroffen sind, egal, wie gebildet, egal, welche Einkommensschicht. Allein eine Betreuungspflicht reicht aus, dass wir alle in einem Boot sitzen. Ich fände es so wichtig, dass das immer wieder betont wird, weil das einen Moment der Solidarität ermöglichen

würde. Was uns Frauen sonst unterscheidet, vereint uns jetzt. Wir als Frauen hängen da alle miteinander drin!

Welche Langzeitfolgen erwarten Sie?

Tatsächlich kann ich hier nur Hypothesen aufstellen, erforschen können wir es im Moment natürlich nicht. Mir bereitet die lange Dauer dieser Krise Bauchschmerzen. Wir haben hohe Arbeitslosenzahlen von Frauen, die wir so nicht kennen. Männer sind oft saisonbedingt arbeitslos, und wir haben Erfahrung aus der Historie und können sie umschulen. Mit so hoher Frauenarbeitslosigkeit hingegen nicht. Es ist meiner Meinung nach auch ein Trugschluss, zu sagen: Wir schulden die Frauen alle um. Sie sind ja nicht in den falschen Branchen – diese werden wiedereröffnet, und dann brauchen wir dort die Frauen. Die Frauen haben Betreuungspflichten, das ist das Problem. Und sie funktionieren jetzt nicht am Arbeitsmarkt, weil Arbeitgeberinnen und Arbeitgeber sie als unzuverlässig einstufen. Was also bisher als statistische Diskriminierung in der Theorie behandelt wurde, bestätigt sich gerade in der Praxis. Was sich auch – leider – bestätigt, ist die Theorie der „Reservearmee“: Dort, wo es viele Menschen gibt, die Jobs übernehmen könnten, in Bereichen wie Pflege oder Erziehung, sind die Löhne niedrig, weil es eine riesige Reservearmee an Frauen gibt, die – zur Not sogar unbezahlt – einspringen. Auch diese Theorie ist jetzt leider in der Realität bestätigt.

Was passiert also mit den arbeitslosen Frauen?

Es gibt nicht nur die Frauen, die gekündigt worden sind, sondern auch die, die ihre Arbeitszeiten reduziert haben oder von selbst gekündigt haben, um ihrer Betreuungspflicht nachzukommen. Ich sehe auch die Frauen aus der Mittelschicht, die sich eine Karriere aufgebaut haben und jetzt im Homeoffice unsichtbar geworden sind. Denen die Kinderbetreuung zugeschrieben worden ist und die sie einfach übernehmen, weil es notwendig ist. Was das für das Lebensinkommen und die daraus resultierende Altersarmut bedeutet, können wir zurzeit nicht ermessen. Wir wissen aber: Je weniger Frauen durchgehend erwerbstätig sind, desto stärker sind sie im Alter von Armut betroffen. Wir sehen also erst in dreißig Jahren, wie schlimm es sich tatsächlich auswirkt.

Wie kommen wir da wieder raus?

Aus vergangenen Krisen wissen wir, dass Gleichstellung immer als Luxusproblem dargestellt wird, um das sich gekümmert wird, sobald alles wieder gut läuft. Das müssen wir aufbrechen und sagen: Auch in Krisenzeiten ist es einer der wesentlichen Bereiche der Politik und wir müssen uns darum kümmern! Wir Frauen sollten schauen, wie viel Solidarität wir daraus produzieren können. Und dann auch dieses Momentum nutzen und im eigenen Umfeld, in der Beziehung ansprechen, wie ungleich die Verteilung ist. Sie ist nämlich nicht nur unsichtbar, sondern auch unbesprochen. Wir werden nichts verändern, wenn wir nichts sichtbar machen. Auf struktureller Ebene – und auch auf der individuellen Ebene – müssen wir die Ungleichheit ansprechen und durchbrechen. ●

Arbeit in der Krise

Es wurden Berufe mit dem Label „systemrelevant“ versehen, gerade in jenen Sparten, in denen viele Frauen arbeiten. Büros wurden ins Private verlagert, Digitalisierung überall. Die Erwerbsarbeit hat sich unter dem Einfluss der Coronavirus-Pandemie stark verändert.

In den vergangenen Monaten wurde deutlich wie vermutlich noch nie, wer die wahren Leistungsträgerinnen und -träger der Gesellschaft sind. Unverzichtbar, zumindest für den Moment, sind Menschen, die in den Gesundheitsberufen, im Einzelhandel, als Reinigungspersonal, in der Kinderbetreuung, der Pflege, im Transportwesen oder bei Lieferdiensten arbeiten. Das Groteske dabei ist: Gerade diese Menschen – traditionell sind das Berufe, in denen der Frauenanteil über 80 Prozent beträgt – leiden unter schlechten Arbeitsbedingungen, niedrigen Löhnen und geringem Schutz für ihre Gesundheit. Hinzu kommt, dass ein Drittel der Beschäftigten in diesen Berufen mit der Doppelbelastung von ohnehin schon psychisch und physisch schwerer Erwerbsarbeit und (Kinder-)Betreuung konfrontiert ist.

Bereits vor Beginn der Coronavirus-Krise wurden diese Bedingungen in einer Studie, die das Forschungsinstitut Sora im Auftrag der Arbeiterkammer durchgeführt hat, genau untersucht. Es wurde dabei deutlich, dass es einen hohen Anteil atypischer Beschäftigung gibt, also geringfügig, befristet oder in Leiharbeit gearbeitet wird: 26 Prozent aller Reinigungskräfte sind etwa davon betroffen. Der Teilzeitanteil dieser „typisch weiblichen“ Berufe liegt, etwa

im Bereich der Altenpflege, bei über der Hälfte. Auch die Einkommen sind signifikant niedriger als in anderen Berufsgruppen, so verdienen jene fünf Gruppen der „systemrelevanten“ Berufe mit dem höchsten Frauenanteil weniger als den österreichischen Durchschnittslohn: Reinigungskräfte, Kassiererinnen und Regalbetreuerinnen, Altenpflegerinnen und Behindertenbetreuerinnen, Kindergartenpädagoginnen und Kinderbetreuerinnen sowie medizinische Assistentinnen.

Verlagerung ins Private

Die Folgen: Als systemrelevant eingestufte Personen, zum großen Teil Frauen, sind auf finanzielle Unterstützung (etwa von der Partnerin oder vom Partner) angewiesen, sozial unzulänglich abgesichert (da dies von der Höhe des Einkommens abhängt) und von Altersarmut bedroht.



Digitalisierung

Hand in Hand mit Covid-19 kam ein unglaublicher Schub in der Digitalisierung – zumindest in höher qualifizierten Bereichen. Das Ziel, „Social Distancing“ zu halten, machte es für Unternehmen notwendig, binnen kürzester Zeit Homeoffice und Remote-Office-Lösungen auf die Beine zu stellen, Onlineshops und E-Payment einzurichten. Mariana Kühnel, Vizeregierungsekretärin der Wirtschaftskammer Österreich, sieht darin sogar eine Chance für Frauen: „Homeoffice macht eine unglaubliche Flexibilisierung möglich“, sagt sie. „Die Digitalisierung ist auch eine Chance

zur Transformation.“ Die Zahl der Unternehmensgründerinnen sei im Juni 2020 um fünf Prozent höher gewesen als ein Jahr zuvor. Dabei gibt es freilich Einschränkungen. Zum einen sind oben erwähnte „systemrelevante“ Berufe kaum vom Homeoffice aus zu erledigen. Zum anderen bewirkt Homeoffice das Unsichtbarwerden von Frauen im Berufsleben und drängt sie in überholte, festgefahrene Rollenbilder (siehe Interview Seite 7). Flexible und leistbare Kinderbetreuung ist für alle Frauen, egal in welchen Berufen, dabei die größte und wichtigste Unterstützung.



Femme Fiscale

Für eine geschlechtergerechte Steuer- und Budgetpolitik setzen sich die Aktivistinnen von **Femme Fiscale** ein – einer Initiative von Gruppen und Netzwerken wie **Attac**, **Österreichischer Frauenring**, **Katholische Frauenbewegung Österreich**, dem **Netzwerk österreichischer Frauen- und Mädchenberatungsstellen** und anderen Organisationen. Um die negativen Folgen der **Coronavirus-Krise** für Frauen abzufedern, fordern sie konkret ein **Konjunkturpaket** für jene, die sich in der Pandemie als **Leistungsträgerinnen** herausgestellt haben. Besonders die **schlecht entlohnte oder unbezahlte Arbeit von Frauen** sei es, die **Österreich** durch die Krise gebracht habe. Dazu kommen **hohe Kosten** durch den **Ausfall von Schulen und Kindergärten**, was **zusätzliche unbezahlte Betreuungsarbeit** nach sich ziehe. Es zeige sich, dass insbesondere **Frauen die „Leistungsträgerinnen“ der Wirtschaft und Gesellschaft** sind, als **Kassiererinnen**, als **Reinigungskräfte**, zu **Hause bei den Kindern**, im **Spital**, so **Elisabeth Klatzer** von **Femme Fiscale** bei ihrer **Budgetrede im März 2020**. Ein **Dankeschön** reiche nicht, es gehe darum, diesen **„Airbags in der Krise“** endlich **faire Löhne** zu bezahlen.

In ihrer **Petition** fordern die **Aktivistinnen zwölf Milliarden Euro**, die für ein **Zukunfts- und Bildungspaket**, ein **Pflegepaket** und ein **Solidaritäts- und Lebensrettungspaket** verwendet werden sollen. Die **Investitionen** sollen dort ansetzen, wo die **größten Belastungen** durch die **Coronavirus-Krise** entstanden sind, und so nicht nur die **Situation von Frauen**, sondern **letzten Endes das Leben aller Menschen** verbessern.

Auf www.attac.at kann die **Petition** unterstützt werden.

Systemrelevante Berufe sind durch die **Coronavirus-Pandemie** plötzlich in den **Fokus** gerückt, sie erfahren deshalb aber noch **lange keine Aufwertung**. Das gilt auch für den Bereich der **unbezahlten Sorgearbeit**, der **völlig ausgeblendet** scheint. Der **Soziologe Bernhard Weicht** hat hier das Thema der **Abhängigkeit** in den **Mittelpunkt** gerückt: **Wirtschaft** funktioniert nur aufgrund **gegenseitiger Abhängigkeiten** – wie der **Abhängigkeit Pflegebedürftiger** von den **Sorgenden**. Der **Teil**, der die **Sorgearbeit** übernimmt, würde aber **abgewertet** und dies zudem als **persönliches Problem** abgeschoben und **ignoriert**. Auch **Soziologin Christine Mayrhuber** definiert das **Covid-19-Jahr** als **Gipfel der Krise** der **Erwerbsarbeit**: Durch die **Lockdowns** wurde eine **Zurückverlagerung** in die **private Sphäre**, quasi von **heute auf morgen**, ausgelöst. Und davon sind, wieder, **Frauen** besonders **negativ** betroffen.

Eine **Lösung** des Problems kann der **öffentliche Diskurs** sein. Das **Eintreten für Ideale** und **mutige Vorschläge** zur **Neugestaltung**, wenn es um die **Verteilung** von **bezahlter und unbezahlter Arbeit** geht – und um die **Aufwertung systemrelevanter Berufsgruppen**. Vom **Beklatschtwerden** allein können diese **rund eine Million Menschen** in **Österreich** ihre **Lebensumstände** nämlich nicht verbessern. ●



Covid-19 und Familienleben

Die Maßnahmen rund um die Coronavirus-Pandemie haben die Familie als soziales Gefüge durchgerüttelt. Mit Folgen, die zum Teil dramatisch sind – aber auch die Chance auf einen neuen Umgang miteinander beinhalten.

Jeder zweite Haushalt, in dem ein Kind unter 15 Jahren lebt, ist, so eine Untersuchung des Instituts Sora – stark belastet. Mütter sind dabei stärker betroffen als Väter. Den Ausgangspunkt nimmt die Belastung bei der Erwerbsarbeit: Kurzarbeit oder Arbeitslosigkeit belasten das Familienleben. Homeoffice und Kinderbetreuung sind kaum zu vereinbaren. Und auch wenn sich die Situation für Familien stark nach sozialem Status unterscheidet (der Studie zufolge konnten mehr als zwei Drittel der Akademikerinnen und Akademiker ihre Arbeit in die eigenen vier Wände verlagern, hingegen nur elf Prozent der Menschen mit maximal



Pflichtschulabschluss), so gibt es doch eines, das alle eint: Das Coronavirus hat das Familienleben völlig auf den Kopf gestellt.

Familien sind es nicht gewöhnt, so viel Zeit miteinander zu verbringen. Soziologin Ulrike Zartler-Griessler spricht von einer Situation, die so ungewöhnlich sei, dass es keine Erfahrungen und wissenschaftlichen Erkenntnisse gebe, auf die man sich zu ihrer Bewältigung stützen könne. „Es gibt kein Vorbild, keine Regeln, keine Normen und etablierte Strukturen dafür, wie man sich in so einer Situation verhält“, sagt die Forscherin der Universität Wien. Vor allem Kinder trifft die Situation hart, die einen großen Teil ihrer Sozialbeziehungen außerhalb der Familie – in Vereinen, in der Schule oder in Freundschaftsgruppen – formen. Eltern können diese Kontakte nicht ersetzen.





In den meisten Familien wurden die fehlenden Sozialkontakte teilweise durch den Konsum von Medien ersetzt. Viele, auch jüngere, Kinder besitzen ein Smartphone, mit dem sie die Möglichkeit haben, mit Freundinnen und Freunden in Kontakt zu treten – aber auch Spiele zu spielen und Internetseiten zu besuchen, die nicht altersadäquat sind und Kinder psychisch überfordern. Die Folge von zu viel und zu falschem Medienkonsum gepaart mit wenig Bewegung spürt die ganze Familie: aggressives Verhalten, da der Stress nicht abgebaut werden konnte.

Alleinerziehende

Traf es Familien hart, gilt das noch einmal in besonderem Maße für Alleinerzieherinnen – von den 168.000 Alleinerziehenden in Österreich (Stand 2019) mit insgesamt rund 250.000 Kindern sind über 90 Prozent Mütter. Die Coronavirus-Krise bedeutet für sie vor allem: Schwierigkeiten, die es vorher schon gab, werden jetzt schlimmer. „Corona verschärft Probleme für Alleinerziehende auf diversen Ebenen“, sagt Jana Zuckerhut, Projektleiterin der Österreichischen Plattform für Alleinerziehende, in einem Interview mit dem „Standard“. Die emotionale Herausforderung für Alleinerziehende sei immens. „Sie können die Verantwortung nicht mit einem zweiten Elternteil teilen. Ihnen fällt die Decke auf den Kopf – gerade, wenn sie kleine Kinder haben.“ Neben dieser psychischen Mehrlast ist es auch finanziell besonders eng. Schon vor der Pandemie war fast die Hälfte der Familien von Alleinerziehenden armutsgefährdet, da diese häufig in Teilzeit arbeiten. Nun kommt erschwerend hinzu, dass der andere

Elternteil ebenfalls von der Coronavirus-Krise betroffen ist und weniger Unterhalt zahlen kann. Staatliche Unterstützung wie der Familienhärteausgleichsfonds kann das nicht zur Gänze auffangen.



„Generation Corona“

Was junge Erwachsene betrifft, sprechen Soziologinnen und Soziologen von einer ganzen Generation, deren Leben von Covid-19 bestimmt ist, die divers ist und alle Gesellschaftsschichten umfasst. Mit „Generation Corona“ sind jene jungen Menschen gemeint, die durch die Maßnahmen zur Eindämmung der Pandemie besonders stark betroffen sind: Studierende, die neben ihrer Ausbildung in der Gastronomie arbeiten, Jugendliche, die auf der Suche nach einer Lehrstelle sind. Für sie und ihre Familien ist die Pandemie eine besonders schwierige Zeit. Wirtschaftssoziologe Bernhard Kittel, Leiter des „Austrian Corona Panel Project“, sieht eine unterschiedliche Betroffenheit, abhängig vom familiären Background. Je gebildeter, je besser die Wohnsituation und soziale Integration, desto weniger trifft die Krise.

Zwar sehen Jugendliche insgesamt die Situation optimistischer als Erwachsene, trotzdem gibt es einige, die infolge der Krise unter Depressionen leiden. Rund 17 Prozent der jungen Menschen, so ein Bericht der Vereinten Nationen aus dem August, würden „wahrscheinlich“ unter Depressionen und Ängsten leiden. Eine Studie der Donau-Universität Krems zeigt auf, dass Schlafstörungen, Depressionen und Ängste in den letzten Monaten um das Drei- bis Fünffache gestiegen seien. Und auch jüngere Kinder spüren, wenn sich Unsicherheiten und Ängste in der Familie festgesetzt haben. Umso wichtiger ist es, dass Eltern offen kommunizieren und innerhalb der Familie Sorgen und Gefühle angesprochen werden – so kann die Krise am Ende vielleicht sogar als Möglichkeit genutzt werden, das Familienleben auf ein ganz neues emotionales Fundament zu stellen.



Fake oder Fakt?

Es kursieren Informationen aller Art, Fakten sind von Fake auf den ersten Klick sehr schwer zu unterscheiden – die Informationen rund um das Coronavirus haben diese Entwicklung weiter auf die Spitze getrieben. Während einer solch verunsichernden Phase ist es deshalb umso wichtiger, nur seriösen Onlinequellen zu vertrauen. Unter saferinternet.at gibt es wertvolle Tipps dazu.

Wer steckt dahinter?

Ist die Information auf der Seite einer Universität oder Behörde zu lesen, ist davon auszugehen, dass sie besser abgesichert ist als jene einer Privatperson. Das Gleiche gilt für ein seriöses Medium versus einen privaten Blog. Das Impressum gibt Auskunft darüber. Findet sich dieses nicht, ist Vorsicht geboten. Tipp: Über die Seite www.whois.net kann die Inhaberin oder der Inhaber der Website abgefragt werden.

Wie ist die Information aufbereitet?

Die Meinung einer Einzelperson hat eine andere Qualität als eine wissenschaftliche Datenbank. Ein Indikator für Qualität ist, welche anderen Seiten auf die fragliche Seite verweisen.

Mit dem Suchoperator „link“, „link:URL“, also etwa „link:www.orf.at“, werden jene Websites angezeigt, die dorthin verlinken.

Welchen Zweck verfolgt die Website?

Grundsätzlich ist es sinnvoll, Informationen stichprobenartig anhand weiterer seriöser Quellen zu überprüfen. Auch ist zu hinterfragen, für welche Zielgruppe die Information aufbereitet wurde (eine oberflächliche Einführung enthält tendenziell mehr Fehler als eine akademische Abhandlung) und wer sie finanziert. Ist dies transparent, etwa im Impressum oder auf einer „Über uns“-Seite angeführt, ist das ein gutes Zeichen für Glaubwürdigkeit.



FRAUENGESUNDHEIT UND COVID-19

Die Virus-Last

Während des vergangenen Jahres hat die Gesundheit von Frauen stark gelitten: Mehrfachbelastungen, Erschöpfung, Ängste, ökonomische Unsicherheit. Wie sich das zeigt und was es braucht, um die Gesundheit von Frauen zu fördern, erzählt Sylvia Gaiswinkler.

Das Coronavirus trifft Frauen und Männer nicht auf die gleiche Weise. Trifft dies auch beim Thema Gesundheit zu?

Sylvia Gaiswinkler Wenn wir über die Covid-19-Erkrankung selbst sprechen, gibt es einen Geschlechterunterschied: Frauen infizieren sich etwas häufiger mit dem SARS-CoV-2-Virus. Männer erleiden jedoch häufiger einen schweren Verlauf, müssen öfter ins Krankenhaus eingewiesen und auf Intensivstationen versorgt werden und sterben häufiger. Was genau der Grund dafür ist, wird laufend untersucht. Bisher gibt es noch keine endgültigen Ergebnisse dazu. Im Fall der etwas höheren Infektionsraten bei Frauen geht man davon aus, dass ein Grund ist, dass Frauen öfter in Branchen tätig sind, in denen das Ansteckungsrisiko höher ist: Handel, Pflege und Betreuung, Gesundheits- und Sozialwesen. An der Uni Wien werden im Rahmen einer Panelumfrage zur Coronavirus-Krise schon seit März 2020 unterschiedliche Daten gesammelt. Dortige Erhebungen haben aber auch gezeigt, dass das

Verhalten von Männern und Frauen, ihre Gesundheit betreffend, unterschiedlich ist. Frauen nehmen

tendenziell gesundheitliche Gefahren ernster, tragen eher Masken, halten eher Abstand und sind bei Hygienemaßnahmen konsequenter.

Abgesehen von der Erkrankung selbst – welche gesundheitlichen Folgen hat die Pandemie für die Frauen?

Im Rahmen des Aktionsplans Frauengesundheit beobachten wir, dass es eine Anzahl von Auswirkungen gibt, die als erhöhte gesundheitliche Belastung für Frauen schlagend werden. Vor allem die Mehrfachbelastungen aus einer Kombination von Homeoffice und Homeschooling sind hier zu nennen, dazu die Betreuungsaufgaben für Kinder und ältere Angehörige, also der ganze Sektor der unbezahlten (Care-)Arbeit. Unbezahlte Arbeit lag schon immer verstärkt bei Frauen, durch die Krise leisten Frauen aber noch mehr unbezahlte Arbeit als vor der Pandemie. In Verbindung damit steht, dass Frauen, die viel unbezahlt arbeiten, einer ökonomisch unsicheren Zukunft entgegensehen – sie sind verstärkt von Armut und Armutsrisiko betroffen. Armutsrisiko und Armut sind einer der stärksten negativen Einflussfaktoren auf Gesundheit. Expertinnen gehen auch davon aus, dass Frauen durch die Lockdown-Situation verstärkt häuslicher Gewalt ausgesetzt sind. Viele Frauen konnten unterstützende Angebote in Form von Face-to-Face-Beratung oder Telefonhotlines nicht wahrnehmen. Fehlende Möglichkeiten, helfende Unterstützungsangebote in Anspruch zu nehmen, und Isolation aufgrund fehlender sozialer Kontakte wirken sich wiederum stark negativ auf die psychische Gesundheit von Frauen aus.

Wie ist die psychische Gesundheit konkret betroffen?

Im Rahmen der Meetings zum Aktionsplan Frauengesundheit wird uns von unterschiedlichen Symptomen

Aktionsplan Frauengesundheit

In diesem Aktionsplan sind 17 Wirkungsziele und 40 Maßnahmen für Chancengerechtigkeit für Frauen formuliert. Neben dem jährlich stattfindenden „FrauenGesundheitsDialog“ werden die Maßnahmen über die in den Bundesländern eingerichteten Focal Points umgesetzt. Die drei aktuellen Schwerpunkte des Aktionsplans Frauengesundheit betreffen psychische Gesundheit, Chancengerechtigkeit und die Stärkung des Selbstbildes von Frauen.
www.sozialministerium.at/Themen/Gesundheit



SYLVIA GAISWINKLER

ist Soziologin, Gesundheitsexpertin und wissenschaftliche Mitarbeiterin der **Gesundheit Österreich GmbH**. Sie begleitet außerdem die **Umsetzung des Aktionsplans Frauengesundheit auf nationaler Ebene**.

berichtet. Erhöhte und auch unspezifische Ängste etwa. Auch eine Steigerung von Depressionen und Erschöpfungszuständen. Diese waren vor allem stark spürbar, als der erste Lockdown zu Ende war, aber die Betreuungssituation für den Sommer und Herbst noch immer unklar war. Viele berufstätige Frauen mit Kindern hatten ihre Sonderurlaube und Pflegefreistellungen aufgebraucht und wussten nicht, wie sie die Situation bewerkstelligen sollten.

Haben sich die Maßnahmen zur Eindämmung von Covid-19 auch auf die Situation von Schwangeren ausgewirkt?

Was die Geburtenrate selbst betrifft, haben wir noch keine Zahlen vorliegen. International und global geht man davon aus, dass es vermutlich einen Anstieg der Geburtenrate, vor allem in ärmeren Ländern, geben wird. Ungewollte Schwangerschaften aufgrund von fehlendem Zugang zu Verhütungsmitteln und sexuellen Übergriffen sind ein Grund dafür, genau wie die ökonomische Unsicherheit, die Frauen dazu führt, aus finanziellem Druck in Eheschließungen einzuwilligen. Aus Österreich können wir im Rahmen des Aktionsplans sehen, dass schwangere Frauen während des ersten Lockdowns unsicher waren und nicht wussten, ob die Mutter-Kind-Pass-Untersuchungen durchgeführt werden oder nicht – beziehungsweise forderten sie oft Untersuchungen auch nicht ein. Diese Untersuchungen sind aber wichtig, nicht zuletzt für die finanzielle Unterstützung. Auch war in der ersten Zeit nicht klar, wie Geburten im Krankenhaus ablaufen – da könnte sich noch herausstellen, dass es aus dieser ersten Phase im Frühjahr einige Frauen mit traumatisierenden Geburtserlebnissen gibt. Inzwischen hat sich die Situation eingependelt, wohl auch, weil es Erfahrungswerte gibt, neben Websites und Broschüren etc., die Informationen bereitstellen. Einen positiven Effekt gab es in diesem Zusammenhang auch zu beobachten – wobei dies auf anekdotischen Berichten beruht: So dürften restriktive Besuchsregelungen auf den Geburtstationen dazu geführt haben, dass Frauen sich rascher erholten und es weniger Probleme beim Stillen gab.

Gab es bei Schwangeren erhöhten Beratungsbedarf?

Aus den Frauenberatungsstellen wurde uns berichtet, dass insgesamt der Beratungsbedarf zugenommen hat, und konkret im Fall von schwangeren Frauen haben Schwangerschaftskonfliktberatungen zugenommen. So war zu Beginn der Pandemie etwa unklar, ob und wie Abbrüche stattfinden können, für die ja ein zeitlicher Druck herrscht. Insgesamt ist festzustellen, dass das vergangene Jahr unterschiedliche Phasen durchlaufen hat – die ersten Wochen waren chaotisch, gefolgt von einer gewissen Beruhigung über den Sommer. Der erneute Anstieg im Herbst

ging dann schon mit einer gewissen Routine und Erfahrung einher. Und: Viele Frauen haben in Verbindung mit den Betreuungspflichten gesagt: „Es reicht, ich nehme nun die Betreuungsangebote an, weil ich es nicht mehr schaffe.“

Ist Einsamkeit auch ein vornehmlich weibliches Problem?

Auch dieses Thema ist im Corona-Panel behandelt worden. Ein interessantes Ergebnis ist, dass die einsamsten Menschen allein lebende junge Frauen sind. Die Ausführungen dazu weisen darauf hin, dass ältere Frauen mit dem Alleinleben schon umgehen können, es gelernt haben. Junge Frauen hat die Isolation hingegen sehr unerwartet erwischt, hatten sie doch andere Pläne als allein zu sein. Obwohl es dieses Ergebnis gibt, heißt das nicht, dass Frauen im mittleren Alter oder ältere Frauen nicht von Einsamkeit betroffen wären.

Wie können wir diese Folgen auch nach der Krise überwinden?

Zur Überwindung der Folgen der Krise ist vor allem auch die gegenseitige Stärkung wichtig, Öffentlichkeit, Self-Empowerment, ein engmaschiger Austausch von Frauen und ein Blick darauf, welche frauenrelevanten Themen derzeit aufgrund der Krisensituation in den Hintergrund gedrängt sind. Und: Die Diversität von Frauen sollte mit gezielten Maßnahmen adressiert werden. Auf den Websites von Gesundheits- und Sozialministerium gibt es Listen von vielen bereits vorhandenen Angeboten für Frauen, die genau auf diese vielfältigen Themen abzielen. Es gibt jedoch eine Tendenz zur Zuspitzung: Frauen in der Krise, damit sind vor allem Mütter, potenzielle Gewaltopfer und Care-Arbeiterinnen gemeint. Aber es gibt noch weitere vulnerable Gruppen, etwa Frauen mit Behinderungen, mit Migrationshintergrund, ältere Frauen. Wir sollten beim Thema Frauengesundheit den Blick ganz gezielt auf diese Gruppen richten. Immer, aber besonders während dieser Pandemie.

Links

Panelumfrage der Uni Wien: viecer.univie.ac.at/coronapanel/

Listen mit Beratungsstellen und -angeboten:

www.sozialministerium.at/Themen/Gesundheit/Frauen--und-Gendergesundheit.html

www.bundeskanzleramt.gv.at/service/frauenservice-beratung-und-gewaltschutzeinrichtungen/frauengesundheit.html

Was macht das Virus mit unserer Psyche?

Ein Virus, das wir nicht sehen können, stellt unser Leben auf den Kopf. Cornelia Deubler, Klinische und Gesundheitspsychologin, Diplomsozialarbeiterin, Mitarbeiterin der Frauenservicestelle Eisenstadt und Regionalverantwortliche für FEMININA in Eisenstadt, mit einigen Tipps.

Der Lockdown schränkt uns massiv ein und erfordert, dass wir uns an neue Lebensumstände anpassen. Manche Menschen fühlen sich durch Mehrfachbelastungen im Familienleben, mit Homeschooling und -office überfordert oder eingeengt. Ihnen fehlen oft auch die Rückzugsmöglichkeiten.

Für andere bedeutet die unfreiwillige Beschränkung, Alleinsein und Einsamkeit aushalten zu müssen. Sorgen um Angehörige, existenzielle und Zukunftsängste können zu all dem noch hinzukommen. Diese stressauslösenden Faktoren beeinflussen unser Verhalten auch ganz besonders dann, wenn soziale Kontakte und die Tagesstruktur verloren gehen. Auf der Ebene des Denkens können vermehrt negative Inhalte oder Gedankenkreisen auftreten. Die Pandemie bringt vielfältige Gefühle wie Ängste, Ohnmacht, Hilflosigkeit, aber auch Konflikte mit sich. Körperlich manifestiert sich all das durch Verspannungen, Erschöpfung, schlechten Schlaf und Energielosigkeit. Je nach individueller Lebenssituation sind unsere Bedürfnisse nach Beziehung, Kontrolle, Selbstwert, Sicherheit und lustvollen Erfahrungen beeinträchtigt. Wie eine Person damit fertigwird, ist allerdings individuell sehr verschieden. Es hängt auch stark von Vorbelastungen und den psychosozialen Lebensumständen ab.

Für einen konstruktiven Umgang mit der Krise ist das Gefühl, handlungsfähig zu sein und damit Kontrolle über die eigene Situation zu haben, sehr wichtig. Menschen, die dazu in der Lage sind, können flexibler auf neue und unerwartete Umstände reagieren und können mit der Krisensituation besser umgehen. Es ist wichtig, die psychische Gesundheit auch unter den aktuell erschwerten Bedingungen zu erhalten.



Cornelia Deubler



© SHUTTERSTOCK/DEUBLER

Unsere Tipps:

Bleiben Sie strukturiert

Erstellen Sie z. B. einen Aktivitätsplan und reservieren Sie sich notwendige Auszeiten.

Bleiben Sie in Bewegung

Körperliche Betätigung hat positive Effekte auf die physische und psychische Gesundheit. Erkunden Sie neue Wanderwege oder nutzen Sie Online-Bewegungsangebote.

Schlafen Sie gut

Sorgen Sie für gesunden Schlaf und regelmäßige Zubettgehzeiten.

Bleiben Sie humorvoll

Humor hilft Ihnen, den Herausforderungen dieser Zeit mit mehr Gelassenheit zu begegnen.

Bleiben Sie in Kontakt

Halten Sie Kontakte über Telefon bzw. Internet aufrecht oder unterstützen Sie andere, die Hilfe brauchen.

Bleiben Sie positiv

Positives Denken unterstützt Ihr Wohlbefinden. Achten Sie auf positive Nachrichten. Auch jetzt gibt es Dinge, die man genießen kann.

Rasche, bedürfnisorientierte Hilfe in Form von Beratungsangeboten bieten die burgenländischen Frauen-, Mädchen- und Familienberatungsstellen (siehe Rückseite dieser Ausgabe) mit ihren sieben FEMININA-Informationsstellen für Frauengesundheit, die Frauen bei Fragen zu ihrer Gesundheit aufsuchen können.

„Die Pandemie hat alles verändert“

DGKP Claudia Csitkovits, Intensivkrankenschwester, KH Oberpullendorf (beherbergt die Covid-19-Intensivstation für das Burgenland), schildert den Arbeitsalltag auf ihrer Station.

Der Arbeitsalltag auf einer Covid-19-Intensivstation ist körperlich und psychisch enorm belastend. Wir müssen präzise und konzentriert arbeiten, um Patientinnen und Patienten, Kolleginnen und Kollegen und auch uns selbst zu schützen. Die Angst, die eigene Familie zu infizieren, ist allgegenwärtig. Unsere Schutzausrüstung besteht aus Mundschutz, Schutzbrille, -haube und -schild, OP-Mantel, Einmalschürze, OP-Schuhen und zwei Lagen Handschuhen. Maske und Schild schränken das Gesichtsfeld ein, auch das Atmen ist erschwert und man hört alles dumpfer. Nach einer gewissen Zeit fällt es schwer, sich gut zu konzentrieren, geschweige denn das sensible

Arbeiten mit den und um die Erkrankten zu bewältigen. Bei Covid-19-Patientinnen und -Patienten besteht ein erhöhter pflegerischer und medizinischer Aufwand. Durch das Isolieren ist der Kontakt zu unseren Schützlingen stark eingeschränkt. Unser Grundsatz lautet: Kontakt so wenig wie möglich, aber so oft wie erforderlich. Unsere Arbeit auf der Intensivstation, die ich und meine Kollegenschaft so sehr lieben, ist sehr belastend geworden. Halten wir das lange durch? Für die Patientinnen und Patienten, die im Mittelpunkt unserer Arbeit stehen, versuchen wir, so viel wie möglich zu tun. Aber die

Möglichkeiten sind eingeschränkt: die Hand halten mit zwei Lagen Handschuhen, gut zureden (trotz Atemnot), lächeln (mit Mundschutz). Jeder von uns ist bemüht und gibt sein Allerbestes. Trotzdem ist es für die Betroffenen furchterflößend, wenn Menschen den Raum betreten, die mit einer Schutzausrüstung ausgestattet sind und aussehen wie von einem anderen Stern. Manche haben Todesangst, ihre Liebsten sind nicht da, man hört fremde Geräusche und bekommt kaum Luft. Nachdem das Personal seine Arbeit verrichtet hat, geht die Tür zu und sie sind wieder allein. ●



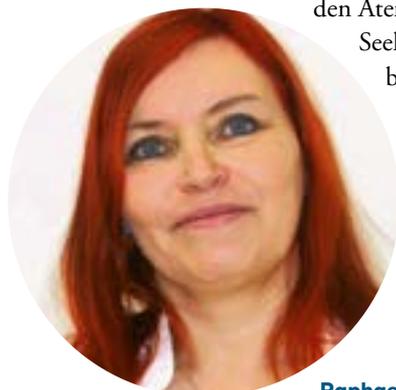
Claudia Csitkovits in Schutzkleidung

„Sprechen kann Berührungen nicht ersetzen“

Raphaela Krojer, Krankenhauseelsorgerin, Krankenhaus Oberwart

Die Coronavirus-Pandemie hat meine Arbeit sehr verändert. Durch den erforderlichen Mindestabstand musste ich Begleitung und Mitgefühl nun hauptsächlich mit der Stimme transportieren – ohne die kleinen Gesten, wie beispielsweise eine Hand zu halten. Auch das beiderseitige Wahrnehmen der Mimik fiel weg, da sie ja hinter der Maske verborgen blieb. Dadurch habe ich gelernt, besser hinzuhören, nicht nur auf das ausgesprochene Wort, sondern auch auf das Schweigen, den Atem, die Seufzer. Manchmal besteht Seelsorge auch darin, innerlich ganz bei den Patientinnen und Patienten zu sein und gemeinsam zu schweigen. Der Glaube ist oft sehr hilfreich und tröstlich. Das gemeinsame Beten schenkte oft Kraft und vermittelte das Gefühl von Nähe und Verbundenheit. In dieser Zeit habe ich

gelernt, kreativ zu sein und mich den Umständen anzupassen. Ich werde nie die Augenblicke vergessen, wenn Menschen mir unter Tränen und oft in Verzweiflung mitteilten, dass sie eine schlechte Diagnose bekommen haben und sie keine Ahnung hätten, wie sie das ihren Angehörigen per Telefon beibringen sollen. Ich habe in dieser Zeit sehr viele berührende, auch traurige, aber auch sehr schöne Situationen und Begegnungen erlebt. Bewegt haben mich die Sterbebegleitungen, die ganz anders verlaufen sind als sonst. Wie schwer es für die Angehörigen war, dass sie nur eine begrenzte Zeit bei ihren Lieben sein konnten. Angehörige mussten einzeln kommen und nicht miteinander. So konnten sie sich nicht gegenseitig stützen und trösten. Sehr berührt hat mich, dass mir eine Enkeltochter, der ich nie persönlich begegnen konnte, nach dem Tod ihrer Großmutter eine SMS schickte und sich für die Begleitung der Oma und auch ihrer Mama in dieser schweren Zeit bei mir bedankte. ●



Raphaela Krojer

Professionelle Unterstützung, Beratung und Anlaufstellen

Coronavirus-Hotlines des Landes Burgenland

Kindergarten: 057/600-1030

Familien: 057/600-1031

Pflegehotline des Landes: 057/600-1000

Pflichtschulen:

Bezirk Neusiedl/See: 02682/7102101

Bezirk Eisenstadt/Mattersburg: 02682/7101031

Bezirk Oberpullendorf/Oberwart: 02682/7102301

Bezirk Güssing/Jennersdorf: 02682/7102401

Allgemeine Sonderschulen: 02682/7101117

Allgemeinbildende Höhere Schulen: 02682/7101118

Berufsbildende Mittlere und Höhere Schulen

sowie Berufsschulen: 02682/7101235

LFS Güssing und LFS Eisenstadt: 057/600-1030

Psychosozialer Dienst Burgenland

Zentrum für seelische Gesundheit

Franz-Liszt-Gasse 1/Top III

7000 Eisenstadt

Tel.: 057979/20100

eisenstadt@psd-bgld.at

www.psychosozialerdienst.at

Fachbereiche: Psychologischer Dienst,

Fachärztlicher Dienst, Psychotherapie, Drogen- und

Suchtberatung, Hospiz- und Palliativversorgung u. a.

Erreichbarkeit:

Montag bis Freitag 9:00 bis 14:00 Uhr

Burgenländischer Landesverband für Psychotherapie

Bründlfeldweg 74/Top 2

7000 Eisenstadt

Tel.: 02682/63010

office@blp.at

Corona-Hotline aktiv

Sie erreichen unsere Hotline von Montag bis Freitag in der Zeit von 10:00 bis 12:00 Uhr unter der Telefonnummer 02682/24690.

<https://www.psychotherapie.at/landesverbaende/burgenlaendischer-landesverband-fuer-psychotherapie/psychotherapie-krankenschein-ipr>

Ambulanz der Psychiatrie und Psychotherapie der Barmherzigen Brüder Eisenstadt

Johannes-von-Gott-Platz 1

7000 Eisenstadt

Tel.: 02682/601-0

Notrufnummer für Opfer von Gewalt

0800/112112

Gehörlose: 0800/133133

Frauenhaus Burgenland

Postfach 4, 7000 Eisenstadt

Tel.: 02682/61280

info@frauenhaus-burgenland.at

www.frauenhaus-burgenland.at

Sozialhaus Burgenland/Frauennotwohnungen

Postfach 4, 7400 Oberwart

Tel.: 03352/32575

info@sozialhaus-burgenland.at

www.sozialhaus-burgenland.at

Beratung für Mädchen

www.mona-net.at

isabell.valenta@mona-net.at

0664/88269409 (Projektleitung)

angelika@mona-net.at,

0664/88269410 (Klinische und Gesundheitspsychologin)

MÄNNERBERATUNG

Männerberatung Oberwart

Wienerstr. 4 (eingemietet bei Verein Neustart, Oberwart),

Tel.: 0699/18126533 (Mag. Robert Gamel)

vmg-steiermark.at/de/maennerberatung/angebote

FRAUENBERATUNGSSTELLEN

Bezirk Neusiedl: „Der Lichtblick“

Obere Hauptstr. 1/7, 7100 Neusiedl am See, Tel.: 02167/3338

office@der-lichtblick.at

www.der-lichtblick.at

Bezirk Mattersburg: „Die Tür“

Brunnenplatz 3/2, 7210 Mattersburg, Tel.: 02626/62670

mattersburg@frauenservicestelle.org

www.frauenservicestelle.org

Bezirk Eisenstadt: „Die Tür“

Bürgerspitalgasse 5/7, 7000 Eisenstadt, Tel.: 02682/66124

eisenstadt@frauenservicestelle.org

www.frauenservicestelle.org

Bezirk Oberpullendorf: Frauenberatungsstelle Oberpullendorf

Spitalstraße 11 und 6, 7350 Oberpullendorf, Tel.: 02612/42905

office@frauen-op.at

www.frauen-op.at

Bezirk Oberwart: „Verein Frauen für Frauen“

Prinz-Eugen-Straße 12, 7400 Oberwart, Tel.: 03352/33855

oberwart@frauenberatung-burgenland.at

www.frauenberatung-burgenland.at

Bezirk Güssing: „Verein Frauen für Frauen“

Marktplatz 9/4, 7540 Güssing, Tel.: 03322/43001

guessing@frauenberatung-burgenland.at

www.frauenberatung-burgenland.at

Bezirk Jennersdorf: „Verein Frauen für Frauen“

Hauptstraße 15, 8380 Jennersdorf

Tel.: 03329/45008 oder 0664/1591373

jennersdorf@frauenberatung-burgenland.at

www.frauenberatung-burgenland.at