

Warum Unternehmen die Wechseljahre nicht länger ignorieren können

Der Fachkräftemangel zählt zu den größten Herausforderungen deutscher Unternehmen. Gleichzeitig bleibt eine der erfahrensten und leistungsstärksten Gruppen im Arbeitsmarkt häufig unbeachtet: Frauen in den Wechseljahren. Dabei befinden sich Millionen Arbeitnehmerinnen genau in jener Lebensphase, in der sie Führungsverantwortung übernehmen, Teams stabilisieren und wertvolles Erfahrungswissen in Unternehmen tragen. Für Kerstin Hendricks, Diplom-Ökonomin und Experte für Wechseljahre im Unternehmen, ist klar: Wer die Wechseljahre weiterhin als Privatsache betrachtet, riskiert langfristig Know-how-Verlust, steigende Ausfälle und sinkende Mitarbeiterbindung.

Wechseljahre betreffen Unternehmen direkt

In Deutschland leben rund 7,3 Millionen berufstätige Frauen in den Wechseljahren.¹ Viele von ihnen stehen mitten im Berufsleben – oft in verantwortungsvollen Positionen mit hoher fachlicher Expertise und langjähriger Erfahrung. Dennoch fehlt es in zahlreichen Organisationen bis heute an Strukturen, Ansprechpartnern und einem professionellen Umgang mit diesem Thema. „Unternehmen investieren in Recruiting, Female Leadership und Mitarbeiterbindung, verlieren aber gleichzeitig erfahrene Mitarbeiterinnen, weil die Wechseljahre am Arbeitsplatz kaum berücksichtigt werden“, erklärt Kerstin Hendricks.² Die Folgen zeigen sich längst im Arbeitsalltag. Viele Frauen berichten von Schlafstörungen, Konzentrationsproblemen, Erschöpfung oder hoher Belastung während dieser Lebensphase. Gleichzeitig sprechen nur wenige offen darüber. Aus Unsicherheit oder Scham ziehen sich viele Betroffene zurück, reduzieren ihre Arbeitszeit oder denken über einen früheren Ausstieg aus dem Berufsleben nach.³

Wirtschaftlicher Faktor statt Tabuthema

Studien zeigen, dass die Wechseljahre bereits heute erhebliche wirtschaftliche Auswirkungen haben. Fehlzeiten, reduzierte Arbeitsstunden und frühzeitige Berufswechsel verursachen jährlich hohe Kosten für Unternehmen und die deutsche Volkswirtschaft. Für Hendricks ist deshalb entscheidend, dass Organisationen die Wechseljahre nicht länger ausschließlich als Gesundheitsthema betrachten, sondern als strategische Führungs- und Kulturfrage. „Gerade erfahrene Mitarbeiterinnen sichern Stabilität, Orientierung und Wissenstransfer in Unternehmen. Wer diese Frauen verliert, verliert oft weit mehr als nur eine Stelle“, so Hendricks. Besonders vor dem Hintergrund des demografischen Wandels gewinnt das Thema zusätzlich an Bedeutung. Während in den kommenden Jahren zahlreiche Babyboomer aus dem Arbeitsmarkt ausscheiden, steigt gleichzeitig der Bedarf an erfahrenen Fach- und Führungskräften.

Warum Unternehmen jetzt handeln sollten

Die Wechseljahre markieren für viele Frauen nicht nur eine körperliche Veränderung, sondern häufig auch eine Phase neuer Klarheit, Erfahrung und beruflicher Neuorientierung. Unternehmen können davon profitieren – wenn sie passende Rahmenbedingungen schaffen. Dazu gehören beispielsweise:

- flexible Arbeitsmodelle,
- sensible Führung,
- klare Ansprechpartner,
- diskrete Rückzugsmöglichkeiten,
- sowie eine offene Unternehmenskultur ohne Tabuisierung.

¹ <https://www.besins-healthcare.de/ueber-uns/presse/weltmenopausetag-2022>

² https://www.dak.de/presse/bundesthemen/umfragen-studien/jede-dritte-frau-fuehlt-sich-im-job-durch-die-wechseljahre-beeintraechtigt_152254

³ https://blog.hwr-berlin.de/menosupport/wp-content/uploads/menosupport/2024/09/MenoSupport_Ergebnisueberblick-Befragung-Wechseljahre-am-Arbeitsplatz.pdf

Aus Sicht von Kerstin Hendricks reicht reine Sensibilisierung jedoch nicht aus. Unternehmen benötigen konkrete Zuständigkeiten und fachlich fundierte Strukturen, um Mitarbeitende professionell begleiten zu können.

Wechseljahremanager:innen als neue Rolle im Unternehmen

Mit ihrer Weiterbildung „Wechseljahremanager:in – Wechseljahre verstehen und im Unternehmen begleiten“ hat Kerstin Hendricks eine der ersten akademischen Qualifizierungen zu diesem Thema in der DACH-Region entwickelt.

Wechseljahremanager:innen unterstützen Unternehmen dabei,

- Führungskräfte zu sensibilisieren,
- interne Prozesse aufzubauen,
- Gespräche professionell zu begleiten,
- und passende Maßnahmen im Arbeitsalltag umzusetzen.

Dadurch entsteht eine Schnittstelle zwischen HR, Führung und betroffenen Mitarbeiterinnen – mit dem Ziel, Arbeitsfähigkeit, Gesundheit und langfristige Mitarbeiterbindung zu stärken. „Unternehmen brauchen nicht nur Aufmerksamkeit für das Thema, sondern konkrete Strukturen und Verantwortlichkeiten. Genau dort setzt professionelles Wechseljahremanagement an“, erklärt Hendricks.

Über Kerstin Hendricks

Kerstin Hendricks ist Diplom-Ökonomin und Expertin für Wechseljahre im Unternehmen. Sie verbindet wissenschaftlich fundiertes Wissen über die Wechseljahre mit betriebswirtschaftlicher Praxis und begleitet Organisationen dabei, das Thema professionell in Unternehmensstrukturen, Führungskultur und Gesundheitsmanagement zu integrieren. Weitere Informationen unter: wechsellahre-im-griff.de

Pressekontakt:

Fullstop PR

Lucca Elisa von Arnim

M: +49 171 8175 079

l.vonarnim@fullstoppr.com