

MERKWÜRDIG



Park-Rowdys unter sich

SEBASTIAN SCHUCH

Über die Autofahrer im Münchner Raum könnte ich – und Sie bestimmt auch – ein Jahr lang Kolumnen schreiben und hätte 365 verschiedene Geschichten. Einen Schmunzler oder Aufreger gibt's eigentlich bei jeder Fahrt. Beim Thema Parken eher Zweites, wenn mal wieder ein Kleinwagen zum Panzer mutiert und gleich zwei Parkplätze braucht. Schmunzler dagegen, wenn man „nur mal kurz was holen“ will und das Auto an einem – nennen wir es – halblegalen Ort stehen lässt. So ist es mir gerade ergangen. Ich wollte wirklich nur kurz was aus der Wohnung holen. Aber dafür die Duplex-Garage extra hoch- und wieder runterfahren? Bis ich das erledigt habe, bin ich schon wieder weg. Also habe ich das Auto an den Rand der Tiefgarage gestellt und bin à la Usain Bolt in die Wohnung und wieder runter gesprintet. Natürlich stand just jetzt der Hausmeister neben dem Auto und überlegte, was er mit selbigem anfangen soll. Ein netter Gruß meinerseits, böse Blicke vom Gegenüber und nichts wie weg. Da hab' ich noch mal Glück gehabt. Ob das einem Nachbarn ähnlich geht, habe ich mich schon öfter gefragt. Der steht nämlich draußen und blockiert mit seinem Smart seit Monaten eine Feuerwehrezufahrt. Durch die vielen Straftatzen steht der Wischer schon von der Scheibe ab. Die reichen bestimmt für zehn Jahre. Aber vielleicht hat er auch nur vergessen, wo er seinen Miniaur-Panzer geparkt hat.

Zitat des Tages

„Viele Männer machen sich sehr abhängig von Erwartungen von außen.“
Heilpraktikerin Sandra Schwanhäuber aus Pullach

Landkreis

IHK führt Azubi-Card ein

Die Industrie- und Handelskammer (IHK) München und Oberbayern will im September zum Ausbildungsstart eine Azubi-Card einführen. Neben den bekannten Schüler- und Studentenausweisen soll es dann erstmals auch den Ausbildungsausweis geben. Der Ausweis im Scheckkartenformat soll den Lehrlingen ermöglichen, ihren Ausbildungsstatus nachzuweisen und über ein Partnerprogramm Vorteile und Vergünstigungen in Anspruch zu nehmen. Über ein Partnerprogramm bieten Firmen Vergünstigungen und Rabatte für Azubis. Unternehmen können sich unter www.azubicard.de daran beteiligen. mm

VON JOSEF AMETSCHLER

Grünwald – Unter einer rosa-farbenen Plüschdecke, auf kaum anderthalb Quadratmetern, spielte sich am Mittwoch in Grünwald ein Hunde-Drama ab, das in einer tränenreichen Trennung endete. Lautes Gebell drang aus dem Kofferraum eines silberfarbenen Mercedes A-Klasse, der ganze Wagen wackelte und aus den einen Spalt geöffneten Fenstern zog ein stechender Geruch auf den Bürgersteig. Das rief einen Polizisten der Grünwalder Inspektion auf den Plan. Der Streifenbeamte verständigte Veterinäramt und Tierheim.

Drei Hunde, ein Labrador-Mischling, ein Dalmatiner und ein Schäferhund waren stundenlang in zwei Tierboxen im Kofferraum und auf dem Rücksitz des Kleinwagens eingepfercht. Im Dunkeln unter der Decke, ohne Futter, Wasser oder auch nur die Möglichkeit sich zu strecken. Zum Glück für die Tiere war es noch verhältnismäßig kühl und das Auto stand im Schatten.

Trotzdem: „Vollkommener Irrsinn“, „unwürdige Bedingungen“, „tierwohlgefährdend“ – Polizist und der herbeigeeilte Amtstierarzt waren sich einig, dass das jaulende Trio sofort befreit werden musste. Dennoch zog sich diese Aktion am späten Vormittag über fast zwei Stunden hin. Denn die hinzugekommene Hundebesitzerin – oder Tochter der Besitzerin –, endgültig ließen sich die Verhältnisse vor Ort nicht klären – war ganz und gar nicht mit der Rettungsaktion einverstanden. „Sie können



Abfahrt ins Tierheim: Ein Mitarbeiter bringt den Dalmatiner für den Abtransport ins Auto (links), während sich die mutmaßliche Hundebesitzerin noch tränenreich von ihrem Labrador-Mischling verabschiedet (rechts). FOTO: JOSEF AMETSCHLER

mir doch nicht meine Hunde wegnehmen!“, rief sie unter Tränen. Doch, das Amt kann. „Gefahr im Verzug“ hatte der Veterinär beobachtet und die Öffnung des Pkw angeordnet. Zwei der befreiten Hunde zerrten die Leinenträger sofort an eine Hecke, um sich ausgiebig auf den Gehweg zu

erleichtern. Die Hunde verhielten sich teils aggressiv, bellten, jaulten schnauften angestrengt und schnappten mehrfach nach Passanten, dem Tierheim-Mitarbeiter und dem Tierarzt.

Die junge Frau mit dem Schlüssel des zum Hundefangnis umfunktionierten Autos beteuerte anfangs

schluchzend, sie habe den Wagen „höchstens zehn Minuten“ dort am Straßenrand abgestellt – obwohl der eingeschrittene Polizist schon geraume Zeit auf die anrückenden Tierhelfer gewartet hatte. Eine hinzugekommene Anwohnerin machte der Geschichte vom Kurzzeit-Parken endgültig den Garaus, als

sie berichtete, sie sei schon um vier Uhr morgens auf das Gejaule von der Straße aufmerksam geworden. „Entsetzlich, wie man das den Tieren antun kann“, sagte sie.

Wie sich herausstellte, hat das Drama vom Mittwoch zudem eine lange Vorgeschichte. Schon seit Jahren sorgen sich Nachbarn um das Wohl der Hunde, die einer Familie nahe der Südlichen Münchner Straße gehören. Immer wieder waren auch Polizei und Tierschutz eingeschaltet. Denn dass Hunde dort stundenlang im Auto eingesperrt waren, kam offenbar trotz wiederholter Mahnungen in den vergangenen Monaten immer wieder vor. Zudem läuft wohl gegen die Mutter der Autobesitzerin bereits in Schwaben ein Prozess in ähnlicher Sache, und den Großeltern, ebenfalls Hundehalter, droht wegen ihrer eigenen Hunde ebenfalls eine amtsärztliche Visite.

Jetzt ist den Behörden der Geduldsfaden gerissen. Trotz aller Ausflüchte sind die drei Hunde nun im Tierheim untergebracht. Eine genaue tierklinische Untersuchung zu ihrem Gesundheitszustand steht noch aus, das Landratsamt wird nun ein Halteverbot für die Besitzerin prüfen. Der Amtstierarzt sagt: „Irrend wann ist das Maß voll.“

Prima Klima statt Schwitzen im Sitzen

Putzbrunn investiert rund 60 000 Euro in zwei neue Kühlungsanlagen im Bürger- und Sitzungssaal

Putzbrunn – Jeder, der schon einmal bei einer größeren Veranstaltung im Putzbrunner Bürgersaal war, kennt die Problematik: Es ist einfach viel zu heiß. Und wer in den Frühjahrs- und Sommermonaten Sitzungen des Gemeinderats beiwohnt, hat das gleiche Problem. Bei beiden Sälen ist die Klimaanlage zu klein ausgelegt, daher bekommen jetzt beide Nachrüstungen auf dem Dach.

„Ab 200 Besuchern im Bürgersaal schwitzen eigentlich

alle – doch jetzt dürfen es ja bis zu 450 sein, daher mussten wir dringender etwas tun“, fasste Bauamtsleiter Heiko Bernhardt das Problem im Bauausschuss zusammen. Ausgelastet war der Veranstaltungssaal ursprünglich für bis zu 350 Personen, schon dabei gab es bei voll besetzten Reihen kaum noch Kühlung, zumal die ersten Reihen längere Zeit über zu kalte Luft klagten und das Belüftungskonzept geändert werden musste. „Durch eine neue Bestüh-

lungsanordnung dürfen jetzt aber bis zu 450 Personen in den Saal, da schwitzen dann alle sehr schnell“, sagt Bernhardt. Der Saal soll daher für rund 47 000 Euro mit einer neuen Klimaanlage aufgewertet werden. „Ebenso wollen wir die Temperatur im Sitzungssaal des Gemeinderats und in den vier Seminarräumen angenehmer machen und hier ebenfalls eine Klimaanlage auf dem Dach nachrüsten“, ergänzte Bürgermeister Edwin Klostermei-

er (SPD). Diese Anlage würde rund 14 000 Euro kosten. Prinzipiell bestand Einigkeit bei den Mitgliedern des Bauausschusses bezüglich der Nachrüstung mit den Klimaanlagen, nicht jedoch über deren Montageort. Josef Jakob (FWG) behauptete, bis heute gebe es mehrere undichte Gemeindegebäude, „und dann wollen wir die Klimaanlagen oben auf das Dach bauen? Da stimme ich nicht zu.“ Bauamtsleiter Bernhardt wies die Behauptung entschieden zu-

rück. „Eine meiner ersten Amtshandlungen, als ich vor drei Jahren nach Putzbrunn kam war, diese undichte Stelle zu beseitigen. Seither gibt kein einziges Gemeindegebäude, das undicht ist“, sagte Bernhardt. Er erklärte, dass die neuen Klimaanlagen auf dem Dach auf bereits vorhandenen Querträgern befestigt würden. Für den Luftschlauch werde mit einem vielfach bewährten Verfahren durch das Dach gebohrt und dieses Loch sicher abgedichtet.

Dennoch blieb auch Martina Hechl (GPP) sehr skeptisch. „Ein Flachdach und dann noch durchbohren – das finde ich nicht gut. Wer zahlt das, wenn es doch nicht dicht sein sollte?“ Sie und Jakob forderten daher eine andere Klimaauslösung, nicht auf dem Dach, konnten sich aber gegen die Mehrheit im Bauausschuss nicht durchsetzen. Sowohl die Klimaanlage für den Bürgersaal als auch für den Sitzungssaal wurde mit 5:2 Stimmen beschlossen. bb

Wann ist ein Mann ein Mann?

Pullacher Heilpraktikerin hilft dem starken Geschlecht, zu sich selbst zu finden und auch Schwächen zuzulassen

Pullach – Muttersöhnchen oder Alpha-Mann? Die Identitätssuche von Männern ist mit dem Abitur längst nicht abgeschlossen. Gesellschaftliche Muster wirken ein, persönliche Belastungen auch, wozu es einer gewissen Charakterstärke bedarf. Bei Unsicherheiten kann ein Männercoach hilfreich sein. Sandra Schwanhäuber (47) verhilft in ihrer Heilpraxis für Psychotherapie und Coaching in Pullach so manchem Mann zu einem besseren Selbstgefühl.

Herbert Grönemeyer brachte 1984 den Song Männer. „Männer haben's schwer, nehmen's leicht – außen hart und innen ganz weich.“ Wann ist ein Mann ein Mann?

Viele Männer nehmen's weder leicht, noch sind sie außen hart – auch wenn sie in bestimmten Situationen eine harte Schale zeigen. Schmerzliche Trennungen, zu hohe Anforderungen in Beruf und Familie nehmen

doch die wenigsten Männer leicht. Und die Auswirkungen sind Stress, Erschöpfung, Depressionen, Schlafstörungen – zentrale Anlässe für Coaching. Wenn ein Mann sich selbst mit seinen Stärken und Schwächen annimmt, zu seinen Werten und Gefühlen steht, seine Ressourcen nutzt, seine Potenziale ausschöpft und tut, was ihm Lebenssinn und Lebensfreude verleiht – dann ist für mich ein Mann ein Mann. Und dann kann er Schweres auch leichter nehmen, ohne hart werden zu müssen.

Im Gehirn laufen heute noch Programme aus der Steinzeit ab. Was bedeutet das für Paare?

Wird unserem Stammhirn ein Signal für Gefahr gesendet, reagieren wir mit Kampf, Flucht oder Erstarrung. Diese archaischen Stressreaktionen sind heute noch genau die gleichen wie zu Zeiten der Jäger und Sammler. Heute erleben wir Stress, wenn zum Beispiel unser Selbstwert be-



Sandra Schwanhäuber

hat eine Heilpraxis für Psychotherapie und Coaching in Pullach.

FOTO: PRIVAT

droht ist, wir Angst haben, zu versagen oder wenn etwas nicht so läuft, wie wir es gerne hätten, was ja in einer Beziehung durchaus vorkommt. Gestresste Partner sind gereizter, impulsiver oder ziehen sich zurück. Der andere fühlt sich verletzt, enttäuscht und auch gestresst. Schwierig, da einen klaren Kopf zu bewahren und eine lösungsorientierte Kommunikation in einem Gesprächsklima mit aktivem Zuhören zu schaffen. Eine wichtige Grundlage für eine stabile Partnerschaft.

Ein Coach blickt hinter die Fassade, was sieht er da des Öfteren?

Häufige „Männertemen“ im Coaching sind neben Stress, Burnout und beruflichen Herausforderungen unter anderem Schlafstörungen, Selbstsabotage und Versagensängste. Dahinter stecken oft belastende Erfahrungen aus der frühen Kindheit, prägende Erlebnisse aus der Schulzeit, unbewusste Denk- und Verhaltensmuster, das Nicht-Spüren-wollen/können von Gefühlen, Verdrängung. Viele Männer machen sich sehr abhängig von Erwartungen von außen. Der eigene Vater spielt da nicht selten eine übergeordnete Rolle.

Womit kommen spezifisch Männer heutzutage nicht mehr ganz klar, wenn es um ihre Identität in Beruf und Privatleben geht?

Ungewohntes bedeutet für unser Gehirn Stress – ganz anders als Gewohntes. Routine liebt unser Gehirn, sie gibt ein gutes Gefühl und sorgt so-

gar dafür, dass Belohnungstoffe, sogenannte Opioide, ausgeschüttet werden. Durch den Wandel der Rolle der Frau und den Umbruch des geschlechtsspezifischen Rollenverständnisses können sich Männer nicht mehr an erlernte Muster anlehnen. Sie müssen stattdessen Gewohnheiten ablegen. In ihrer Rolle als Familienvater haben sie anderen Ansprüchen zu genügen als ihre Väter: Sie müssen oder wollen Versorger und liebevoller Ehemann, aber auch präsent und engagiert in der Familie sein. Wo bleibt da noch viel Raum für Selbstentfaltung und Selbstverwirklichung?

Über den fast unmöglichen Spagat zwischen Privat- und Berufsleben, den ja auch viele Frauen zu leisten haben, spricht man weniger als Frauen. Coaching und Selbstreflexion können helfen, Krisen zu durchleben und die Balance zwischen Familie, Beruf und der Wahrnehmung und Erfüllung der eigenen Bedürfnisse zu finden.

Geschlechtsunabhängig: Muten wir uns heute nicht zu viel zu an Geschwindigkeit und Multitasking?

Stört das nicht das seelische Gleichgewicht, und wie können wir dagegen angehen, ohne gesellschaftlich Schwierigkeiten zu bekommen?

Absolut, die ständig steigenden Fälle von Burnout und Depression machen diesen Trend ganz deutlich. Die Symptome hierfür entstehen jedoch nicht abrupt. Hier gilt es, rechtzeitig Freiräume und Auszeiten zu schaffen, Prioritäten und Grenzen zu setzen, Stressauslöser zu erkennen und zu bearbeiten. Mit effektiven Coachingmethoden, basierend auf Erkenntnissen der Neurobiologie und Gehirnforschung, aber auch mit Entspannungs- und Achtsamkeitsübungen gelingt es, Stress, Emotionen und Blockaden zu lösen, widerstandsfähiger zu werden und die innere Balance zu finden.

Das Gespräch führte: Marc Oliver Schreibe.