DurchBlick

Online-Newsletter
Personalrat der Beschäftigten in Technik und Verwaltung

November 2016

Gegen Stress! - Wer macht mit???

Aus der großen Umfrage 2014 „Gute Arbeit“, die beide Personalräte initiiert haben, ist der Lenkungskreis Gesundheit gebildet worden. Mitglieder dieses Lenkungskreises sind insbesondere der Rektor, der Kanzler und Vertreter der beiden Personalräte. Aufgabe dieses Lenkungskreises ist es, Initiativen anzustoßen und diese zu begleiten, die aus den Ergebnissen der Umfrage gemeinsam identifiziert wurden und werden.

So ist aus der Umfrage „Gute Arbeit“ unter anderem nachweislich sichtbar geworden, dass es in vielen Bereichen unserer Hochschule, wen wundert‘s, ein hohes Maß an Stressvorkommen gibt. Eine entsprechende Auswertung der Umfrageergebnisse hat besonders stressintensive Arbeitsbereiche identifiziert.

Um nun Wege zu finden, diesen Stress am Arbeitsplatz wieder abzubauen bzw. Stress weniger oder gar nicht entstehen zu lassen, wurde durch den Lenkungskreis Gesundheit das Projekt „Stresspräventionsprogramm In Balance“ ins Leben gerufen. Geleitet wird dieses Projekt durch Frau Dr. Gerlmaier aus dem Institut Arbeit und Qualifikation (IAQ).

Inzwischen wurden bereits für dieses Projekt Multiplikatoren aus der Belegschaft gefunden und schon entsprechend geschult. Auch wurden Dekanate angesprochen, Beschäftigte zu finden, die an diesem Projekt teilnehmen möchten. Diese sollen in **Workshops** verstehen lernen, wie Stress entsteht, abgebaut und ggf. vermieden wird.

Leider haben sich bisher zu wenige Beschäftigte gefunden, dieses aus unserer Sicht einmalige Angebot anzunehmen. Daher möchten wir Ihnen dieses Projekt hier ausdrücklich empfehlen. Nutzen Sie diese Chance an ihrer möglicherweise stressigen Situation etwas zu ändern. Insbesondere sind hier zunächst die Kolleginnen und Kollegen folgender Bereiche gemeint: die Fakultäten: Bildungswissenschaften, Biologie, Chemie, Geisteswissenschaften, Ingenieurwissenschaften, Physik, Wirtschaftswissenschaften und aus der Hochschulverwaltung das Dezernat 6. Aber auch Kolleginnen und Kollegen aus anderen Bereichen können sich melden. Nähere Informationen erhalten Sie von Frau Ruppert in der Verwaltung aus der Personal- und Organisationsentwicklung sowie auch von Frau Gerlmaier im IAQ. Die Termine stehen Anfang des Jahres an, daher müssten die Nachfragen und Anmeldungen alsbald erfolgen.
Versuchen Sie es! Wagen Sie es! Es kann nur besser werden.

Ihr Personalrat