

Projekt „URgesund- nachhaltiges Gesundheitsmanagement an der Universität Rostock“

Projektdetails:

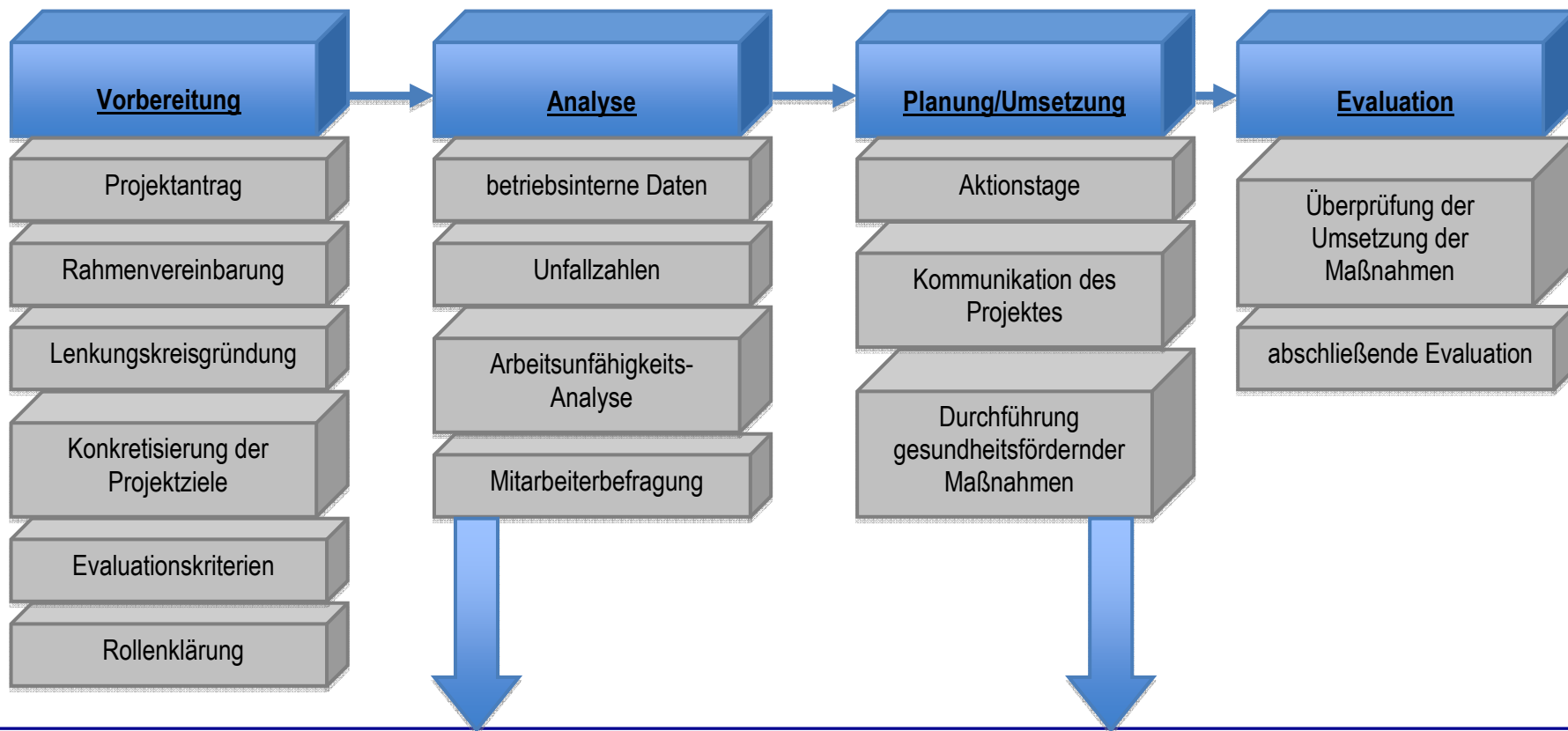
- Kooperationsprojekt zwischen der Techniker Krankenkasse und der Universität Rostock
- Dauer: 3 Jahre (2007-2010)
- Projektleiter: Herr Andreas Tesche (Personaldezernent)

Ziele des Projektes:

- Erhöhung der Leistungs- und Regenerationsbereitschaft der MitarbeiterInnen
- Steigerung der Arbeitszufriedenheit und Motivation der Beschäftigten
- Förderung des Gesundheitsbewusstseins
- Verbesserung des Betriebsklimas innerhalb der Universität
- Schaffung einer gesunden Kommunikations- und Unternehmenskultur

Projektverlauf: Oktober 2007

September 2010



Mitarbeiterbefragung:

- Durchführung im April und Mai 2008 in der Philosophischen Fakultät und in der Fakultät für Maschinenbau und Schiffstechnik (Pilotfakultäten)
- Ergebnisse:
 - über 80% der befragten MitarbeiterInnen sind zufrieden mit ihrer Arbeitssituation
 - 41,7% der MitarbeiterInnen fühlen sich durch die Arbeitssituation sehr belastet
 - über die Hälfte der Befragten ist eine Veränderung der Arbeitssituation wichtig
 - MitarbeiterInnen verfügen über hohe Ressourcen und sind hohen qualitativen Anforderungen ausgesetzt
 - fast die Hälfte berichtet über ein erhöhtes Ausmaß an Mehrfachbelastung
 - fehlende Unterstützung von Vorgesetzten
 - insgesamt positive Einschätzungen der Bereiche „Arbeitsorganisation und Kommunikation“
 - negative Effizienz der Informationsflüsse
 - unzureichendes Feedback
 - hohes körperbezogenes Stressempfinden und Mattheit/Müdigkeit bei einem Teil der Befragten



Verbesserungspotentiale:

- physikalische Bedingungen (insbesondere Belastungen durch Sanierungsmaßnahmen)
- Zusammenarbeit mit Vorgesetzten bzw. Hilfe und Unterstützung/fehlendes Feedback
- einzelne Befindungswerte: Stress, Mattheit, Schmerzen
- Kommunikation und Information (trotz positiver Gesamtresonanz geringe Rücklaufquote, Problem zum Teil in der Zusammenarbeit mit Vorgesetzten)
- Intensität/Mehrfachbelastung

gesundheitsfördernde Maßnahmen:

- Seminare zum Thema „Zeitmanagement“
- Einzelcoachings zur Vertiefung der Zeitmanagementseminare
- Autogenes Training
- Kurse zum Thema „Stressbewältigungs- und Entspannungsmethoden“
- Rückencoaching am Arbeitsplatz
- professionell begleitete Paddeltouren
- Teilnahme an der Rostocker Marathonnacht in der Kategorie „Staffelmarathon“

angestrebtes Resultat des Projektes:

- Reduzierung von Fehlzeiten und Krankheitskosten

„Leistungsbereitschaft, Flexibilität und Innovationskraft eines Menschen hängen maßgeblich ab von seiner körperlichen Gesundheit und seinem seelischen Wohlbefinden.“

(Badura, Universität Bielefeld)

