

<p>04-02</p>	<p>Workshop zur Sensibilisierung für Fragen der Vereinbarkeit</p>
<p>Begründung</p>	<p>Ein Burn-out kann teilweise durch die Schwierigkeit verursacht werden, wenn das Gleichgewicht zwischen der Berufstätigkeit und den Anforderungen des Privatlebens nicht stimmt. Diese Spannung gibt es auch bei Teilzeitangestellten, zum Beispiel im Zusammenhang mit Sorgen wegen der Kinder, wegen einer angespannten finanziellen Situation oder weil neben der Berufstätigkeit noch andere Projekte zu realisieren sind. Eine Klärung der individuellen Herausforderungen, sowie Lösungsansätze und Beratung zu bestimmten Problemen im Privatleben können die Spannungen verringern und Perspektiven aufzeigen, damit Mitarbeitende am Arbeitsplatz wieder ausgeglichener werden können.</p>
<p>Absicht</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Die Mitarbeitenden unterstützen und die Mitarbeiterbindung durch das angemessene Eingehen auf ihre individuellen Bedürfnisse während einer besonderen Lebensphase verbessern ➤ Die Berufstätigkeit der Mitarbeitenden unterstützen, indem auf bestimmte persönliche Herausforderungen geachtet wird ➤ Eine attraktive Unternehmensidentität als verantwortungsvoller und aufmerksamer Arbeitgeber entwickeln
<p>Zielsetzung</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Die Life-Balance erleichtern ➤ Absenzen vorbeugen, die auf körperliche und psychische Erschöpfung zurückzuführen sind ➤ Unkonventionelle oder unerwartete Lösungsansätze am Arbeitsplatz finden
<p>Ideen zur Umsetzung</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Unter den Mitarbeitenden eine qualitative Umfrage durchführen über: <ul style="list-style-type: none"> - die Themen, die für sie zur Vereinbarkeit von Beruf und Familie gehören - ihre Art und Weise, Situationen zu bewältigen - Lösungsvorschläge, Ideen zur Vereinbarkeit ➤ Einen Workshop zur Sensibilisierung organisieren, bei dem eine externe Fachperson zum Thema Gesundheit und/oder Work-Life-Balance Good Practices und Konzepte zu den Themenbereichen aufzeigt, die sich in der Befragung herauskristallisiert haben

- | | |
|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none">➤ Ein Follow-up des Workshops einplanen:<ul style="list-style-type: none">- Führungsverantwortliche zum Beispiel mit einer bestimmten Anzahl Stunden, welche die Kader für eine Einzelberatung «zugute haben», um ihre Wahrnehmung und das Verständnis für die aktuelle Lage ihrer Mitarbeitenden zu stärken- 6-8 Monate später einen weiteren Workshop einplanen, um Erfahrungen auszutauschen und zu evaluieren |
|--|--|