Master-Thesis, Hochschule Fulda, Fachbereich Pflege und Gesundheit, Sommersemester 2013

Erstellung von Handlungsempfehlungen zur Verbesserung der Work-Life-Balance der wissenschaftlichen und technisch-administrativen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter an der Hochschule Fulda

Katrin Stolzmann

Zusammenfassung

Hintergrund:
Arbeits- und Privatleben lassen sich heutzutage immer schwerer zeitlich, räumlich, inhaltlich, sozial und motivational voneinander trennen. Das Ziel der Work-Life-Balance ist es, die Anforderungen und Belastungen aus Arbeits- und Privatleben mit den zur Verfügung stehenden Ressourcen auszubalancieren, um die Gesundheit und Lebensqualität jedes Einzelnen zu sichern.

Zielsetzung:
Das Ziel dieser Thesis ist es, Handlungsempfehlungen für das Personalmanagement der Hochschule Fulda zu entwickeln, die mögliche Strategien zur Maßnahmenentwicklung aufzeigen, um die Work-Life-Balance der wissenschaftlichen und technisch-administrativen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter an der Hochschule Fulda zu verbessern.

Methoden:

Diese Handreichung wird anhand einer systematischen Literaturrecherche, zur Darlegung des bisherigen internationalen Forschungsstandes von Zielgruppen für Work-Life-Balance Maßnahmen, der Erörterung des Handlungsbedarfes, durch eine statistische Auswertung der Ergebnisse des Fragebogens zur „Erfassung arbeitsbedingter Belastungen und Ressourcen der wissenschaftlichen und administrativen-technischen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Hochschule Fulda“ im Bereich der Work-Life-Balance, sowie einer zweiten systematischen Literaturrecherche zu möglichen Konzeptionen mit Interventions- und Evaluationsstrategien, zur Verbesserung der Work-Life-Balance, erarbeitet werden.

Ergebnisse:

Folgende Work-Life-Balance Maßnahmen sind für die handlungs-bedürftigsten Gruppen zur Verbesserung der Balance in der Handreichung empfehlenswert: Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die an der Hochschule Fulda in Schichtarbeit arbeiten, können von der Einführung einer schnellen Schichtdrehung, einem vorwärts-rotierenden Schichtsystems und von der Mitbestimmung ihrer Arbeitszeiten profitieren. Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die Angehörige auf Grund von Krankheit oder Behinderung pflegen, können zum Beispiel von flexiblen Arbeitszeiten, stunden- oder tageweiser Entlastung von pflegerischen Arbeiten, Beratung auf den unterschiedlichsten Ebenen und einer Vernetzung der lokalen Anbieter und Akteure profitieren. Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die einen langen Anfahrtsweg von über 46 Minuten zur Arbeit haben, können von Telearbeit in alternierender Form profitieren.

Schlussfolgerung:

Bei der Aufstellung und Einführung der Work-Life-Balance Maßnahmen an der Hochschule Fulda handelt es sich um ein Pilotprojekt. Es gibt keine wissenschaftliche Garantie dafür, dass die Work-Life-Balance Maßnahmen an der Hochschule Fulda positive Auswirkungen auf die Gesundheit und Work-Life-Balance der wissenschaftlichen und technisch-administrativen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter haben, da der Work-Life-Balance Bereich an Hochschulen bisher noch nicht erforscht wurde. Die Ergebnisse der Literaturrecherchen deuten aber darauf hin, dass Work-Life-Balance Maßnahmen auch an der Hochschule Fulda erfolgreich sein können.

Projektkoordination: Judith Obermayer, Dipl. Sportwiss. (HS) GFH@hs-fulda.de
Tel: 0661 / 9640-384, Gebäude 41 (B), Raum 202/218 www.hs-fulda.de/GFH
Projektleitung: Prof. Dr. Anja Kroke (FB Oe) Anja.Kroke@he.hs-fulda.de
Prof. Dr. Klaus Stegmüller (FB PG) Klaus.Stegmueller@pg.hs-fulda.de

Schlüsselwörter:

Work-Life-Balance, Work-Life-Balance Maßnahmen, wissenschaftliche / technische / administrative Hochschulmitarbeiterinnen und -mitarbeiter, Hochschule Fulda, Gesundheitsfördernde Hochschule Fulda, betriebliche/s Gesundheitsmanagement /-förderung, Konzeption, Schichtarbeit, Pflege von Angehörigen, langer Arbeitsweg

Abstract

Background:

These days, it gets more and more difficult to separate work and private life in regard to time, space, content, social and motivation. The aim of work-life-balance is to balance the demands and pressures of work and private life with the available resources to ensure health and quality of life of each individual.

Goals:

The goal of this thesis is to create a guideline for the personnel management of the University of Fulda, that shows possible strategies for the development of measures and concepts to improve the work-life-balance of the scientific, technical and administrative staff at the University of Fulda.

Methods:

The developed guideline is based on a systematic literature research for the demonstration of the current state of international research of target groups for work-life balance measures, the discussion of the work-life balance of scientific, technical and administrative staff at the University of Fulda by the results of the statistical evaluation from the questionnaire "Detection of work-related stress and resources of scientific, administrative and technical staff of the University of Fulda" and a second systematic literature research on possible concepts of intervention and evaluation strategies to improve work-life balance.

Results:

The following work-life-balance measures are recommended for the most vulnerable groups to improve their balance in the guidelines: employees who work at the University of Fulda in shift work can benefit from the introduction of a rapid shift rotation, a forward-rotating shift system and from designing their working hours themselves. Elder care giving employees can profit, for example, from flexible working hours, hourly or daily discharge of nursing work, consulting on various levels and a network of different local providers and stakeholders. Employees with a duty stroke from over 46 minutes can benefit from telecommuting in an alternate form.

Conclusion:

The preparation and implementation of work-life-balance-measures at Fulda University is a pilot project. There is no scientific guarantee that work-life-balance-measures at the University of Fulda have positive impacts on health and work-life balance of scientific, technical and administrative staff. Up to now work-life-balance hasn't been researched at universities yet. But the results of the literature review indicates that work-life-balance-measures may also be successful at the University of Fulda.

Keywords:

work-life-balance, work-life-balance measures, scientific / technical / administrative university staff, Fulda University, Health Promoting University of Fulda, workplace health promotion, health management, shift work, elder care giving, long duty stroke

Projektkoordination: Judith Obermayer, Dipl. Sportwiss. (HS) GFH@hs-fulda.de
Tel: 0661 / 9640-384, Gebäude 41 (B), Raum 202/218 www.hs-fulda.de/GFH
Projektleitung: Prof. Dr. Anja Kroke (FB Oe) Anja.Kroke@he.hs-fulda.de
Prof. Dr. Klaus Stegmüller (FB PG) Klaus.Stegmueller@pg.hs-fulda.de