

Dipl.-Psych.
Kassandra Ruhm

Uni-Boulevard 13
Gebäude GW 2, Raum B 3.740
28359 Bremen

Telefon (0421) 218 - 60 10 6
eMail sozialberatung@
uni-bremen.de
www www.uni-bremen.de/
sozialberatung

Ihr Zeichen:

Ihre Nachricht vom:

Unser Zeichen:

Datum:

Liebe Kollegin, lieber Kollege,

ich weiß nicht, ob Sie mich kennen: Ich heiße Kassandra Ruhm und bin die Mitarbeiterin der Betrieblichen Sozialberatung der Universität Bremen. Die Betriebliche Sozialberatung ist eine Beratungsstelle für Beschäftigte der Universität Bremen bei privaten, beruflichen oder gesundheitlichen Problemen.

Routinemäßig wird dieser Brief bei längeren Krankheitszeiten durch das Personaldezernat verschickt.

Aus welchen Gründen könnten länger erkrankte Beschäftigte die Angebote der Betrieblichen Sozialberatung brauchen?

- Möglicherweise sind Sie aufgrund einer schwerwiegenderen Erkrankung krank gemeldet, die nicht nach ein paar Wochen wieder folgenlos ausgeheilt ist. Gerade chronische Krankheiten (wie z.B. Rheuma, Morbus Crohn, Diabetes,...), psychische Probleme oder gar lebensbedrohliche Erkrankungen können massive Einschränkungen Ihres Lebens mit sich bringen. Oft muss man einiges ändern, vielleicht sich mit dem Verlust von Möglichkeiten abfinden und erst nach einem guten Umgang mit den gesundheitlichen Problemen suchen. Bei dieser Suche kann ich Sie fachlich kompetent begleiten.
Auch wenn Sie einfach über Ihre Krankheit und Ihre Sorgen reden möchten, ohne Freunde und Verwandte zu belasten, können Sie sich gerne an mich wenden.

- Unabhängig davon, woran Sie erkrankt sind: Ich weiß nicht, mit welchen Gefühlen Sie an Ihren Arbeitsplatz zurückkehren. Manche Beschäftigten kehren nach einer längeren Krankheit mit einem mulmigen Gefühl an den Arbeitsplatz zurück. Zum Beispiel, weil sie Angst vor einem großen Berg von Arbeit haben, der sich in der Zwischenzeit angesammelt hat. Oder weil sie nicht sicher sind, wie die Kolleg_innen reagieren, die sie in der Zwischenzeit vertreten haben. Vielleicht erwarten die andern, dass man sofort wieder voll einsetzbar ist und im Gegenzug für andere etwas übernimmt – während man selbst noch gar nicht wieder „ganz auf den Beinen“ ist.
Immer wenn Sie sich nicht sicher sind, wie Ihre Rückkehr an den Arbeitsplatz verlaufen wird, kann ein Beratungsgespräch mit mir im Vorfeld vielleicht helfen, möglichst gute Umgangswesen zu finden.
Wenn Sie bei Ihrer Rückkehr nicht mit solchen Problemen rechnen, umso besser!

- Wenn Schwierigkeiten aus dem Privatleben Sie so unter Druck setzen, dass diese sich ungünstig auf Ihre Gesundheit auswirken, kann ich Sie bei der Suche nach Lösungen unterstützen.
- Gibt es Konflikte oder andere Schwierigkeiten am Arbeitsplatz, die Ihre Gesundheit beeinträchtigen?
- Sie können die betriebliche Sozialberatung nutzen, um darüber zu sprechen, ob es betriebliche Ursachen für ihre Erkrankung gibt.
- Auch wenn die Bedingungen am Arbeitsplatz nicht der Grund Ihrer Erkrankung sind, gibt es möglicherweise trotzdem etwas, das es Ihnen erleichtern würde, an Ihrem Arbeitsplatz zu arbeiten und zukünftige gesundheitliche Belastungen zu verringern?
Zum Beispiel bestimmte Hilfsmittel, eine andere Arbeitsaufteilung oder Arbeitsorganisation, eine Veränderung der Arbeitszeit etc.?
- Möglicherweise haben Sie auch nach Ihrer Rückkehr an den Arbeitsplatz gesundheitliche Einschränkungen? Welche Bedingungen brauchen sie, um mit diesen Einschränkungen möglichst gut arbeiten zu können?

Sie können die letzten vier Themen natürlich auch direkt mit Ihren Vorgesetzten besprechen. Möglicherweise werden Ihre Vorgesetzten bzw. das BEM-Team unabhängig von diesem Brief im Rahmen des Betrieblichen Eingliederungsmanagements auf Sie zukommen, um diese Fragen zu klären.

Ich selbst habe keine Möglichkeiten, die Bedingungen an Ihrem Arbeitsplatz zu ändern. Aber ich kann zusammen mit Ihnen überlegen, welche Verbesserungen sinnvoll wären und wer Sie dabei unterstützen könnte, dass diese Veränderungen tatsächlich umgesetzt werden.

Wenn Sie meine Angebote in Anspruch nehmen möchten, können Sie sicher sein, dass niemand erfährt, ob Sie sich auf diesen Brief hin an mich gewandt haben oder nicht. Außer denjenigen, denen Sie es selbst erzählen.

Ich unterliege der Schweigepflicht und behandle Ihre Anliegen vertraulich.

Wenn Sie keine Unterstützung brauchen und nach ein paar Wochen Krankmeldung wieder gut hergestellt sind, ist das prima.

Aber wenn es nicht so einfach ist und Sie einen Termin mit mir ausmachen möchten, können Sie mich gerne anrufen oder mir eine Email schicken.

Mit freundlichen Grüßen

Kassandra Ruhm.