

**Kolleg*innen aus der Verwaltung,
kommt zum Streik!**



Was hast du in den letzten 5 Arbeitstagen alles geschafft?	20
<p>Trage in die Tabelle alle übernommenen Arbeitsbereiche ein, z.B.: Kommunikation, Teamsitzungen, Rechnung stellen, ... Angenommen deine gesamte aufgewandte Arbeitsenergie wäre 20, wieviel von dieser Energie wären dann auf die unterschiedlichen Bereiche angefallen. Trage die Zahl jeweils in die rechte Spalte ein, z.B.: Teamsitzungen – 7, Kommunikation – 5, Rechnungen stellen – 8.</p>	
Wie viele Energiepunkte hätte deine ideale Arbeitswoche?	
<p>Kommst du mit der aufgewandten Arbeitsenergie klar, oder müsstest du eigentlich weniger (oder mehr) arbeiten, um die Arbeit langfristig gerne und gesund zu machen? Trage rechts ein, wieviel Arbeitsenergie du in einer idealen Arbeitswoche, im Vergleich zur vergangenen Woche (siehe oben) aufbringen könntest. Wenn die Belastung der letzten Woche (= 20 Punkte) eigentlich zu viel für dich war, kannst du eine niedrigere Zahl eintragen, z.B. 18 oder 15. Falls du auch gut mehr arbeiten könntest, trägst du eine höhere Zahl ein.</p>	

...du hast das Blatt gewendet



Welche Aufgaben würdest du in einer idealen Woche übernehmen?

...und wie viel von deiner gesamten Arbeitsenergie würden sie jeweils ausmachen? Z.B.: Teamsitzungen – 8, Kommunikation – 6, Rechnungen stellen – 4.

Welche drei Forderungen leiten sich daraus ab?

Welche Veränderungen in betrieblichen Abläufen und Arbeitsbedingungen bräuchte es, um deine ideale Arbeitswoche (siehe oben) umzusetzen? Wie kann nachhaltiges und gesundes Arbeiten auch in der Verwaltung möglich gemacht werden?

