| **Håndtering af arbejdsrelateret stress** | | | |
| --- | --- | --- | --- |
| **Individ** | **Gruppe** | **Ledelse** | **Organisation** |
| Den stressramte har et ansvar for at gøre noget ved sin situation:   * Gå til leder eller AMR/TR * Gøre brug af arbejdspladsens tilbud om psykologisk rådgivning * Fasthold kontakt til leder og arbejdspladsen * Indgå aktivt i et fastholdelsesforløb | Gå til leder, hvis de spotter stress hos kollega | Beskrive hvilke eksterne hjælpeforanstaltninger der kan iværksættes, fx. tilbud om coaching, psykologisk bistand, supervision, kurser mm. | Sikre at der er eksterne hjælpeforanstaltninger, der kan iværksættes, så stressen afhjælpes og sygefravær bedst muligt forebygges/begrænses. For eksempel psykologisk bistand, kurser mm. Og formidle viden herom. |
| * Når den stressede er på vej tilbage til arbejdet skal han/hun huske pauser og deltag i frokost og sociale arrangementer. Det er ”genoptræning”. | Forstå og acceptere skånehensyn til den stressede kollega. Og vis respekt om hans/hendes arbejde og situation på trods af de skånehensyn der er iværksat | Beskrive hvilke hjælpeforanstaltninger der kan iværksættes internt, fx. omlægning af arbejdsopgaver, nedsat tid mm. | Sikre at der er værktøjer og viden til hjælp for tilbagevenden til arbejde efter en eventuel sygdomsperiode. Fx. mulighed for nedsat tid eller omlægning af arbejdsopgaver eller Flex-job |
|  | Være gode kollegaer og sørg for at  den stressramte er en naturlig del af  det sociale sammenhold | Ved sygefravær eller risiko for sygemelding: afholde sygefraværssamtaler, følge op, mulighedserklæringer, fastholdelsesplan  Eventuelt involvere de kommunale fastholdelseskonsulenter | Sikre at der i kommunen er mulighed for omplacering af medarbejderen, hvis det er løsningen |
|  | Der skal være tålmodighed fra kollegaer. der kan godt gå tid før en stressramt kollega er fuldt tilbage. Både i forhold til opgaver og tid. | Fokus på øvrige medarbejdere/gruppen: De hensyn, der tages til den stressramte kan betyde modstand hos kollegaerne hvis de ikke forstår *hvorfor*, der skal tages hensyn. |  |
|  |  | Når en stresssygemeldt er på vej tilbage til arbejdet skal leder melde ud til kollegaer om arbejdstid og opgaver personalekonsulenterne skal altid ind over først. |  |