

Fall 2:7

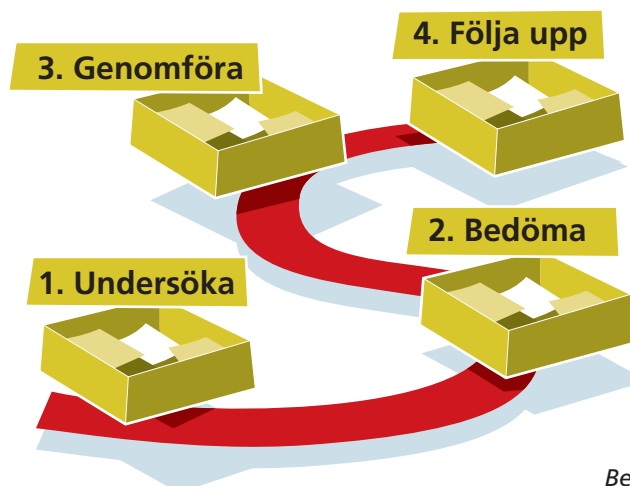
Att hantera stress

Utgångspunkt:

Karins chef:

Vad ska jag göra med Karin? Hon undviker mig, verkar inte särskilt intresserad av jobbet, går hem så fort hon kan. Hon ser trött ut också. Förra månaden var hon hemma vid tre tillfällen. En gång var hon förkyld. Så var det visst sjukt barn och den tredje gången förstod jag inte riktigt vad det var.

Det är konstigt, för när hon började för två år sedan så var det en pigg och duktig tjej som kom med många bra idéer och var med i många av våra projekt. I måndags erbjöd jag henne att gå en tre-dagarsutbildning som huvudkontoret ordnat. Vi chefer skulle erbjuda den till medarbetare som vi vill satsa på. Jag mailade över inbjudan till henne, men då jag frågade i morse så hade hon inte läst den ännu. Konstigt, det är ju en jättebra chans.



Bearbetning av ett fall.

Fall 2:7

Att hantera stress

Syftet med fallet:

- Att identifiera tidiga signaler.
- Att ha kännedom om hur man kan genomföra det förebyggande arbetet på individ-, grupp- och organisationsnivå.

Begrepp som är centrala för fallet:

<ul style="list-style-type: none"> • Ledarskap • Skyddsombud • Roller • Ansvar • Arbetsorganisation • Arbetsgrupp 	<ul style="list-style-type: none"> • Fördelning av arbetsuppgifter • Arbetsbelastning • Tidiga signaler • Riskbedömning • Arbetsanpassning • Stressreaktioner • Utmattning 	<ul style="list-style-type: none"> • Stresshantering • Kvinnors och mäns stress • Stress och livsstil • Samtal • Utvecklingssamtal • Återkoppling 	<ul style="list-style-type: none"> • Kompetensutveckling • Inflytande • Förebygga • Friskvård • Kränkande särbehandling
---	---	---	--

Exempel på några frågeställningar som grupperna kan komma att formulera:

- Vems är ansvaret?
- Hur ser man tidiga signaler?
- Hur hanterar man tidiga signaler?
- Hur kan en handlingsplan se ut för individen, gruppen och organisationen?

Svara på frågeställningarna:

- Föreläs om hur man upptäcker tidiga signaler och hur de kan hanteras.
- Föreläs om stress och livssituation.
- Berätta om åtgärder som kan genomföras för den enskilde individen, gruppen och organisationen.

Var/hur söka kunskap:

Handbok Bättre arbetsmiljö, Prevent

Bearbetning av fallet utifrån de fyra momenten:

<p>Undersöka:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identifiera genom att: <ul style="list-style-type: none"> – Samtala med Karin. – Sammanställa sjukfrånvaron för arbetsgruppen. – Ta reda på hur arbetet inom enheten fungerar etc. 	<p>Bedöma:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Analysera uppgifterna på individnivå och på gruppnivå. • Gör en riskbedömning. 	<p>Genomföra:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lägg upp en handlingsplan för Karin och en för arbetsplatsen och föreslå åtgärder. 	<p>Följa upp:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beskriv hur uppföljningen kan gå till på individnivå och på gruppnivå.
--	--	--	--