

AFDELINGSDRØFTELSE

Hvad er de tre vigtigste problemstillinger, der kan påvirke det psykiske arbejdsmiljø og den mentale sundhed hos medarbejderne i jeres afdeling/gruppe?

1

2

3

Hvilke konsekvenser kan ovenstående have for den mentale sundhed?

For den enkelte medarbejder?	
For gruppen?	
For arbejdspladsen som helhed?	

Vores forslag til ændringer og/eller forbedringer:

Notér her:

DE 6 GULDKORN

Gennem mange års forskning har man identificeret seks faktorer, der er helt centrale for det psykiske arbejdsmiljø. Disse seks faktorer bliver omtalt som DE 6 GULDKORN:

INDFLYDELSE

Den enkelte har indflydelse på sit eget arbejde og på de betingelser, arbejdet foregår under. Det kan være arbejdstiden, hvem man arbejder sammen med, valg af redskaber eller procedurer, arbejdets tilrettelæggelse, arbejdsstedets indretning o. Lign.

MENING I ARBEJDET

Man kan se, hvordan det man selv laver, har sammenhæng med det samlede produkt. Arbejdet giver mening foruden selve det at tjene penge. Her kommer værdier og mål ind i billedet.

FORUDSIGELIGHED

Forudsigelighed handler om at modtage de relevante informationer på det rigtige tidspunkt. Det er vigtigt at undgå uvished og ængstelse. Det er altså ikke meningen, at man skal kunne forudsige detaljerne i dagligdagen – forudsigelighed handler om de store linjer.

SOCIAL STØTTE

Støtte kan være både praktisk og psykologisk. Det vigtige er, at den kommer på det rigtige tidspunkt, når behovet er der. Støtten kan komme fra såvel kolleger og ledere.

BELØNNING

Det er vigtigt, at belønningen står mål med indsatsen, ellers vil det opfattes som uretfærdigt. Belønningen kan være løn, anseelse og påskønnelse eller mulighed for udvikling og karriere i forbindelse med jobbet. Alle tre former for belønning har betydning for den ansatte.

KRAV

Kravene i arbejdet er både kvantitative og kvalitative. De kvantitative krav skal være passende. Det betyder, at man hverken skal have for meget at lave eller for lidt. Også de kvalitative krav skal passe til personen. Arbejdet skal altså hverken være for svært eller for let. Måske 'lidt for svært' er det bedste. Endelig skal kravene være klare. Man skal altså vide, hvornår arbejdet er fuldført godt nok.

GRUPPEDISKUSSION OM DE 6 GULDKORN

På afdelings- eller gruppeniveau kan man med hjælp fra skemaerne herunder drøfte og arbejde med DE 6 GULDKORN

EMNE TIL DISKUSSION	Fungerer godt Konkrete eksempler på, hvad fungerer godt i vores afdeling. Hvordan og hvorfor?	Fungerer mindre godt Konkrete eksempler på, hvad fungerer mindre godt i vores afdeling. Hvordan og hvorfor?
INDFLYDELSE		
MENING		
FORUDSIGELIGHED		
SOCIAL STØTTE		
BELØNNING		

Vores forslag til ændringer og/eller forbedringer:

Notér her: