



Arbejdsbetinget stress

Politik for identificering, forebyg-
gelse og håndtering



Mariagerfjord
KOMMUNE

Mariagerfjord

- et godt sted at arbejde

Visionen for Mariagerfjord Kommune er at være en attraktiv arbejdsplads. Vi møder hinanden med åbenhed, tillid og respekt, og vi samarbejder om at skabe rammerne for et godt fysisk og psykisk arbejdsmiljø, hvor engagement og effektivitet er en selvfølge.

Hvad mener vi om stress?

Vi mener, at det er væsentligt at skelne mellem positiv stress, som er stress af en sådan karakter, at den er god og ønskværdig, og negativ stress, som er stress, der slider og nedbryder.

Stressforebyggelse skal være en integreret del af arbejdspladsens kultur. Alle skal tage ansvar og kende deres rolle i forhold til forebyggelse og håndtering af stress.

Vi har en tryk og udviklende arbejdsplads, hvor stress er i konstant fokus. Stress må ikke være tabu. Det, at have travlt, er som hovedregel en naturlig og positiv del af dagligdagen, mens negativ stress ikke accepteres.

Sådan gør vi

Det bedste værn mod negativ stress er en sund arbejdsplads med kompetente ledere og medarbejdere, der leverer høj kvalitet og service. Derfor skal der være et konstant fokus på sammenhængen mellem krav og ressourcer.

Både ledelse og medarbejdere er forpligtet til at udvikle relevante, faglige kompetencer, som kan være med til at sikre den enkelte medarbejder mod negativ stress.

Vi sørger for, at der både centralt og decentralt skabes

ejerskab for opgaven med at håndtere arbejdsbetinget stress. Vi stimulerer trivsel og sundhedsfremme som værn mod arbejdsbetinget stress. Og vi håndterer negative stressbelastninger for at forebygge stressrelaterede helbredsrelaterede problemer.

Vi har et særligt ansvar

Vi har allesammen et særligt ansvar for, at der så tidligt som muligt aktivt bliver taget hånd om stress, såvel den positive som den negative stress.

Chefer, ledere, tillidsvalgte og medarbejdere skal i samarbejde prioritere indsatsen mod stress, og derfor er høflig, nænsom og tidlig opmærksomhed en ret og en pligt for alle ansatte.

Anerkendende kommunikation er en selvfølge, da den stressramte ofte er i en situation, hvor vedkommende ikke selv kan agere. Det er legalt at tale om stress på en konstruktiv måde, og stresshåndtering skal være et redskab både i forhold til fastholdelse og rekruttering af medarbejdere.

Vil du vide mere?

Se på intranettet, hvor du finder værktøjer til at identificere, forebygge og håndtere arbejdsbetinget stress.

Godkendt i Hovedudvalget den 14. maj 2013

Stress er en tilstand som varierer..

Stress er kroppens naturlige og grundlæggende sunde svar på belastninger. Du er i stand til at håndtere stress i kortere perioder, hvorimod langvarig stress er usundt og slider på krop og sjæl. Stress kan lede til ændret opførsel og faldende effektivitet, fx begår man flere fejl, overser ting, man burde have registreret, overholder ikke aftaler. Der kommer flere konflikter og flere samarbejdsproblemer.