

## **Deltog du ikke til Nordens største HR Messe, Træfpunkt?**

Til messen satte vi fokus på håndtering af Jeres sygefravær i virksomheden. Det var super spændende at møde forskellige mennesker og virksomheder, og få lejlighed til at sparre omkring deres cases og udfordringer.

Selvom du ikke deltog på messen, skal du ikke snydes for vores 3 bedste råd til at mindske sygefraværet - samt de 6 absolutte dødssynder du ikke må begå.

### **3 råd til at mindske sygefravær med åbenhed**

Når en medarbejder viser tegn på overbelastning/stress handler det om at finde frem til årsagerne til denne overbelastning. Medarbejdere, der ikke trives på jobbet, risikerer nemlig at blive sygemeldt med stress eller depression. Det kan være en bekostelig affære. Både for den enkelte medarbejder, der skal igennem et hårdt og langvarigt sygeforløb, og for virksomheden, der må undvære vigtige ressourcer. I kan derfor spare dyre sygefraværsdage ved at skabe en sund virksomhedskultur, hvor medarbejdere og ledelse taler åbent med hinanden.

Her får I 3 enkle råd til, hvordan I gør netop dét:

#### **1. Kend medarbejdernes ønskeopgaver**

Hvis jeres medarbejdere sidder med opgaver, de elsker at lave og føler sig trygge ved, fordi de ved, de kan udføre dem – ja, så er der meget lille risiko for, at de mistrives. Derfor bør I sørge for, at jeres medarbejdere proaktivt udtrykker, hvilke opgaver de gerne vil have.

#### **2. Lær medarbejderne at sige fra**

Hvis medarbejderne siger ja til opgaver, de ikke kan overskue, stiller de sig hurtigt i en situation, som kan føre til mistrivsel. Derfor er det vigtigt, at jeres medarbejdere siger fra, når de bliver for pressede.

#### **3. Lad 'åben' gå på skift**

I lytter til jeres medarbejdere og giver dem så mange af deres ønskeopgaver, som de kan få. Fint nok – men hvad med alle de knapt så attraktive opgaver, som ingen vil have? Arbejdet skal jo laves! I kan med fordel sørge for, at de mindre attraktive opgaver kører på

skift. Hvis I siger, at "i den her uge er det Jens, der har aben", så ved alle, at nu er det Jens, der har den, og derfor skal der passes lidt ekstra på ham, så han ikke kører sur i arbejdet.

#### **Så:**

- Kend medarbejdernes ønskeopgaver og indfri de ønsker, I kan.
- Lær medarbejderne at sige fra og lyt til deres trivselsproblemer.
- Lad de knapt så attraktive opgaver gå på skift og tag jer af den, der har aben.

#### **De 6 dødssynder, du ikke må begå!**

Der er stor forskel på positiv og negativ stress. Derfor er kommunikation som leder dit vigtigste værktøj i arbejdet med at håndtere stress. Her er de 6 dødssynder, du IKKE må begå når du står overfor en medarbejder, der er berørt af stress:

1. Stille lukkede spørgsmål
2. Tale ud fra egen referenceramme
3. Have berøringsangst
4. Tale udenom
5. Ignorere symptomer
6. Udøve medarbejderterapi

[Læs mere om hvordan du undgår de 6 dødssynder lige her](#)

#### **Lidt om KLAUSEN HR**

Hos KLAUSEN har vi værktøjerne og specialet i at forebygge og behandle sygefravær på de danske arbejdspladser. Vi hjælper både offentlige og private virksomheder, der har et særligt kompliceret tilfælde af sygefravær, eller som ikke har den nødvendige tid til at hjælpe de syge medarbejdere tilbage til arbejdspladsen. Uddan dine ledere indenfor effektiv håndtering af stress og ledelse af forandringsprocesser.

[Hør mere om Klausen Foredrag her](#)

Vi håber at du har kunnet bruge vores råd. Har du supplerende spørgsmål eller ønsker du at vi ser på netop din case så [kontakt os her](#)

Vi ser frem til at hjælpe dig videre