

HK'ERNE KAN OGSÅ BLIVE STRESSEDE

HK

SAMMEN
ER DU
STÆRKERE /



#STOPSTRESS

Alt for mange danskere rammes desværre af stress. I HK har vi spurgt over 3000 af vores medlemmer om deres oplevelser på området. Vores undersøgelse viser – ikke overraskende – at næsten tre ud af fire HK'ere har følt sig stressede inden for det seneste år. Men det stopper ikke her.

Alt for mange af vores medlemmer der går til deres leder med stress, går forgæves. De får ikke den hjælp, de har brug for – og hvis de gør, så oplever knap hver tredje, at samarbejdet mellem arbejdsgiver, læge og i sidste ende kommunen i forbindelse med en sygemelding og tilbagevenden er for dårligt og for ukoordineret.

Det er ikke godt nok, og det skal vi gøre noget ved. Helt konkret kan vi se, at en stresspolitik på arbejdspladsen er et af de tiltag, der virker. En stresspolitik kan dog ikke stå alene. Der skal meget mere til.

I HK ønsker vi at sætte stress på dagsordenen. Ledere skal uddannes til at kunne håndtere, forebygge, og bekæmpe stress. Arbejdsgiverne skal have pligt til at medvirke til en god og tryk tilbagevenden til arbejdspladsen efter en stresssygemelding. Helt ligesom sygemeldte har pligt til at medvirke i kommunens opfølgning.

Vi vil arbejde for en plan om at sikre mere viden og kompetencer på arbejdspladserne, der skal fremme det gode psykiske arbejdsmiljø, og som forebygger stress og fastholder folk i job.

Vi vil derfor igangsætte en national handlingsplan mod stress.

Mads Samsing
Næstformand, HK Danmark



Undersøgelsen er udarbejdet af Epinion på baggrund af i alt 3.095 interview med medlemmer organiseret under HK Danmark. Undersøgelsen er gennemført som en webbaseret survey via HK Danmarks erhvervsaktive medlemmer i perioden 1. marts – 24. marts 2022.

I undersøgelsen belyses emner, der relaterer sig til stress og arbejdsmiljø. Respondenterne har været introduceret til følgende definition af stress: "Stress skal her ikke forstås som højt arbejdspress i kortere perioder, men længerevarende belastning, der påvirker arbejdssevne og trivsel fysisk såvel som psykisk".

1. STRESSPOLITIK VIRKER

Det er vigtigt, at arbejdspladserne sørger for et godt og sundt arbejdsmiljø for deres medarbejdere. Vores undersøgelse viser, at en stresspolitik er med til at sikre netop det.

På arbejdspladser **med** en stresspolitik oplever...



83 % at arbejdspladsen prioriterer arbejdsmiljø og trivsel

79 % at arbejdspladsen prioriterer forebyggelse af arbejdsmiljøproblemer

69 % at arbejdspladsen prioriterer tilbagevenden efter et sygdomsforløb

På arbejdspladser **uden** en stresspolitik oplever...



48 % at arbejdspladsen prioriterer arbejdsmiljø og trivsel

38 % at arbejdspladsen prioriterer forebyggelse af arbejdsmiljøproblemer

32 % at arbejdspladsen prioriterer tilbagevenden efter et sygdomsforløb

En stresspolitik virker, fordi den sætter forebyggelse af stress i system på den enkelte arbejdsplads. Arbejdspladser med prioriteringerne i orden er med til at skabe større trivsel i hverdagen.

HK MENER...

At alle virksomheder - sammen med medarbejderne - bør lave en stresspolitik for, hvordan stress kortlægges, forebygges og håndteres.

2. MANGE GÅR FORGÆVES TIL LEDEREN

Det kan være grænseoverskridende at række hånden ud, når man har brug for hjælp.

Alligevel har over 40% af dem, der føler sig stressede, talt med deres leder om stress.

41 % taler med lederen om stress



Desværre oplever næsten **hver tredje**, at der ikke kommer noget ud af samtalen.



Lederne skal gribe alle medarbejdere. Især når de finder modet til at spørge om hjælp.

HK MENER...

At ledere skal uddannes i forebyggelse og håndtering af stress. Det er lederens ansvar at hjælpe medarbejdere, der oplever stress i hverdagen. Og det er lederens opgave at sørge for, at det aldrig kommer dertil.

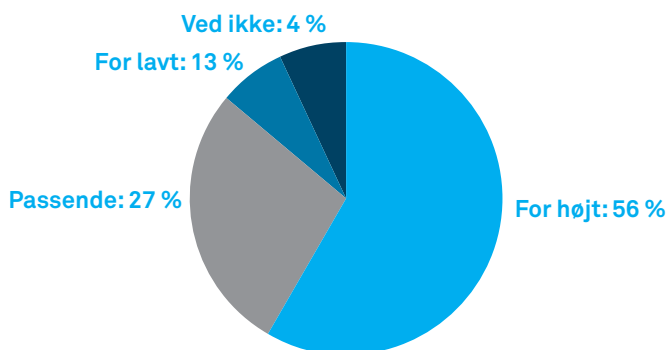
3. STRESS PÅVIRKER HELE ARBEJDSPLADSEN



Over 2/3 af dem der ofte føler sig stressede i hverdagen mener, at de har et for højt arbejdstempo.

Men stress rammer ikke kun den enkelte medarbejder. Mere end halvdelen oplever også, at deres kollegaer arbejder i for højt et tempo.

Hvordan er dine nærmeste kollegaers arbejdstempo i løbet af en typisk arbejdsdag?



Der er en sammenhæng mellem dem, der oplever at se deres kollegaer arbejde for meget og dem, der selv føler sig stressede.

Stress påvirker ikke kun den enkelte medarbejder, men hele arbejdspladsen.

HK MENER...

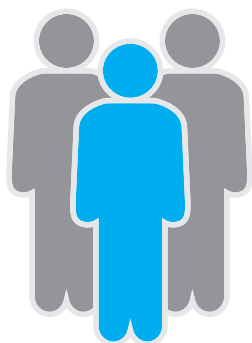
At stress skal løses i fællesskab gennem dialog og samarbejde. Der er brug for robuste arbejdspladser, der forebygger stress ved at sikre et godt psykisk arbejdsmiljø.

4. SAMARBEJDET ER UKOORDINERET

Hvis man sygemeldes med stress, er det vigtigt at vide, at der er hjælp at hente.

Derfor er samarbejdet mellem arbejdspladsen, egen læge, fagforeningen og andre eksterne aktører afgørende for ens bedring.

Men **én ud af tre** sygemeldte oplever, at samarbejdet mellem de involverede fungerer godt.



Der er brug for et mere koordineret samarbejde mellem de involverede parter – især når det handler om at vende trygt tilbage til arbejdspladsen og ændringer i i arbejdsforhold efter et stressforløb.

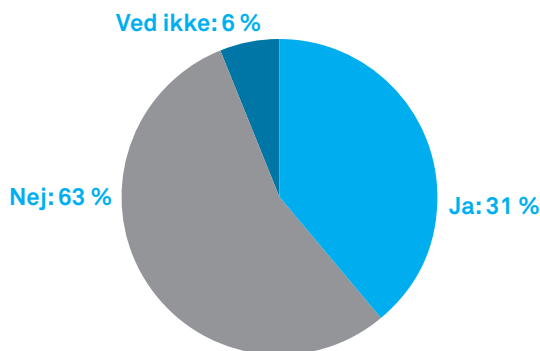
HK MENER...

At der skal være et stærkt og gennemsigtigt samarbejde omkring en stresssygemeldt, som er på vej tilbage i job. Alle arbejdspladser bør have en klar plan for tilbagevenden efter en stresssygemelding og tage højde for den enkeltes behov.

5. DER MANGLER VIDEN PÅ ARBEJDSPLADSERNE

Ud af dem der i dag er sygemeldt med stress, oplever mere end halvdelen, at deres arbejdsplads har en utilstrækkelig viden om, hvordan stress forebygges.

Oplevede du, at din arbejdsplads havde tilstrækkelig viden om, hvordan man forebygger stress?



48 % af de sygemeldte oplever desuden, at deres leder mangler kompetencerne til at hjælpe medarbejdere, der ender i en situation, hvor de bliver syge af deres arbejde.

Min leder var klædt på til at håndtere min sygemelding



Ja – 28%



Nej – 48%

HK MENER...

At ledere skal sørge for, at der er balance mellem kravene til medarbejderne og ressourcerne, så man ikke bliver syg af for højt et arbejdspress. Uddannelse i psykisk arbejdsmiljø bør være obligatorisk for ledere.