

# Forebyggelse og håndtering af psykisk mistrivsel

## 4 pejlemærker for små og mellemstore arbejdspladser

Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø har udarbejdet 4 overordnede pejlemærker målrettet små og mellemstore arbejdspladser, der vil forebygge og håndtere psykisk mistrivsel.

Pejlemærkerne består af 4 udsagn, som arbejdspladsens ledere og medarbejdere i fællesskab kan vælge at tilslutte sig som et alternativ til at udarbejde deres egen skriftlige politik.

### Pejlemærker – vi bestræber os på ...

- ... **at** være en arbejdsplads, hvor der også er plads til de medarbejdere, som ikke lige er på toppen, og hvor arbejdsopgaverne i fælles forståelse og med fælles accept tilpasses til den enkelte – også hvis arbejdskapaciteten er nedsat.
- ... **at** være en arbejdsplads, hvor der er åbenhed omkring psykisk mistrivsel; hvor der er nogen, man kan tale med, hvis man har brug for det, og hvor vi tager ansvar for hinanden, holder øje med hinanden og støtter hinanden.
- ... **at** arbejde for at fjerne de faktorer på arbejdspladsen, som kan forårsage, forværre eller forlænge psykisk mistrivsel, herunder skadelig stress.
- ... **at** være en arbejdsplads, som både husker på og tager hånd om kolleger, der er langtidssyge, og støtter dem, når de vender tilbage til arbejdet.

**Job&Sind-pejlemærkerne** er en del af et værktøj udviklet af forskere fra Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø. På baggrund af internationale standarder og retningslinjer har de udvalgt 16 anbefalinger fordelt på 4 temaer, som arbejdspladserne kan følge for at forebygge og håndtere psykisk mistrivsel blandt ansatte og kolleger.

Se mere på [www.nfa.dk/jobogsind](http://www.nfa.dk/jobogsind)

