

Er jeres stressforebyggende fokus synligt for medarbejderne?



SAML JERES STRESSFOREBYGGENDE OG SUNDHEDSFREMMENDE INDSATSER I EN SUNDHEDSSTRATEGI, DER SKABER SYNLIGHED I HELE ORGANISATIONEN!

SUNDHEDSSTRATEGIEN...

- ✓ skaber opmærksomhed om virksomhedens stressforebyggende og sundhedsfremmende indsatser.
- ✓ giver overblik over hvilke områder, der kræver yderligere fokus.
- ✓ skaber sammenhæng mellem fysisk sundhed og mental velvære.
- ✓ synliggør virksomhedens ansvar for en sund arbejdsplads.
- ✓ involverer medarbejderne med bidrag og et medansvar.

... Sundhedstjek, stressworkshops, sund frokostordning og motionstilbud er blot nogle få eksempler på indsatser indenfor fysisk sundhed og mental velvære, som er en del af mange virksomheders proaktive fokus. Når virksomheder tager disse forebyggende skridt på vejen til en sundere arbejdsplads, sker det dog, at indsatserne har en tendens til at blive implementeret ad hoc uden sammenhæng med øvrige tiltag i organisationen, uden opfølgning, og ikke som en del af en samlet sundhedsstrategi i virksomheden. Det er dermed ikke usædvanligt, at de ellers velmenende indsatser taber lidt af *pusten* over tid, og at de let kan komme til at fremstå som enkeltstående og uden den store vægt hos medarbejderne, såfremt de ikke samles og synliggøres i en sundhedsstrategi.

Stressforebyggelse handler om en kultur- og adfærdsændring i hele organisationen, hvor stress, sundhed, robusthed og mental velvære sættes på dagsordenen. Derfor er det også væsentligt, at virksomheder begynder at tænke stressforebyggende og sundhedsfremmende indsatser ind i et større perspektiv som en del af virksomhedens forretningsstrategi, for at opnå den størst mulige effekt.

Synliggørelse af virksomhedens forskellige indsatser i form af en sundhedsstrategi bør inddrage følgende områder:

- **Primære strategier:** Indsatser der har til formål at eliminere kilder til stress.
- **Sekundære strategier:** Indsatser der har til formål at styrke for at undgå konsekvenserne af stress.
- **Tertiære strategier:** Indsatser der har til formål at behandle stress.

Sundhedsstrategien skal være med til at skabe en **rød tråd** igennem organisationen, der sikrer det proaktive fokus, som virksomheden ønsker inden for stressforebyggelse, stresshåndtering, fysisk sundhed, sikkerhed, mental velvære og robusthed.

Med sundhedsstrategien som en del af virksomhedens forretningsstrategi inddrages medarbejderne med bidrag og medansvar, hvilket er en væsentlig forudsætning for at udvikle en attraktiv arbejdsplads med produktive medarbejdere, der performer uden at det fører til mistrivsel eller stress.

NORBYE hjælper virksomheder med at skabe overblik over stressforebyggende og sundhedsfremmende indsatser:

- ☒ Har I allerede en sundhedsstrategi, der trænger til et eftersyn?
- ☒ Ønsker I hjælp til udarbejdelsen af en ny sundhedsstrategi?
- ☒ Har I behov for sparring omkring stressforebyggelse, styrkelse af mental velvære & robusthed?

NORBYE arbejder sammen med virksomheder omkring styrkelse af mental velvære og robusthed i forbindelse med forebyggelse af stress. Tilbyder effektiv stressforebyggelse med primære, sekundære og tertiære indsatser rettet mod individ, team og overordnet organisatorisk niveau. Ring eller skriv og hør nærmere om, hvordan I som virksomhed kan være med til at udvikle og styrke jeres organisation.

Denne artikel er skrevet af

Marianne Norbye

NORBYE | Telefon: 6053 7060 | mail@norbye.dk | www.norbye.dk