

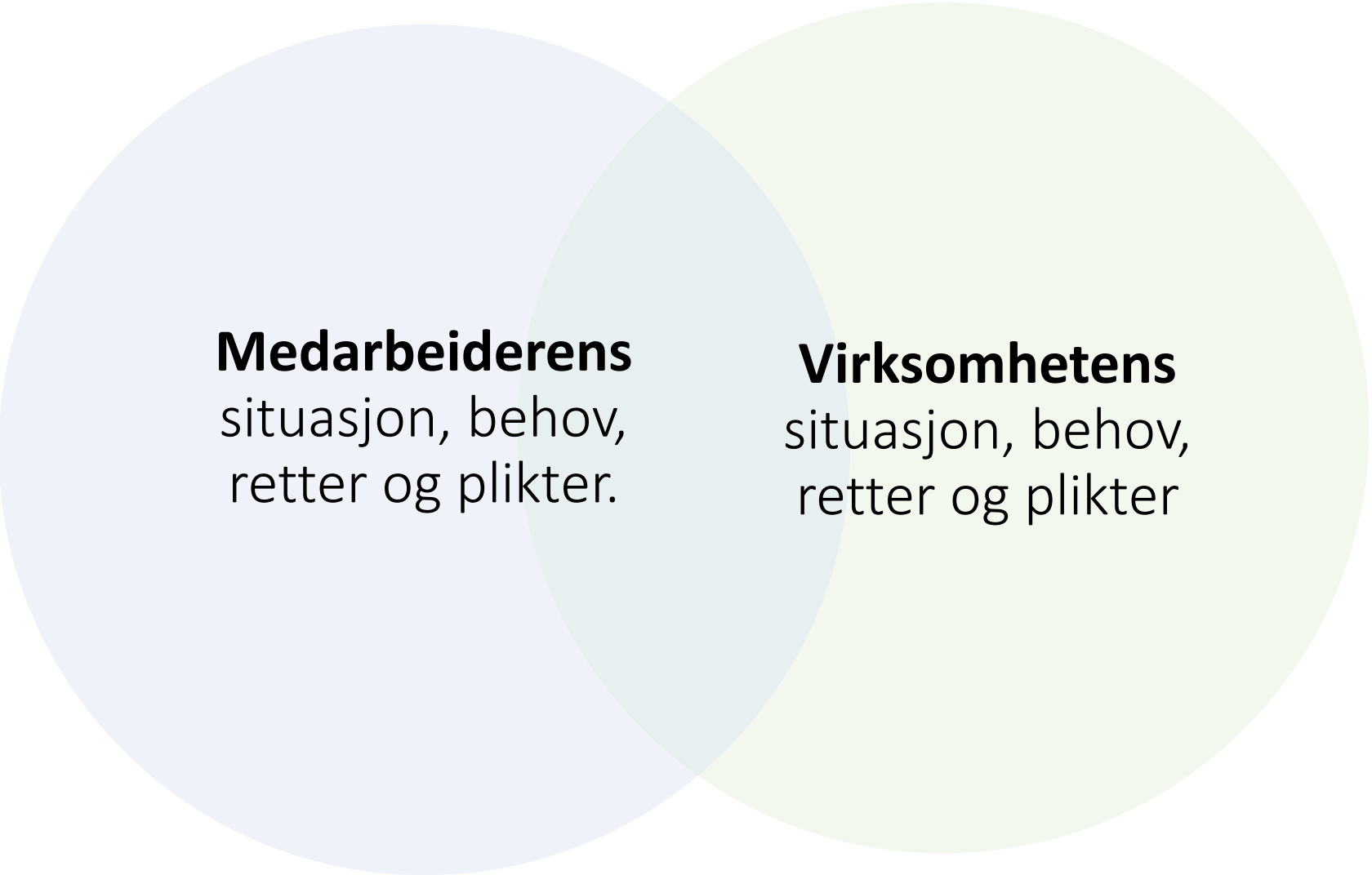
Tips til håndtering av langtidssykmeldte

IDÉBANKEN



Hva er **målet**?

- At den ansatte kommer tilbake i jobb..
 - .. i en eller annen stilling.
 - .. i en eller annen prosent.
- En best mulig løsning for begge parter.



Medarbeiderens
situasjon, behov,
retter og plikter.

Virksomhetens
situasjon, behov,
retter og plikter

Du som **leder** er en nøkkelperson

- Hva er dine holdninger?
- Hvordan snakker du om sykefravær?



Synliggjør dine holdninger til sykefravær



Er du som leder bevisst dine egne holdninger til sykefravær?

Dine holdninger er avgjørende for i hvilken grad du følger opp og hvordan du følger opp sykefravær. De vil også være med å prege kulturen på arbeidsplassen og å forebygge sykefravær.

Derfor er det viktig at du synliggjør holdningene dine for organisasjonen og at du setter deg mål for arbeidet.

[› Klikk her for å gå til artikkelen](#)

Bli trygg på regler og rutiner

- Dette må være på plass
- Du må være trygg på dem.
- Medarbeiderne må kjenne til dem.



Hvordan følge opp sykefravær hos oss?



Bli enige om felles rutiner for oppfølging av sykefravær. Her er forslag til workshop i din enhet.

Å velge å være aktiv før problemet oppstår, kan gi mange fordeler. Alle kan bli sykmeldt. Dermed er det helt naturlig at ansatte har en oppfatning om og vil medvirke i utformingen av rutiner og retningslinjer som skal benyttes hvis de blir sykmeldt.

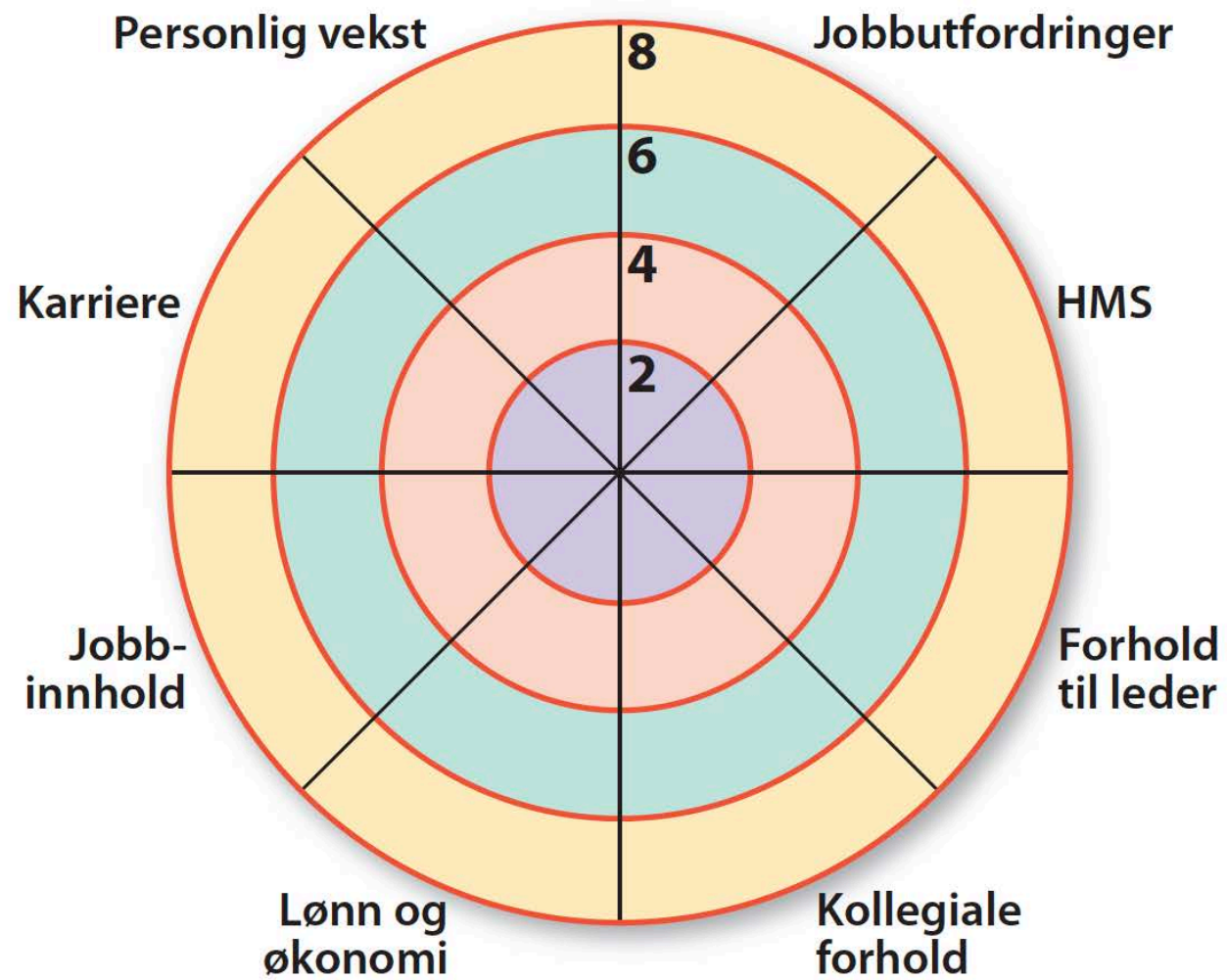
Det er også mye lettere for sykmeldte at prinsipielle diskusjoner blir gjennomført på generelt grunnlag, og ikke i den enkelte sykefraværssak.

[› Klikk her for å gå til artikkelen](#)

Ta samtalen(e) – det er viktig

- Lytt til hva medarbeideren har å si.
- Still åpne spørsmål.
- La medarbeideren komme med de gode forslagene; Hva tenker du?
- Bygg på motivasjon.

- Ikke fastslå.
- Ikke hopp rett på løsningene.



Tilrettelegg arbeidet – se muligheter

- Se etter muligheter og det som kan motivere.
- Sørg for et godt system for tilrettelegging.
 - Lag en oversikt over alternative arbeidsoppgaver.
 - Noe alle kjenner til, la de ansatte medvirke.
- Begynne med gradering?
- Ha fokus på arbeidsevne og ikke diagnose.
- Begrenset tidsperiode for tilrettelegging.



[› Klikk her for å bestille eller laste ned heftene](#)



Den vanskelige samtalen – en digital treningsarena for ledere i staten

"Den vanskelige samtalen" er en digital treningsarena for ledere i staten som byr på realistisk samtaletrening med ulike medarbeidere om gjenkjennelige utfordringer.

TIL KURSET

Den vanskelige samtalen – en digital treningsarena for ledere i staten



Gjennom samtalesimulering utforsker du hvordan det du sier og gjør påvirker samtalen. Treningen har til formål å gjøre deg tryggere på hvordan du kan ta tak når noe ikke fungerer, mer bevisst på hvorfor du ikke bør utsette slike samtaler og klar over hva som er ditt ansvar og handlingsrom som leder i staten. Øvelse gjør mester!

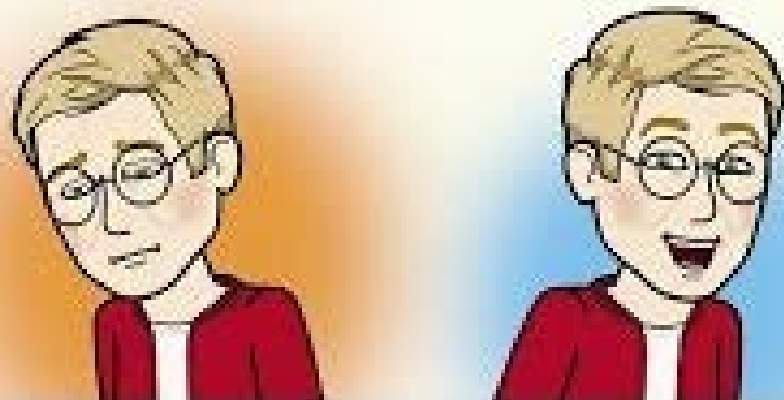
[› Klikk her for å gå til kurset](#)

Skap en god **arbeidskultur** og et godt **arbeidsmiljø**

Hva kommer den sykmeldte tilbake til?

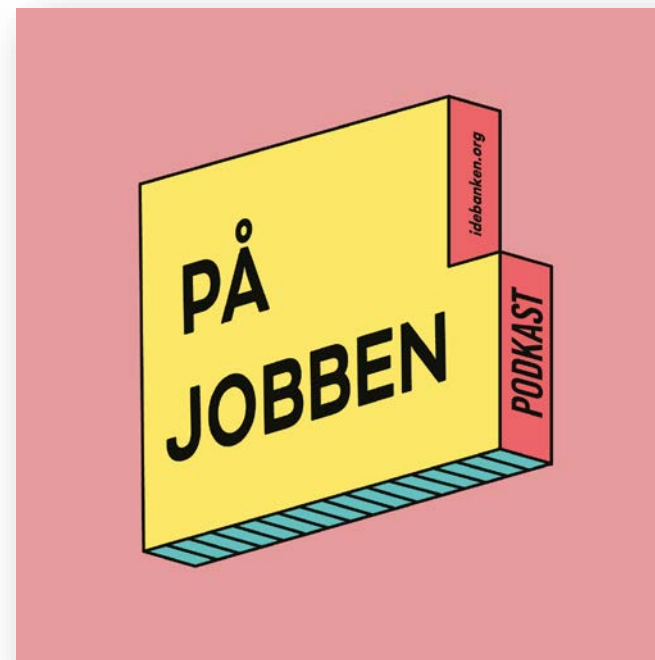
- En positiv og støttende arbeidskultur?
- En godt organisert arbeidsplass – godt arbeidsmiljø?
 - Er det noe med måten vi organiserer, planlegger og gjennomfører arbeidet vårt på som kan bli bedre?

Slik påvirker *jobben* din psykiske helse





[› Klikk her for å bestille eller laste ned heftet](#)



PODKAST: Hva gjør vi når noen sliter psykisk på jobben?

[› Klikk her for å gå til episoden](#)

Tips til **prosessen**

- Vær tålmodig.
- Ikke si deg ferdig når medarbeideren kommer tilbake. Det er en kritisk fase.
- Sett sykefravær på agendaen – på en positiv måte.

Virkemidler?

- Bruk gode hjelpere
- Når absolutt alt er prøvd ut:
 - › [NAV's tilskudd til ekspertbistand](#)

Kloke grep

Kloke grep på arbeidsplassen kan skape lavt sykefravær og godt arbeidsmiljø. På denne siden finner du tips til aktiviteter, tiltak, metoder og verktøy for et mer inkluderende arbeidsliv.

FILTRER INNHOLD TEMA KATEGORI

- | | | | |
|---|--|--|---|
| <input type="checkbox"/> Arbeidsmiljø | <input type="checkbox"/> Helsefremmende arbeidsplasser | <input type="checkbox"/> Lean | <input type="checkbox"/> Seniorpolitikk |
| <input type="checkbox"/> Den viktige samtalen | <input type="checkbox"/> Inkluderende arbeidsliv | <input type="checkbox"/> Mobbing | <input type="checkbox"/> Skift- og turnusarbeid |
| <input type="checkbox"/> Ergonomi | <input type="checkbox"/> Inkludering | <input type="checkbox"/> Nærvær | <input type="checkbox"/> Stress |
| <input type="checkbox"/> Gravid | <input type="checkbox"/> Konflikt | <input type="checkbox"/> Omstilling | <input checked="" type="checkbox"/> Sykefraværsarbeid |
| | | <input type="checkbox"/> Psykisk helse | <input type="checkbox"/> Tillitsvalgte rolle |

Oppdater innhold

AKTIVE FILTRE Sykefraværsarbeid

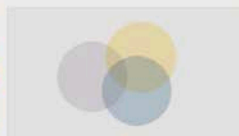
Nullstill



Hvordan få ned korttidsfraværet?

Dette verktøyet hjelper dere med å finne gode løsninger.

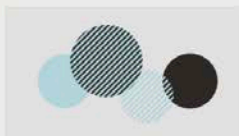
KLOKE GREP



Refleksjonsverktøy for nærvær og fravær

Ta opp temaer som tilrettelegging, psykisk helse, bruk av sosiale medier og balansen mellom jobb og fritid.

KLOKE GREP



Snakk om korttidsfravær - slik går dere frem

Prøv dette verktøyet.

KLOKE GREP



Enkel metode for å snakke om nærvær og fravær

Bruk denne metoden når dere vil jobbe med å øke nærværet og få et bedre arbeidsmiljø.

KLOKE GREP



Hvordan følge opp sykefravær hos oss?

Bli enige om felles rutiner for oppfølging av sykefravær. Her er forslag til workshop i din enhet.

KLOKE GREP



Synliggjør dine holdninger til sykefravær

Er du som leder bevisst dine egne holdninger til sykefravær?

KLOKE GREP



Sjekk kvaliteten på sykefraværsrutinene

God kvalitet i sykefraværsarbeidet



Fallgruver og muligheter i sykefraværssamtalen



Hvordan står det til med IA-arbeidet hos dere?

Her er sjekklisten.

KLOKE GREP

[Klikk her for å gå til «Kloke grep»](#)

Gjør så godt du kan!

- Ikke la det beste bli det godes fiende.
- Medarbeideren kommer raskere tilbake når arbeidsplassen legger til rette for det.
- Er du involverende og bidrar med konstruktiv tilrettelegging, ser alle at dette er en god arbeidsplass som tar vare på medarbeiderne!

Lykke til!

www.idebanken.org