

Mental sundhed - arbejdspapir til TRIN 3

Trin 3: Hvilken form skal jeres dokument have samt inspiration til indhold og det videre arbejde

Kig på eksemplerne herunder og find ud af, hvilken form der passer bedst til jer.

- > Hvilke fordele og ulemper har de forskellige former?

Politik om mental sundhed:

En politik benyttes, hvis man ønsker tydelige regler og konsekvenser for et givent område. En politik vil – i forenklet form - ofte indeholde:

- En definition af det område den er gældende for.
- Hvordan man kan efterleve reglerne i politikken.
- Hvilke konsekvenser har det, hvis man ikke efterlever regler?

Retningslinje om mental sundhed:

Retningslinjer omhandler oftest overordnede rammer, der er fastsat med afsæt i drøftelser i samarbejds- og/eller arbejdsmiljøorganisationen. Retningslinjer kan passe godt til mellemstore virksomheder, hvor lokale arbejdsmiljøgrupper vil forventes at udfylde rammerne ved at vedtage, hvad man lokalt gør i praksis.

Pejlemærker for mental sundhed:

Et pejlemærke er et fænomen eller forhold, som man bruger til at tage bestik af situationen med, eller med andre ord noget man arbejder hen imod at kunne efterleve. Pejlemærker passer bedst til en lille virksomhed.

Herunder er der inspiration til, hvilke punkter en mental sundhedspolitik *kan* indeholde:

- > Vores formål med politikken er ...
- > For os handler mental sundhed om ...
- > Forebyggelse af mentale sundhedsudfordringer er vigtig i forhold til fastholdelse af seniorer, fordi ...
- > Hvordan forbereder vi personaleledere på at håndtere mentale sundhedsudfordringer?
- > Vores procedure for håndtering af tilfælde med mentale sundhedsudfordringer er ...
- > Hvad gør vi i den akutte fase?



- > Hvordan kontakter vi medarbejderen?
- > Mulighed for ekstern hjælp: psykologisk rådgivning og lignende.
- > Hvordan arbejder vi på at forebygge mentale belastninger?

Aftal til sidst, hvem der arbejder videre med et udkast til en politik, hvornår udkastet skal være færdigt, og hvornår I mødes næste gang.

Når udkastet er færdigt, kan det være en god idé at tage en tur rundt til medarbejderne og præsentere dem for jeres arbejde og tal med dem om, hvad der er vigtigt for dem i forbindelse med mental sundhed. Tag medarbejdernes idéer alvorligt og inddrag disse i jeres arbejde ved at justere, hvor det giver mening, så medarbejderne kan se sig selv i det færdige produkt. Det kan være en måde at sikre opbakning til jeres politik, retningslinje eller pejlemærker om mental sundhed hos medarbejderne.

