



TILLITSBASERT OPPFØLGING ;

Hvordan skape tillit og aksept for å ha dialog om psykiske lidelser i arbeidslivet?



karabin

Om å være psykisk syk



Tillit må på plass først

«Hvordan har du det, **egentlig?**»

«Det ser ut som du har det litt tøft;
er det noe jeg kan gjøre?»

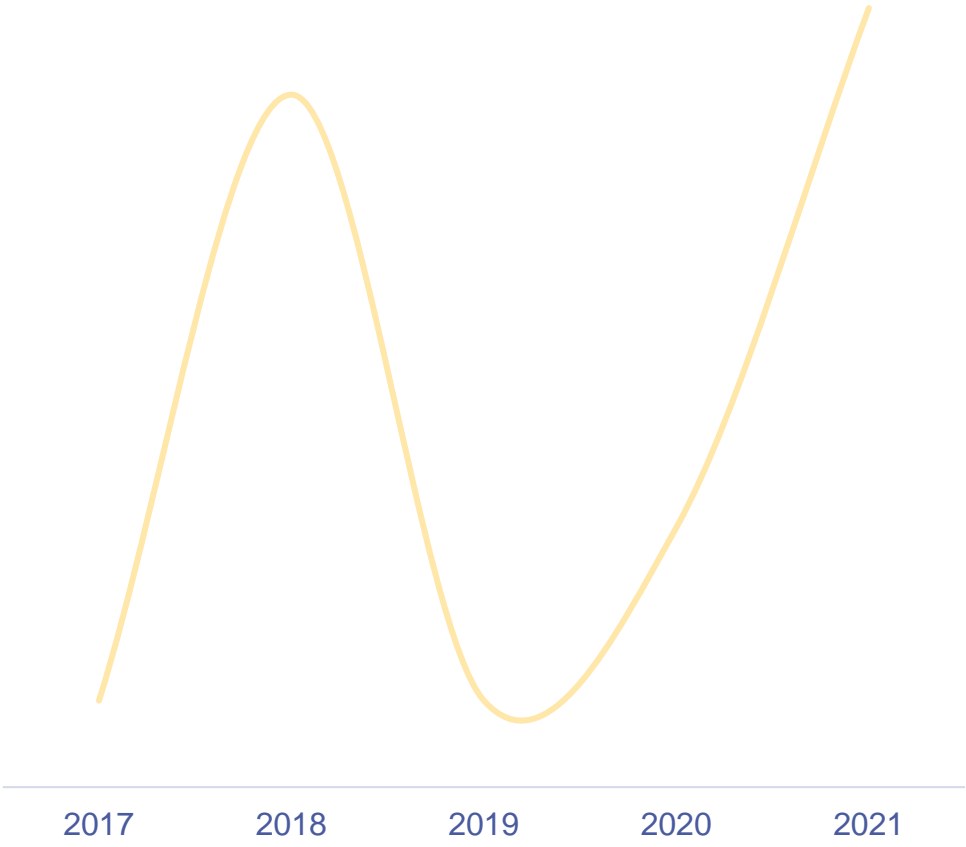
Tips til ledere:

- ✓ Still åpne spørsmål
- ✓ Tørr å spørre direkte
- ✓ Skap rom for å prate
- ✓ Gå foran som eksempel

Bevisstgjøring – hvilke ord bruker vi til hva?



Når markedet er «så bipolar..»



eller når været er «så schizofrent.. «



... da er det ikke så lett å si at jeg er psykisk syk



Hvordan følge opp?

- ✓ Husk at diagnoser er sekkebetegnelser
- ✓ Dialog om tilpasninger og hva den ansatte kan
- ✓ Inkluder i det sosiale; men ikke skap press
- ✓ Snakk om kriseplaner for jobbsituasjoner
- ✓ Husk at du er ikke psykologen

