



LUNDS
UNIVERSITET

Sektionen HR

Chefsstöd tidiga signaler om ohälsa

2019-07-16

Chefsstöd tidiga signaler om ohälsa

Lunds universitets rehabiliteringsprocess inleds redan när tidiga signaler om ohälsa uppkommer. Det är viktigt att du som chef agerar så tidigt som möjligt, det vill säga när du upptäcker någon slags beteendeförändring och att du då sätter in lämpliga stödåtgärder. Allt för att undvika att de anställda hamnar i långa rehabiliteringsprocesser.

Exempel på tidiga signaler kan vara att en anställd:

- har svårigheter att passa tider
- drar sig undan, blir tyst och inåtvänd
- presterar sämre
- uppvisar irritation, aggressivitet, oro, rastlöshet
- arbetar överambitiöst, negligerar värk
- har ett förändrat mönster i korttidsfrånvaron, exempelvis ofta borta fredag-måndag
- har upprepad korttidsfrånvaro
- tänjer på flextiden eller har ett högt flexsaldo

Det finns en mängd olika känslomässiga symptom som kan utgöra tidiga varningssignaler:

- Oro och ängslan
- Overklighetskänslor
- Koncentrationssvårigheter
- Glömska
- Osäkerhet

Det finns fysiska inslag som kan vara tecken på ohälsa:

- Hjärtklappning
- Yrsel
- Spända muskler
- Matsmältningsproblem
- Trötthet