

SÆRLIGE BRANCHEUDFORDRINGER

Alle brancher har sine særlige udfordringer omkring psykisk arbejdsmiljø. I de brancher, som ligger indenfor området service og tjenesteydelser, er der derfor også nogle særligt typiske belastninger, som det er vigtigt at være opmærksomme på, når man gennemfører en APV omkring det psykiske arbejdsmiljø.

De nedenstående belastninger er ikke typiske i alle brancher på området. Men se på listen og tænk nøje over, om noget af det nedenstående kendetegner arbejdet i din branche eller på din arbejdsplads. Hvis det gør, så vil det være relevant at sikre, at jeres APV forholder sig til det område, for at høre medarbejderne, om det opleves som en belastning for dem.

Alenearbejde

Det kan være i hel bogstavelig forstand, at man er alene ude på en arbejdsopgave, alene i bygningen eller alene på vagten. Selv om man har kontakt med de mennesker, man arbejder for, har man måske sjældent kontakt med andre kolleger eller ledere på arbejdspladsen. Man kan f.eks. sidde i et kontrolrum langt væk fra andre eller arbejde med rengøring om natten på hver sin etage.

Det er forskelligt fra person til person, om man oplever dette som en belastning. Foregår alenearbejdet om natten eller tidligt om morgenen, kan det være svært at tilkalde hjælp. Dette kan øge den psykiske belastning. Det kan også være vanskeligt at få hjælp til arbejdsopgaverne, hvis man arbejder alene. Herudover kan det være svært at få indflydelse på arbejdspladsen. Der kan forekomme alenearbejde ved arbejde i bl.a. rengøringsbranchen, vagtbranchen og for ejendomsfunktionærer.

Arbejdspres

Hvis der opstår et misforhold mellem mængden af opgaver, og den tid man har til rådighed til at løse dem, kan det skabe et højt arbejdspress. I kortere perioder kan dette være en overkommelig udfordring. Oplever man omvendt et konstant højt arbejdspress gennem længere tid, kan dette føre til stress. Det hjælper, hvis man har indflydelse på sit arbejde og har ressourcer til at imødekomme kravene. Det er også en stor fordel, at kravene er klare og entydige, således at man ved, hvornår man har udført opgaven tilfredsstillende. Arbejdspres kan forekomme i alle erhverv, men i nogle brancher kan det være en særlig stor udfordring at regulere arbejdspresset, fordi der sker hyppige ændringer, som er vanskelige at forudsige og planlægge sig ud af.

Ensidigt gentaget arbejde (EGA)

Det kaldes ensidigt gentaget arbejde når ensartede arbejdsbevægelser gentages mange gange som en væsentlig del af det daglige arbejde. Foruden de fysiske belastninger det kan give at arbejde ensidigt, kan det også påvirke medarbejderne psykisk. Fx i sammenhæng med at det giver høje krav

til koncentration og opmærksomhed, lavt jobindhold, højt tempo, tidspres samt mangel på social kontakt med kolleger mv. EGA kan forekomme indenfor bl.a vaskerier, renserier og i køkkener.

Monotont arbejde

Monotont arbejde kan f.eks. dreje sig om, at medarbejderen skal koncentrere sig om få og simple ting i lang tid. Det kan eksempelvis bestå i, at medarbejderen det meste af sin arbejdstid har til opgave at overvåge og korrigere en proces eller holde øje med f.eks. et butikscenter. I stille perioder hvor politiet overvåger detentionen, eller hvor man i en bunker afventer, at fly skal gå i luften, kan arbejdet være monotont og ensformigt, hvis der ikke er andre opgaver, der skal løses.

Monotont arbejde kan være psykisk belastende fordi høje opmærksomhedskrav og ringe variation i arbejdet kan medføre en oplevelse af unormal træthed. Hvis dette står på over længere tid, forringes det psykiske helbred, man bliver lettere irriteret, kan blive præget af angst eller få depressive træk. Monotont arbejde forekommer indenfor bl.a politi, vagt og militær.

Skiftende arbejdstider/ nattearbejde

Hvis man arbejder om aftenen, om natten eller tidligt om morgenen, kan det være svært at fastholde døgnrytmen, især søvnrytmen. Det kan have betydning for, hvordan kroppen fungerer og for det mentale og psykiske helbred.

Skiftarbejde betragtes som en potentiel stressfaktor. Næsten alle skiftarbejdere oplever på et tidspunkt symptomer på for lidt søvn med f.eks. almen utilpashed og hovedpine. Men skiftarbejdere klager også oftere over, at de er mere irritable, rastløse, triste, angste og nervøse. Forekommer for medarbejdere indenfor bl.a. politiet, militæret, fængsler, diskoteker, rengøring og vagter.

Fysisk og psykisk vold eller trusler om vold

Ved fysisk vold er der tale om f.eks. slag, spark, bid, kvælningsforsøg eller knivstik. Der kan også være tale om, at medarbejderen bliver involveret i voldsomme hændelser, f.eks. i forbindelse med et røveri eller slagsmål. Psykisk vold omfatter episoder, hvor de ansatte bliver udsat for mundtlige trusler, krænkelser, truende adfærd, ydmygelse eller lignende. Begge typer af vold kan være rettet direkte mod den ansatte, eller indirekte hvor den ansattes familie, venner eller andre nærstående bliver genstand for vold eller trusler om vold.

Både fysisk og psykisk vold kan skabe følelsesmæssige reaktioner som vrede, skyldsfølelse, irritabilitet, dårlig selvtillid eller angst. Der kan også optræde ændret opmærksomhed, koncentrationsbesvær og hukommelsesbesvær. Vold eller trusler om vold forekommer for medarbejdere ved bl.a. politi, dørmænd, ejendomsfunktionærer og fængsler.

Følelsesmæssige krav

Det vil tit være sådan, at høje følelsesmæssige krav er et vilkår, når man arbejder med mennesker. Især hvis der er tale om mennesker med store problemer eller mennesker i særligt vanskelige situationer. Det er fx tilfældet for bedemænd, som er nødt til at kunne håndtere afdøde personer og tackle pårørende i dyb sorg eller for ansatte i fængsler, som dagligt skal kunne håndtere de indsatte problemer.

arbejdsmiljø på branchernes egne sider her på APV-portalen. Gå via **APVportalens forside** ind til hver enkelt branche og læs faktaark om psykisk arbejdsmiljø. (portalen er endnu ikke fuldt udbygget, men opdateres løbende med nye brancher)

Læs mere om særlige brancheudfordringer

Værktøjskasse: Overvågningsarbejde og monotoni

Værktøjskasse: Voldsomme oplevelser og chokerende begivenheder

Værktøjskasse: Alenearbejde

Pjece: Vold og trusler om vold i restaurationsbranchen