

FAKTA OM PSYKISK ARBEJDSMILJØ OG STRESS

Arbejds miljøforholdet og kravene

En sund arbejdsplads er et sted, hvor man trives og udvikler sig. Et godt psykisk arbejdsmiljø er medvirkende til dette. Ved problemer, er det vigtigt at huske på, at det psykiske arbejdsmiljø på arbejdet ikke er den enkeltes problem. Det er et fælles ansvar på arbejdspladsen at tage fat på problemer, der skyldes forhold ved selve arbejdet. Forhold vedrørende psykisk arbejdsmiljø bør typisk behandles af ledelse og medarbejdere i fællesskab, fx i arbejdsmiljøorganisationen og samarbejdsorganisationen, da disse oftest har kompetence på hvert sit delområde i forhold til trivsel og psykisk arbejdsmiljø.



Det at arbejde som fængselsfunktionær giver en stor grad af glæde og tilfredshed, men også store udfordringer. Stor arbejdsmængde og tidspress pga. af høj belægning, konflikter mellem de indsatte og ansatte, forskellige typer af indsatte, der spænder fra psykiske syge til stærke fanger, gør sammen med trusler om vold, at bægret kan flyde over og ende med arbejdsbetinget stress, herunder også PTSD (posttraumatisk stresslidelse) blandt de ansatte.

Arbejdsbetinget stress ses også, hvor der stilles modsatrettede (konfliktfyldte) eller uklare krav til arbejdet. Det er heller ikke godt, hvis man ikke kan få hjælp og støtte fra kolleger og ledelse, eller hvis man ikke har tilstrækkelig indflydelse på eget arbejde.

Arbejde, som er psykisk belastende, kan medføre sygdomme, som er stressrelaterede. Dette er ofte tilfældet, hvis det belastende arbejde står på over længere tid. Der er en overhyppighed af hjerte-kar sygdomme blandt fængselsfunktionærer i forhold til andre lønmodtagere.

Det er vigtigt, at der er det rigtige forhold mellem de krav, der stilles til medarbejderne og de ressourcer, medarbejderne har til rådighed for at kunne leve op til kravene.

Psykisk arbejdsmiljø skal indgå i arbejdspladsvurderingen, og påvirkninger, der forårsager skadelig stress, skal forebygges.

Gode råd om tiltag og løsninger

- Anvend denne APV Portals særlige side om APV og det psykiske arbejdsmiljø ([link](#)).
- Forsøg at planlægge, så tidspress undgås.
- Udarbejd præcise jobbeskrivelser, så opgaven er klart afgrænset.

- Tilrettelæg arbejdet, så der er mulighed for hjælp og støtte.
- I arresterne har man jævnligt problemer med at skulle håndtere indsatte, som man ikke kender, og som kan være psykisk syge. Det er vigtigt, at fængselsfunktionærerne har kendskab til de mest almindeligt forekommende symptomer på psykisk sygdom, og at de har mulighed for at få hjælp til at håndtere opgaverne omkring denne type indsatte, hvis de er i tvivl om, hvordan de skal forholde sig.
- Undgå uvished og usikkerhed ved at alle ansatte får relevante og vigtige informationer på det rette tidspunkt.
- Inddrag og hør medarbejdere i forbindelse med tilrettelæggelsen af arbejdet.
- Formindsk så vidt muligt al overflødig dokumentation for opgaver.
- Følg op på de vedtagne regler, så medarbejderne er klar over, hvad de skal gøre i de forskellige situationer, der opstår i en vagt.
- Uddan nøglepersoner til at holde øje med kolleger, der ikke trives, at tage problemer mellem medarbejdere op, at medvirke som mægler i konflikter eller medvirke til at skaffe ekstern hjælp til løsning af problemerne.
- Læs de øvrige faktablade på denne side vedrørende emnerne indenfor det psykiske arbejdsmiljø. Hent ideer her til arbejde med særlige fokusområder.
- Kortlæg det psykiske arbejdsmiljø i APV'en.
- Anvend evt. spørgeskemaer fra Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø (NFA) til mere dybdegående undersøgelser.

Læs mere i BFA service - turismes udgivelser: "En værktøjskasse om forebyggelse af PTSD i Kriminalforsorgen", "En værktøjskasse om stress og stresshåndtering", "Sundhed for de uniformerede medarbejdere i Kriminalforsorgen" og "Sundhedsprofil for det uniformerede personale i Kriminalforsorgen, og i Arbejdstilsynets "Spørgeguide til politi, fængsel, vagtselskaber mv."

Gode links:

- Denne APV Portal - Psykisk arbejdsmiljø i APV-processen
- www.bfa-service.dk: "En værktøjskasse om forebyggelse af PTSD i Kriminalforsorgen", "En værktøjskasse om stress og stresshåndtering", "Sundhed for de uniformerede medarbejdere i Kriminalforsorgen" og "Sundhedsprofil for det uniformerede personale i Kriminalforsorgen"
- Videnscenter for arbejdsmiljø's hjemmeside: (www.arbejdsmiljoviden.dk)