

Samtalsövning SVEN

Instruktion till "Svens chef"

Du har noterat att Sven, en av dina medarbetare under de senaste sju månaderna, har väldigt många frånvarotillfällen. Sjukfrånvaron ligger på 1-3 dagar vid varje tillfälle.

Hans kollegor har signalerat till dig att Sven är trött och kan "försvinna bort i egna tankar". När de frågar hur han mår, säger han bara: "Det är bara bra, jag är bara lite trött för att jag sov dåligt i natt". De tycker inte att de når honom i samtalen. Några arbetskamrater tycker inte att Sven gör det han ska på en arbetsdag. Sven kan bli butter och säger till sina arbetskamrater att: "De ska fan inte lägga sig hans liv!"

När du själv, som chef, pratat med Sven så klagar han ofta på ryggvärk och allmänt ont i kroppen. När du erbjudit kontakt med sjukgymnast på företagshälsan tycker han bara att "så skit hjälper inte mig". Du har tänkt att då har du ju i alla fall frågat om han vill ha hjälp.

Nu har du åter noterat återkommande sjukfrånvaro och känner att du måste prata med Sven. Du är lite orolig för hur han ska reagera, för Sven är inte den smidigaste att prata med och hjälp via företagshälsan har han ju redan avböjt en gång.

Innan samtalet börjar du fundera på vad som kan bekymra Sven. Kan det vara en smärtproblematik? Sven är också känd för att "inte spotta i flaskan" och du undrar om det kan vara en alkoholrelaterad sjukfrånvaro? Eller något helt annat... som du inte tänkt på?

Du har nu ringt till Sven och bjudit in honom till ditt kontor, för att du vill "prata lite med honom".

Ditt uppdrag är att ta reda på varför Sven har återkommande korttidsfrånvaro samt tillsammans komma fram till hur ni ska hantera det som gör att han är frånvarande från jobbet. Du vill inte ge upp samtalet förrän du kommit fram till kärnan.

När ni är klara med ert samtal ska du tillsammans med Sven dokumentera samtalet skriftligt i form av några korta punkter.

Samtalsövning SVEN

Instruktion till "Sven"

Du har haft mycket korttidsfrånvaro under flera månader bakåt i tiden. Din chef har uppmärksammat detta och sökt dig för att samtala kring det.

Du är sträv i kontakten. Du vill inte alls sitta med din chef på hens kontor, för det känns bara som det ska snokas i saker som hen inte har ett dugg med att göra. Chefen har tidigare tjafsat om att du ska till företagshälsan med din onda rygg, men det har du absolut ingen lust till. Du sköter dig själv! Och ska det hållas på så här, då kan det lika gärna kvitta. Troligen, tänker du, så är det dina arbetskamrater som skvallrat för chefen. De har säkert hittat på en massa saker som inte stämmer. Tänk att man bara inte kan få vara ifred! Du upplever att du sköter ditt jobb och annat har inte arbetsgivaren med att göra.

Vad chefen inte vet är att din frånvaro handlar om att din sambo har blivit sjuk. För åtta månader sedan drabbades hen av en svår cancerform. Till en början lät allt positivt från sjukvårdens sida. Behandling skulle sättas in och prognosen var god. De två senaste månaderna har läget förvärrats och man kan inte längre se att sambon ska överleva. Du känner dig själv mycket orolig och nedstämd samtidigt som du ska vara den starka i förhållandet. Du orkar inte med att de på jobbet ska veta, för då ska det pratas om det där också. Nej, varför ska man berätta om sitt privatliv? Du känner dig tillräckligt stressad av att hantera situationen utan att behöva prata om det med din chef också.

Samtalsövning EVA

Instruktion till "Evas chef"

Ditt uppdrag som chef innebär att du inte har möjlighet att ha daglig kontakt med dina medarbetare. Du har nu fått signaler från din arbetsgrupp att Eva förändrat sitt beteende. Hon glömmer saker som ska göras, blir lätt arg och drar sig undan. Eva är annars känd som en noggrann, ansvarstagande och mycket social arbetskamrat.

Hennes kollegor menar att detta pågått under nästan ett halvår. De har försökt prata med Eva. Samtidigt som de oroar sig för Evas mående har de också tröttnat på att hon inte fungerar på jobbet. Arbetskamraterna tror att Evas förändring beror på situationen i hennes hemmiljö. Hon har en utflyttad son som lever med drogrelaterad problematik.

Du känner att du måste prata med Eva och därför ringer du till henne och ber henne komma till ditt arbetsrum idag. Själv tänker du att du behöver prata om både vad arbetskamraterna upplever men att du också måste föra på tal att jobbet inte fungerar som det ska. Du känner dig inte särskilt orolig. Eva är ju i grunden en social och pratsam person som du upplever att du har en fin kontakt med. Om Eva ändå reagerar starkt på det du säger (blir arg/ledsen) så måste du kunna ta emot det. Kanske blir Eva lättad över att du tar upp det?

Ditt syfte med mötet är att ta reda på hur Eva har det. Kanske finns det något du kan hjälpa till med? Ni har en företagshälsa som erbjuder samtalskontakt, kan det vara något för Eva? Du tänker att du ska försöka få med Eva till företagshälsan på ett inledande/kartläggande samtal för att utreda eventuella behov av insatser.

När ni är klara med ert samtal ska du tillsammans med Eva dokumentera samtalet skriftligt i form av några korta punkter.

Samtalsövning EVA

Instruktion till "Eva"

Din chef har ringt dig och vill att ni ska ses på hans kontor. Du känner dig lite orolig. Undrar om du gjort något fel på jobbet? Du tänker mycket på vad mötet kan komma att handla om och känner dig väldigt spänd.

Vad än chefen kommer att säga så tänker du hålla "god min". Du har svårt att prata med "överordnade", du har respekt för dem på ett sätt som gör att du inte känner dig bekväm och naturlig.

Under samtalet känner du dig till en början påhoppad av det chefen säger. Du blir upprörd och känner dig orättvist behandlad. Du glömmer dina rädslor för chefer och blir arg. Du undrar vem av dina kollegor som har skvallrat. Du återkommer till det under hela samtalet: "vem har sagt det här?", "Tänk att man inte ens kan lite på sina arbetskamrater!", "Jag gör minsann vad jag ska på jobbet, de andra är minsann inget bättre. De tar rast och dricker kaffe hela tiden!". Du håller absolut inte med om vad chefen säger och känner dig kränkt av att det är just du som ska sitta så här och bli anklagad.

Efter en stunds samtal så börjar du mjukna. Kanske finns det en chans att få hjälp med det som egentligen tynger dig: du har för 10 år sedan förlorat ett barn. Ett kärleksbarn, som du och din partner fick då barnets storebror var 9 år. När nu den äldste sonen har missbruksproblem så är din största rädsla att du ska förlora ett barn till. Ingen på jobbet vet om barnet som dog och du själv vill inte prata om sonen som har missbruksproblem. Du känner dig som en dålig förälder och bär på en skuld som känns nästintill orimlig att hantera.

I slutet av samtalet så öppnar du dig inför din chef och börjar kommunicera.

Samtalsövning MARGARETHA

Instruktion till "Margarethas chef"

Du är chef i kommunal verksamhet. Du sitter nära din personal och har möjlighet att träffa hela arbetsgruppen varje dag. Det är 10 personer som arbetar i gruppen, åtta män och två kvinnor.

I din arbetsgrupp jobbar Margaretha. Det är en plikttrogen och ambitiös medarbetare. Hon är en sådan där medarbetare som är otroligt värdefull. Ställer alltid upp. Fixar och grejar så att saker och ting blir gjorda, dessutom i rätt tid.

Margaretha kommer först på morgonen och är oftast den som släcker lampan över skrivbordet sist av alla. Hon tar gärna över andras arbetsuppgifter och säger ofta "inga problem, det fixar jag". I korridorerna småspringer hon och verkar alltid ha bråttom till något. Detta retar sig kollegorna på och känner en egen press. Man hör dem sarkastiskt säga "Ja, det där kan väl Margaretha göra, hon som är så himla duktig". Samtidigt som de tycker det, så är Margaretha en väldigt bra kollega att ha, henne kan man alltid lita på om det kniper och hon gör det de själva inte vill eller hinner med.

Du som chef har ändå börjat reagera på att Margaretha verkar så stressad. Glömmer saker och har även kommit för sent till jobbet några gånger. Du har sett henne komma ut från toaletten med rödgråtna ögon. När du frågade hur det står till svarade hon bara lite forcerat att hon fick ett hårstrå i ögat och att det är så typiskt henne att vara så klantig.

Oavsett om inte Margaretha själv märker hur hon stressar, så börjar du bli ordentligt orolig för om detta verkligen kan vara hållbart. Du känner att du verkligen måste prata med henne. Så du ber henne kika in till dig en sen eftermiddag när alla andra gått för dagen.

Samtalet inleds med att du berättar vad du sett och att du känner en oro för det. Du vill höra hur Margaretha ser på det. Om hon håller med eller känner annorlunda. Ditt syfte är att ni gemensamt ska finna en arbetsituation som är hållbar. Du vill för allt i världen inte att hon ska bli sjukskriven, du vet ju hur mycket hon betyder för organisationen. Vill hon, så är du också beredd att kontakta företagshälsan för att hon ska få stöd.

När ni är klara med ert samtal ska du tillsammans med Margaretha dokumentera samtalet skriftligt i form av några korta punkter.

Samtalsövning MARGARETHA

Instruktion till "Margaretha"

Du har blivit ombedd av din chef att kika in till hen precis i samma ögonblick som du ska gå för dagen. Du känner dig stressad för du ska hem till dina föräldrar och hjälpa till att flytta en hylla. Efter det har du lovat att åka hem till din ensamstående kompis och passa barnen, för hen ska få åka och handla i lugn och ro. Dina egna barn får klara sig ensamma en stund och det går bra, för maten fixade du igår kväll så de kan värma den i mikron.

Vad är det nu vi ska prata om, tänker du? Du som har så bråttom. Du började ju ändå jobba klockan sju i morse, just för att kunna gå hem före klockan sex. Du har fler saker i livet än jobbet! Faktiskt. Det känns som att vad du än gör så är aldrig alla riktigt nöjda. Du tänker att det måste vara något fel på mig. Tänk om chefen ska säga att du inte klarar av jobbet? Att du missat något? Du upplever det som att du verkligen försöker ditt allra bästa, varför duger aldrig det? Du får aldrig höra att chefen är nöjd, och nu ska väl det motsatta sägas.

Tyngd och stressad kliver du, med ett påklistrat leende på läpparna, in på chefens kontor. Du är beredd på det värsta.