

# Kender I trivslen på jeres arbejdsplads?

- Trivsel på arbejdspladsen er en digital måling til at fastholde en høj trivsel og forebygge stress

# Vil I øge trivslen på jeres arbejdsplads?

Flere og flere organisationer arbejder strategisk med at øge trivslen og forebygge stress og hermed nedbringe sygefraværet. Det gavner arbejdsglæden, motivationen, innovationen, fastholdelsen og ja, bundlinjen i sidste ende.

Stress er dog en voksende udfordring. Ifølge Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø føler de fleste voksne danskere sig stressede en gang i mellem.

Inden for en periode på to uger vil cirka 14 procent faktisk føle sig stressede ofte eller hele tiden, og cirka to ud tre af dem angiver arbejdet som en vigtig kilde til stress.

## TRIVSEL OG RISIKO FOR STRESS I ÉN MÅLING

AS3 har udviklet det digitale værktøj 'Trivsel på arbejdspladsen', som giver virksomheder og organisationer mulighed for at måle både trivslen og risikoen for stress på arbejdspladsen.

Målingen bygger på 15 spørgsmål, der spørger ind til fire områder: mening i arbejdet, ledelse og samarbejde, organisationens værdier samt rytme i arbejdslivet.

Der findes allerede en række målinger på området, men som det eneste måler dette værktøj både medarbejdernes trivsel og stressrisiko i den samme måling.

## FØLG UDVIKLINGEN OVER TID

Det giver mulighed for at arbejde både fokuseret og forebyggende, da I med hyppige målinger kan følge udviklingen over tid og dermed løbende justere indsatsen.

Det giver et langt mere reelt billede af trivslen frem for at måle en enkelt gang om året, som mange virksomheder gør i dag.

## I får en måling der:

- giver overblik over trivslen og risikoen for stress for den enkelte medarbejder, afdelingen og organisationen
- nemt, hurtigt og med få spørgsmål støtter op om at fastholde en god trivsel samt forebygge stress
- øger muligheden for konstruktive dialoger om udfordringer i dagligdagen og former en kultur, der fokuserer på handling og opfølgning
- skaber rum til at udvikle en arbejdsplads, hvor medarbejderne kan præstere, mens stress og sygefravær mindskes
- gør, at I kommer tættere på jeres medarbejdere.

# Alt dette får I



## Trivselsmåling

I får en online anonym måling, der angiver jeres medarbejders risiko for stress og scorer deres trivsel. Målingen gennemføres løbende med 4-8 ugers interval og tager få minutter at besvare.



## Ledersparring

I får telefonisk sparring til ledere, der ønsker en samtale med en uvildig ledelsesrådgiver. Rådgiveren kan give konkrete anvisninger til dialogen mellem leder og medarbejder om stress og trivsel.



## Portal til medarbejdere

Alle, der deltager i målingen, får ubegrænset online adgang til inspirationsmateriale med konkrete anbefalinger i forhold til at øge trivslen og reducere stress.



## Kommunikation

I får et komplet kommunikationsoplæg til jeres organisation og medarbejdere, inklusiv e-mailtekster.



## Trivselsrådgiver

Medarbejdere med øget risiko for stress får telefonisk adgang til samtaler med en uddannet trivselsrådgiver, som kan rådgive om konkrete initiativer.



## Rapport

Efter hver måling får I en rapport på afdelings- og organisationsniveau, som blandt andet indeholder en trivselscore, risikoen for stress og et benchmark.



## Træning af ledere

Vi klæder jeres ledere på til at gå i dialog med jeres medarbejdere om trivsel og stress. Vi gennemfører en workshop før første måling og tilbyder online træning for ledere. Der kan tilkøbes yderligere workshops efter behov.



## Trivselsinitiativer

Vi gennemgår rapporten med jer og drøfter mulige initiativer for at reducere risikoen for stress og for at øge eller fastholde trivslen.




#### **VI SKRÆDDERSYER FORLØBET TIL JER**

Selve forløbet begynder med et møde, hvor vi afstemmer forventninger, så I får et forløb, der passer til netop jeres behov.

Prisen for målingen - og de medfølgende ydelser - er 180 kroner om året per medarbejder, der indgår i målingen. Derudover er der en engangsudgift på 15.000 kroner, som dækker opstart, planlægning og en indledende workshop for ledere.

#### **EKSTRAYDELSER EFTER BEHOV**

Derudover er der mulighed for støtte i form af rådgivning eller workshops til berørte medarbejdere, samt en række lederworkshops, der uddanner lederne til arbejdet med trivsel og stress i netop jeres organisation.



*“Med målingen har vi for alvor fået sat trivsel på dagsordenen. Tidligere målte vi kun trivslen én gang om året, men det var ikke nok til at fange dårlig trivsel i opløbet. Det kan vi nu med hyppigere målinger.*

*Derudover har målingen den styrke, at den fokuserer på arbejdsrelateret trivsel. Den giver os nogle reelle data, så vi kan sætte ind med forskellige forebyggende initiativer netop på baggrund af målingens resultater.”*

**Lene Boe, HR Manager, Ammeraal Beltech**

- virksomheden er blandt verdens førende udviklere og producenter af transportbånd til industrien

## AS3 Transition

København  
Fanøgade 15  
2100 København Ø  
Telefon: 82 10 00 20

Aarhus  
Hasselager Centervej 35  
8260 Viby J  
Telefon: 82 10 00 20

E-mail: [info@as3transition.dk](mailto:info@as3transition.dk)

[www.as3transition.dk](http://www.as3transition.dk)  
[blog.as3transition.dk](http://blog.as3transition.dk)

