Arbetsplatsdialog AD‐A – metodstöd för arbetsgivare vid ohälsa och sjukfrånvaro

Vid tidiga tecken på ohälsa eller nedsatt arbetsförmåga använder sig vår arbetsplats av metoden AD‐A. Syftet är att underlätta dialogen mellan dig och din chef, för att konkret kunna anpassa ditt arbete på bästa sätt. Målet är att främja din hälsa för att förhindra sjukskrivning eller för att du ska komma åter i arbete. AD‐A innebär att din chef leder ett så kallat dialogsamtal tillsammans med dig där hen undersöker din arbetssituation utifrån en strukturerad frågeguide (se nästa sida) med stöd av en pedagogisk modell (se nedan). Dialogsamtalet leder fram till en skriftlig plan för hur arbetet ska anpassas.

Inför dialogsamtalet kan du förbereda dig genom att läsa igenom och begrunda och besvara frågorna

i frågeguiden på nästa sida.



Pedagogisk modell som används vid dialogsamtalet.

FRÅGEGUIDE AD-A

**A. Frågor relaterade till arbetet**

**1. Vilka tankar/förväntningar/farhågor har du inför detta samtal/att börja arbeta igen eller inför**

 **att öka arbetstiden?**

**Skattning Medarbetare:** Klicka här för att ange text.
**Skattning Chef** (Besvaras inte)

**Kommentar:** Klicka här för att ange text.

**2. I vilken utsträckning anser du att dina besvär/din sjukskrivning är orsakad av förhållanden på**

 **ditt arbete?** Kan du beskriva vilka förhållanden?

**Skattning Medarbetare Skattning Chef**

[ ]  Helt [ ]  Helt

[ ]  Delvis [ ]  Delvis

[ ]  Inte alls [ ]  Inte alls

**Kommentar:** Klicka här för att ange text.

 **3. Kan du beskriva vilket stöd du upplever på arbetet**

– från mig som chef?

– från dina kollegor?

**Skattning Medarbetare:** Klicka här för att ange text.

**Skattning Chef** (Besvaras inte)

**Kommentar:** Klicka här för att ange text.

**4. I vilken utsträckning upplever du balans i arbetet (krav/resurser, tydlighet i arbetsinnehåll,**

 **återhämtning)?** Kan du beskriva balansen och obalansen?

**Skattning Medarbetare Skattning Chef**

[ ]  Helt [ ]  Helt

[ ]  Delvis [ ]  Delvis

[ ]  Inte alls [ ]  Inte alls

**Kommentar:** Klicka här för att ange text.

**5. Vilka arbetsuppgifter kan du idag utföra utan större hinder?**

**Skattning Medarbetare:** Klicka här för att ange text.

**Skattning Chef:** Klicka här för att ange text.

**Kommentar:** Klicka här för att ange text.

**6. Vilka arbetsuppgifter har du idag svårt att utföra eller undviker att göra på grund av dina besvär?**

**Skattning Medarbetare:** Klicka här för att ange text.

**Skattning Chef:** Klicka här för att ange text.

**Kommentar:** Klicka här för att ange text.

**7. Vilka är dina egna förslag på anpassning av arbete eller för återgång i arbete?**

**Skattning Medarbetare:** Klicka här för att ange text.

**Skattning Chef:** Klicka här för att ange text.

**Kommentar:** Klicka här för att ange text.

**B. Frågor relaterade till omgivningen**

**8. I vilken utsträckning anser du att dina besvär/din sjukskrivning är orsakad av förhållanden**

 **utanför ditt arbete?** Vill du beskriva vilka förhållanden?

**Skattning Medarbetare Skattning Chef**

[ ]  Helt [ ]  Helt

[ ]  Delvis [ ]  Delvis

[ ]  Inte alls [ ]  Inte alls

**Kommentar:** Klicka här för att ange text.

**9. Vilka levnadsvanor har du idag som kan främja din hälsa (fysisk aktivitet, matvanor,**

 **återhämtning)?** Hur kan jag som chef ge dig stöd?

**Skattning Medarbetare:** Klicka här för att ange text.

**Skattning Chef** (Besvaras inte)

**Kommentar:** Klicka här för att ange text.

**10. Har du levnadsvanor som kan försämra din hälsa i fritid och arbete (tobak, alkohol, spel, fysisk**

 **aktivitet, matvanor, återhämtning)?** Hur kan jag som chef ge dig stöd?

**Skattning Medarbetare:** Klicka här för att ange text.

**Skattning Chef** (Besvaras inte)

**Kommentar:** Klicka här för att ange text.

**11. I vilken utsträckning upplever du balans i livet (passiv/aktiv återhämtning, sömn)?**

 **Skattning Medarbetare:**

[ ]  Helt

[ ]  Delvis

[ ]  Inte alls

**Skattning Chef** (Besvaras inte)

**Kommentar:** Klicka här för att ange text.

**12. Hur har du det i dina nära relationer – känner du dig trygg?**

 **Skattning Medarbetare:**

[ ]  Helt

[ ]  Delvis

[ ]  Inte alls

**Skattning Chef** (Besvaras inte)

**Kommentar:** Klicka här för att ange text.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Underskrift chef Underskrift medarbetare