

Inventarisatie checklist werkdruk werkgevers

Checklist werkdruk werkgever

Stress signaleren

Stresssignalen op werknemer- of teamniveau:

Veranderingen in communicatie:

- werknemers zijn minder open in hun communicatie
- gejaagd en/of geïrriteerd gedrag
- er ontstaan conflicten

Veranderingen in besluitvormingsprocessen:

- beslissingen worden te snel en niet doordacht genomen
- er wordt te lang gewacht met het nemen van beslissingen
- er worden geen beslissingen genomen

Veranderingen in opstelling naar collega:

- werknemers tonen minder dan voorheen interesse in collega's
- men heeft nauwelijks nog aandacht voor de problemen van collega's
- men gaat bepaalde collega's ontlopen
- tolerantie naar collega's neemt af

Veranderingen in prestaties:

- het werktempo wordt lager
- er wordt beduidend minder gepresteerd dan vroeger
- minder aanpassingsvermogen: problemen lijken groter dan voorheen
- de werknemer komt frequent om hulp vragen

Veranderingen in gewoonten:

- duidelijke veranderingen ten aanzien van eten, drinken of roken
- duidelijke veranderingen ten aanzien van lichamelijke verzorging en kleding

Veranderingen in verzuim of ziektegedrag:

- men komt vaker te laat of helemaal niet op afspraken
- men meldt zich vaker voor kortere periodes ziek
- vage lichamelijke klachten, hoofdpijn, maagpijn, rugpijn, vermoeidheid
- frequent klaaggedrag
- gespannen uiterlijk: opgetrokken schouders, minder oogcontact

Stresssignalen op afdelingsniveau:

'vechtgedrag':

- fouten worden gebruikt om mensen afstraffingen te geven
- de werknemers hebben geen geduld meer voor elkaar, ze luisteren slecht naar elkaar
- ideeën worden van tafel geveegd nog voordat iemand is uitgesproken
- werknemers verwijten elkaar 'er niks van te begrijpen'
- werknemers horen alleen flarden of fragmenten van wat een ander te zeggen heeft

'vluchtgedrag':

- er doen maar weinig mensen mee aan discussies
- werknemers komen vaak te laat of zijn geregeld afwezig
- er worden overhaaste beslissingen genomen, of beslissingen worden juist voortdurend uitgesteld
- werknemers werken afzonderlijk, niet als een groep
- er wordt niet gepraat over problemen die andere werknemers ook hebben
- hoge mate van niet voor jezelf opkomen (subassertiviteit) en passiviteit: men laat de leider de beslissingen nemen