

Samtaleguide ved sykefravær

Guiden er en anbefalt måte å gjennomføre en samtale ved sykefravær. Med spørsmålene i guiden kan dere

- få en felles forståelse for situasjonen
- utforske hva som gir mestring
- finne ut hvordan dere kan tilpasse arbeidshverdagen
- planlegge videre dialog og oppfølging

Hvorfor bruke guiden?

Mange ledere og ansatte er usikre på samtaler ved sykefravær. Guiden gjør det enklere for dere begge å gjennomføre samtaler.

Spørsmålene på neste side hjelper dere til å finne løsninger som kan få deg som er sykmeldt tilbake i arbeid på en god måte.

Du som leder har plikt til å tilrettelegge arbeidet. Du som ansatt har plikt til å opplyse om hva du kan gjøre til tross for plagene, og medvirke til å finne og prøve ut løsninger. Guiden hjelper dere til å overholde disse pliktene.

Hvordan bruke guiden?

Samtaleguiden inneholder spørsmål dere bør snakke om i samtalen. Spørsmålene handler om hvordan dere kan tilrettelegge arbeidshverdagen.

Lytt til hverandre og finn løsninger sammen.

Etter samtalen fyller dere ut oppfølgingsplanen og avtaler videre kontakt.

Lykke til med oppfølgingen!

Idébanken

– vi gjør det enklere å forebygge og følge opp sykefravær

Spørsmål i samtalen

Om situasjonen

Hvordan har du det? Fortell hvordan du opplever situasjonen nå

Ut ifra det, hvor lenge tror du fraværet vil vare?

Hvordan var arbeidssituasjonen før du ble sykmeldt?

Mestring

Hva opplever du at du mestrer godt på jobb?

Hva gir deg motivasjon og energi i arbeidshverdagen?

Tilpassing

Hvordan kan vi tilpasse arbeidshverdagen slik at du får brukt det du er god på?

Er det oppgaver eller situasjoner på jobb du er usikker på?

Er det begrensninger vi bør ta hensyn til?

Har du erfaringer med å komme tilbake etter en utfordring fra før? Hva hjalp deg da?

Oppfølging

Hva kan være et godt første steg nå? Hva skal til for at du kan være litt mer på jobb?

Hva trenger du fra meg som leder? Hvordan kan jeg best mulig støtte deg nå?

Hvordan skal vi følge opp og ha dialog videre?

Hva kan vi si til kollegene, og hvem av oss skal dele det?

Oppsummering

Hva er vi enige om?

Hvordan var denne samtalen for deg?

Når skal vi ha neste samtale?

Si din mening om samtaleguiden

Skann QR-koden, og si din mening og kom med forslag til forbedringer.

