

## Infotische werkgever: (H)erkennen van psychische moeilijkheden

### ***Hoe kan je als leidinggevende psychische moeilijkheden (h)erkennen en bespreekbaar maken?***

Als leidinggevende is het belangrijk om zo dicht mogelijk bij je medewerkers te staan en signalen zo snel mogelijk op te vangen, indien er zich moeilijkheden voordoen. We bieden je een checklist van een aantal zichtbare en minder zichtbare klachten of beter gezegd, signalen. De signalen kunnen zich bevinden op niveau van de organisatie, op niveau van het team en op niveau van het individu. Ga voor jezelf eens na bij wie je de informatie hierover kan bekomen en in welke mate deze aanwezig zijn in jouw organisatie/team.

- **Op niveau van de organisatie**

Topics	Concrete gedragingen/cijfers	Wie?	Aanwezig of niet?
Daling van algemeen welzijn	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Meer arbeidsongevallen</li> <li>• Hogere verloop cijfers</li> <li>• Middelengebruik</li> <li>• Minder bereidheid voor activiteiten buiten het werk</li> <li>• Diefstal/vandalisme</li> </ul>		
Daling van de motivatie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lagere KPI's</li> <li>• Hogere absentie cijfer (vooral frequent kortdurende absentie)</li> <li>• Minder gepresteerde uren</li> </ul>		
Grote mate van stress	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verzoeken tot formele psychosociale interventie</li> <li>• Hoog absentie cijfer (vooral langdurig absentie)</li> <li>• Meer of juist minder gepresteerde uren</li> </ul>		
Aanwezigheid van ongewenst gedrag	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verzoeken tot informele psychosociale interventie</li> <li>• Verzoeken tot formele psychosociale interventie</li> <li>• Gemelde situaties in register der feiten</li> <li>• Hoog absentie cijfer (eerder langdurig)</li> <li>• Gespannen, vijandige sfeer</li> </ul>		

- Op niveau van het team

Topics	Concrete gedragingen/cijfers	Wie?	Herkenbaar of niet?
Verminderd welzijn/psychosociale moeilijkheden	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Minder aangename sfeer</li> <li>• Minder motivatie en enthousiasme</li> <li>• Meer geroddel</li> <li>• Plannen om een andere job te zoeken</li> <li>• Meer gezondheidsproblemen</li> <li>• Schuldgevoel</li> <li>• Conflicten/ongewenst gedrag</li> <li>• Minder werken (sneller naar huis) of juist meer werken</li> <li>• Minder goede KPI's of meer fouten (dalende performantie)</li> </ul>	LG	

- Op niveau van de werknemers

Topics	Concrete gedragingen/cijfers	Wie?	Herkenbaar of niet?
Op vlak van gedrag	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Snel(ler) uitvliegen</li> <li>• Zich isoleren</li> <li>• Meer middelengebruik zoals alcohol, roken</li> <li>• Meer fouten maken</li> <li>• Snel(ler) klagen</li> <li>• Negatief zijn</li> <li>• Zuchten</li> <li>• Zeuren</li> <li>• Langer op het werk blijven</li> <li>• Harder zijn/haar best doen om te presteren of dingen te onthouden (bv. door het gebruik van post-its of herinneringen)</li> </ul>	LG, collega's en MW zelf	
Op vlak van psychische klachten	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Geagiteerd zijn</li> <li>• Angstig zijn</li> <li>• Gefrustreerd zijn</li> <li>• Veel piekeren (al dan niet over het werk)</li> <li>• Concentratieproblemen</li> </ul>	LG, collega's en MW zelf	
Op vlak van fysieke klachten	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hoofdpijn</li> <li>• Spierpijn</li> <li>• Maagpijn</li> <li>• Nekpijn</li> <li>• Vermoeid zijn</li> </ul>	LG, collega's en MW zelf	

Wanneer deze signalen niet of te laat opgemerkt worden en dus klachten niet snel genoeg aangepakt worden, kunnen ze leiden tot psychische problemen bij individuele medewerkers.

### Tool

Burn-out en depressie

In de tool vind je meer informatie over de definitie van een depressie en een burn-out. Hoewel de klachten van beide problemen overeenstemmen met elkaar, zijn er immers grote verschillen op te tekenen tussen de twee.