

# Indsatstrappen

## Udvikling og fastholdelse af trivsel



Søg hjælp og behandling

Vurdering af behandlingsbehov

Opsøg din leder, læge

Tag hånd om konflikter

Forslag til mestringsstrategier

Strategier til at håndtere pres i gruppen

Debriefing

Debriefing - Undervisningsmateriale

Strategier til at håndtere, det at komme tilbage efter nedlukning

Støttende samtaler - Guide

Kontakt kriseberedskabet (lokalt/fælles)

Buddy-ordning - Kort fortalt

Mentale strategier - Film

Strategier til at håndtere pres

Almindelige reaktioner i en usikker og utryk tid

Strategier til ledelse af medarbejdere under pres

Guide til arbejdet med scoring af »trivsel og arbejdsevne - Værktøj

Arbejds miljørepræsentantens rolle og opgaver

Timeout

Samarbejdet på kontorarbejdspladser under COVID-19

Vurdering af trivsel og arbejdsevne

Defusing

Defusing - Undervisningsmateriale

- Behandling og/eller uarbejdsdygtig/ syg
- Håndtering og/eller overbelastet
- Forebyggende og/eller påvirket
- Fremmende og/eller arbejdsklar

Læs mere og find materialerne på [www.krisehandtering.rm.dk](http://www.krisehandtering.rm.dk)

Klik på tekst med streg under, for at se materialet.