

# Forbered dig til omsorgssamtalen – det BETALER sig!

**Omsorg**  
Indkaldelse til samtale  
**Mistrivsel Sygdom**  
**Problemer**



i-bar.dk

## Kære tillidsvalgte

Måske har du som tillidsrepræsentant eller arbejdsmiljørepræsentant bemærket en kollega, der ændrer adfærd på arbejdspladsen, mistrives eller er ramt af længerevarende sygdom.

Måske oplever du, at vedkommende kunne have brug for at snakke med sin leder.

Måske er vedkommende blevet indkaldt til en omsorgssamtale hos sin leder.

Lederen forbereder sig til sådan en samtale. Og det er en rigtig god idé, hvis medarbejderen også gør det.

I-BAR har lavet en lille lommebog med gode råd til, hvordan medarbejderen kan forberede sig til en omsorgssamtale.

Giv den til din kollega!

Tidlig, ærlig og åben dialog er det bedste redskab til at fastholde medarbejdere i jobbet, når der er noget på spil.



**i-bar.dk**

*”Jeg blev nødt til at sige det, som det nu en gang var. Min chef havde jo ikke en chance for at forstå det, hvis jeg ikke lagde kortene på bordet. Jeg var rædselsslagen, for jeg plejer at kunne klare det hele – og lidt til. Men sikke en lettelse. Jeg er her jo endnu!”*

Medarbejder med svær depression

**Psst: I-BAR har også lavet en pjece til dig, der er tillidsrepræsentant eller arbejdsmiljørepræsentant, hvor du får gode råd og redskaber til, hvordan du kan hjælpe en kollega med at forberede sig til omsorgssamtalen. Brug den!**