

# TRIVSEL PÅ ARBEJDSPLADSEN

DET TALER VI NATURLIGVIS OM ...



DIALOG  
OM  
TRIVSEL

# BEDRE TRIVSEL MINDRE STRESS STØRRE ARBEJDSGLÆDE

Stress og mistrivsel er en af de helt store udfordringer for mange virksomheder, og det er bestemt ikke blevet nemmere med tiden.

Vi effektiviserer som aldrig før og stiler samtidig mod et ideal, hvor alle er engagerede og har det godt. Som samfund assimilerer vi kulturen og prioriterer nu i stigende grad oplevelser, intensitet og engagement, og dette i en sådan grad, at vi af og til mister fokus på trivsel.

Trivsel har betydning for den enkelte medarbejders arbejdsglæde og arbejdsmiljøet generelt og kan i sidste ende aflæses på virksomhedens bundlinje.

De mange forandringer betyder at betingelserne for trivsel hurtigt ændrer sig - og der er brug for en lige så hurtigt indsigt i trivselsniveauet med klare indikationer på indsatsområder, der kan følges op på med det samme.

**LØBENDE TRIVSELSMÅLINGER ER EN STOR DEL AF LØSNINGEN,  
DEN ANDEN ER DIALOG.**

“

Når vi taler om trivsel er der brug for en hurtigt indsats - og sjældent giver den årlige trivselsmåling et retvisende billede af trivslen her og nu, endside værktøjer til at italesætte og skabe den fornødne dialog, der optimerer trivslen, mindsker stress og skaber et sundt arbejdsmiljø.

Jeg har udviklet GoDOT for at imødekomme behovet for et trivselsværktøj, som med det samme kan spotte og italesætte trængende indsatsområder i virksomheden.

Trivsel - det taler vi naturligvis om



Erhvervspsykolog Hans-Jørgen Andersen



# DET BEDSTE KAN BLIVE VIRKELIG GODT

Og der skal faktisk ikke så meget til, når blot vi gør det rigtige.

Oplevelsen af trivsel og de elementer som der skal til at for sikre den bedst mulige performance, har ikke ændret sig i mange årtier. Det har arbejdspladserne til gengæld.

Nutidens arbejdspladser har udviklet en stigende effektivitet med tiltagende fleksibilitet, hurtige forandringer og tilpasninger. Dette betyder naturligvis også, at oplevelsen af trivsel er udfordret, da håndteringen af de optimale omstændigheder for god trivsel ikke altid er fulgt med.

Tidligere har vi opfattet oplevelsen af trivsel som værende relativ stabil. Den årlige trivsels-måling sammen med relevante input til trivselsfremme medførte den nødvendige arbejdsro. Men det må ikke glemmes at oplevelsen af trivsel er en relativ flygtig størrelse, som ved forstyrrelse hurtig kan ændre status.

Uanset udviklingens behov for fleksibilitet og parathed, så skal medarbejderen stadig have en oplevelse af at have indflydelse, at arbejdet giver mening, at der er sikkerhed og forudsigelighed, samtidig med at den enkelte føler sig tilpas udfordret - og i dette oplever personlig støtte fra såvel leder som kolleger.

Derfor er der brug for at trivsel ikke blot er et emne, som vi taler om i ny og næ, men derimod et konstant og 'ongoing' projekt, som har fingeren på pulsen og reagerer med det samme.



# HVORDAN STÅR DET EGENTLIG TIL?

## FÅ SVAR PÅ DINE SPØRGSMÅL

Trives dine medarbejdere?  
Er nogle afdelinger mere udfordret end andre?

Det, og meget andet kan du måle og få svar på med GoDOT

## GoDOT - NEMT OG ENKELT

GoDot er et webbaseret trivsels- og måleværktøj.

Det er nemt at oprette en måling og invitere medarbejdere til at deltage via email adresse eller mobil nr.

## BLIV KLOGERE PÅ BLOT 10 MINUTTER

Det tager kun 10 minutter at teste, indlæse og opnå et let læseligt resultat baseret på dine medarbejders besvarelser.

## FØLG UDVIKLINGEN

Ved efterfølgende tests, viser GoDot, hvor godt det er lykkedes jer at skabe forandring

I kan følge udviklingen overordnet i virksomheden og sammenligne trivslen i de enkelte afdelinger og over tid.

## STÆRK ANALYSE

Punkt for punkt viser GoDot udfordringerne og giver et præcist overblik over indsatsområder.

Og så er I klar til dialog.



## GoDOT - LIGE VED HÅNDEN

For medarbejderne tager det blot 2 minutter at gennemføre en test, uanset om de sidder på kontoret eller er på farten

# GoDOT

Måling, resultat og dialog i en proces



I får ubegrænset adgang online anonyme målinger, der giver et hurtigt overblik over trivslen i virksomheden og de enkelte afdelinger, samt indblik i konkrete indsatsområder.



I får indføring i analyse og lærer at forstå målingernes resultat. Vælg en afdeling og se dens forandring over tid, eller vælg at se afdelingen i sammenligning med andre. Hvilken afdeling klarer sig bedst, har størst enighed, udvikler sig godt og ikke mindst; på hvilke punkter.



Med GoDOT er der lagt op til dialog. I får et kommunikationsoplæg og indføring i den gode dialog, der faciliterer forandring – bedre trivsel, større arbejdsglæde og et bedre arbejdsmiljø.



I får en workshop før første måling, hvor vi klæder jeres ledere på til at gå i dialog med medarbejderne om trivsel, holdninger og handlinger, som har betydning for et frugtbar udbytte af målingerne.



I får en gennemgang og analyse af jeres resultater efter 10-15 målinger med henblik på at spotte udviklingsområder for jeres fortsatte arbejde med GoDOT.

# TRIVSEL EN FORUDSÆTNING FOR EN GOD BUNDLINJE

Medarbejdere, der trives er langt mere produktive, mere innovative, bliver længere tid i virksomheden og har færre sygedage.

Trivsel er en investering - og ikke en udgift.

## PRIS

Ved brug af GoDOT, betaler I en engangsudgift, som dækker opstart og 1. års anvendelse, og derefter en årlig leje baseret på virksomhedens størrelse.

## PRISEKSEMPLER:

<b>VIRKSOMHED</b> 10 medarbejdere
Opstart: 15.000 DKK
Leje efterfølgende år: 5.000 DKK
Mdl. investering pr. medarbejder: 58 DKK

<b>VIRKSOMHED</b> 90 medarbejdere
Opstart: 90.000 DKK
Leje efterfølgende år: 30.000 DKK
Mdl. investering pr. medarbejder: 39 DKK

**TRIVSEL I VIRKSOMHEDEN**  
BEGYNDER MED DIALOG

 42 90 90 07

# LANGT MERE END RÅDGIVNING

Med GoDOT får I meget mere...

Stresslæge.dk er både en konsulent virksomhed og en behandlingsgivende organisation og netop derfor ved vi, hvad der skal til for at skabe et sundt og godt arbejdsmiljø og hvad der skal gøres, når der er udfordringer eller det allerede er gået galt.

Det giver os et godt udgangspunkt for at tale om trivsel.

The logo consists of a large, solid green circle. Inside this circle, the text "GO DOT" is written in a white, sans-serif font. "GO" is positioned above "DOT". The background of the entire page is white with a pattern of various-sized, semi-transparent green circles scattered across it.

GO  
DOT



# | DIALOG OM TRIVSEL



**STRESSLÆGE.DK**  
- aldrig mere stress igen

**STRESSLÆGE.DK**

Farum Hovedgade 54

3520 Farum

Telefon: 42 90 90 07

[business.stresslaege.dk/godot](https://business.stresslaege.dk/godot)

Email: [info@stresslaege.dk](mailto:info@stresslaege.dk)