Nyudviklet app hjælper rengøringsvirksomhed med at opdage tegn på stress blandt 150 ledere

**Forenede Service har taget en nyudviklet app i brug, som skal medvirke til at opdage tegn på stress.**

Er du vågnet frisk og udhvilet? Har du følt dig glad og i godt humør i dag?

Sådan lyder to eksempler på fem simple spørgsmål, som ledergruppen i Forenede Service en til to gange om måneden helt automatisk bliver præsenteret for på deres smartphone.

Virksomhedens cirka 150 ledere fordelt over hele landet har nemlig siden januar haft en særlig app installeret på deres smartphone, som skal hjælpe med at opdage indikationer på stress. Howdy, hedder app’en, som er udviklet af Psykiatrifonden i samarbejde med ”Worklife Barometer”, der er en dansk virksomhed med speciale i forebyggelse af stress. Og app’en virker helt efter hensigten, forklarer regionsdirektør i Forenede Service Jens Nielsen, der har været projektleder i forhold til at indføre app’en blandt lederne:

”Vi overvejede, om, hvorvidt vi mon ikke kunne blive bedre til at opdage stress på et tidligt tidspunkt og samtidig måle det typiske og generelle stressniveau hos vores ledere,” forklarer Jens Nielsen og uddyber:

”Alle mennesker kan jo i perioder opleve stress, uden at det behøver at blive problematisk, men det vil jo være gavnligt for både medarbejderne og arbejdsgiveren, hvis man kan nå at håndtere stressen i de tidlige faser, før det udvikler sig til blandt andet sygemeldinger,” siger han.

**Tester app’en året ud**
App’en stiller spørgsmålene baseret på WHO’s særlige trivselsindex, der fokuserer på blandt andet søvn, humør og motivation. Hvis medarbejderen, der svarer på spørgsmålene via app’en, viser tegn på mistrivsel bliver personen telefonisk kontaktet af en psykolog tilkoblet Psykiatrifonden, der i en anonym samtale med medarbejderen afdækker årsagen og omfanget af den dårlige trivsel. Efterfølgende lægges der i fællesskab en handlingsplan. Alle data er således anonyme, og en gang om måneden modtager Forenede Service’s ledelse en rapport, der viser tilstanden og udviklingen i de enkelte afdelinger. Det giver blandt andet mulighed for at indgå i dialog med afdelingsledere, hvor der er tegn på dårlig trivsel.

”Jeg ved positivt, at minimum tre ledere i den periode er blevet hjulpet af psykologsamtalerne. De har fortalt mig, at psykologerne er grebet ind i rette tid, før stressen eventuelt udviklede sig til sygemeldinger,” forklarer Jens Nielsen og oplyser, at Forenede Service tester app’en året ud, hvorefter værdien og effekten af den evalueres, og der kigges på, om hvorvidt app’en skal udbredes til alle medarbejdere i virksomheden.