



# Früherkennung - Anzeichen von Belastungen

Stand vom 20. Februar 2023

Wenn Sie Veränderungen oder Auffälligkeiten im gewohnten Verhalten (Arbeitsleistung, Sozialverhalten, Gesundheit, ...) Ihrer Mitarbeitenden im Arbeitsalltag feststellen, kann das ein Hinweis darauf sein, dass sich Ihre Mitarbeiterin/ Ihr Mitarbeiter in einer belastenden Situation befindet und Unterstützung braucht.

## Was ist zu tun?

Beobachten Sie die Veränderung im Verhalten über ca. 4 Wochen.

Suchen Sie das Gespräch mit Ihrer Mitarbeiterin/ Ihrem Mitarbeiter und sprechen Sie Ihre Wahrnehmung an.

Füllen Sie das Formular Unterstützungsgespräch aus

Folgen Sie dem Prozess Früherkennung und Umgang mit Kurzabsenzen.

**Gesundheitsgespräche können jederzeit unabhängig davon geführt werden, ob die Kriterien für die Durchführung der Gespräche bereits erfüllt sind oder nicht.**

## Beispiele Früherkennungssignale:

### Arbeitsleistung- und verhalten

- Reduzierte Leistungsfähigkeit, Leistungsschwankungen
- Sinkende Arbeitsproduktivität
- Konzentrationsprobleme
- Erhöhte Fehlerquote
- Mangelhafte Arbeitsqualität
- Unzuverlässigkeit, Unpünktlichkeit, Vergesslichkeit
- Desorganisation
- Geringeres berufliches Engagement und Motivation
- Häufige Kurzabsenzen/viele Abwesenheiten wie später kommen, früher gehen
- ...

### Sozialverhalten

- Vermeidung von sozialen Kontakten
- Rückzug im Team
- Vermehrt Gereiztheit, Ungeduld, Frustration
- Übermässiges sich glücklich geben (unangebrachtes Lachen, ständiges Grinsen)
- Zunahme von Konflikten mit Vorgesetzten und Mitarbeitenden
- ...

### Gesundheit - körperliche Erscheinung

- Vermehrt Anzeichen von körperlichen Krankheiten (Kopf-, Rückenschmerzen, Schlafstörungen etc.)
- Niedergeschlagenheit, Müdigkeit
- Ungepflegtes Auftreten
- Starke Gewichtszu- oder abnahme
- ...