

Kritisk støtte



Håndtering av død og sorg på arbeidsplassen

Følelser av tristhet er normale etter at en du er glad i dør. Og alle opplever sorg forskjellig. Som leder er det viktig å vite hvordan vi kan støtte teammedlemmer i tilfelle de har mistet noen de er glad i.

Ta disse grepene for å hjelpe en etterlatt medarbeider

- **Anerkjenne.** Bekreft dødsfallet umiddelbart med en lapp eller blomster sendt fra ledelsen. Send en klar og enkel melding om støtte til den sørgende personen og til andre ansatte for å hjelpe dem med å takle hendelsen.
- **Spørre.** Det kan være nyttig å spørre hvordan det etterlatte medlemmet har det og deretter lytte til deres svar.
- **Være åpen.** Oppretthold en «åpen dør»-policy med teamet ditt.
- **Tilby fleksibilitet,** hvis mulig. Å gi en viss fleksibilitet i arbeidstid, eller avspasering, kan hjelpe arbeideren med å takle de kombinerte stressfaktorene arbeid og sorg.
- **Vurder å delta på en gudstjeneste.** Dersom det blir en åpen gravferd, kan du eller en annen arbeidsplassrepresentant møte og formidle selskapets kondolanser på det tidspunktet. Sørg kun for å delta med uttrykkelig tillatelse fra det etterlatte teammedlemmet.
- **Vær tålmodig.** Å være tålmodig og forstå at sorgprosessen tar tid, og at medarbeideren ikke raskt vil «komme ut av det», vil også hjelpe.
- **Tilby ressurser.** Gi informasjon om etterlattetjenester. (Se avsnittet nedenfor. Del informasjon om sorgstøtte.)

Håndtere tapet av en medarbeider

I tilfelle et teammedlems død, her er noen ekstra trinn å ta samt ting å vurdere.

- Respekter konfidensialiteten til personlig eller medisinsk informasjon med mindre tillatelse er gitt til å dele den med andre. Sørg for å finne ut hva som kan deles og hva som er konfidensielt.
- Forvent at produktiviteten kan være litt redusert en tid.
- Hvis oppgaver må omfordeles, takk teammedlemmer som kan ta på seg ekstra arbeid eller ansvar.
- Vær tilgjengelig for å lytte. Forvent at teammedlemmer kan trenge å snakke om tapet flere ganger, særlig på spesielle datoer.
- Del informasjon for å finne ytterligere støtte.

Del informasjon om sorgstøtte

Vis teammedlemmer og familiemedlemmer hvordan de finner informasjon, ressurser og støtte, hvis de har opplevd tap. Gjennom EAP-tjenester kan teammedlemmer få veiledning gjennom prosessen. Ressurser kan bidra til å lette noe av byrden i denne vanskelige tiden.

- **Planlegging av begravelse.** Teammedlemmer og familiemedlemmer kan ringe for å snakke med en spesialist for å få hjelp til å planlegge en begravelse - fra valg av begravelsesbyrå til kremasjonstjenester eller hjelp med veteranfordeler og mer.
- **Økonomisk hjelp.** Å planlegge en begravelse kan være følelsesmessig prøvende, og det kan også være økonomisk tyngende. EAP kan hjelpe med henvisninger til finansielle tjenester, inkludert et gratis første besøk hos en finansiell rådgiver.
- **Støttegrupper.** EAP kan koble teammedlemmer med alternativer for over-telefon og personlige støttegrupper for å hjelpe med sorgrådgivning. For å komme i gang kan de ringe EAP-programmet.

Sorgstøttetjenester gjennom EAP er tilgjengelig 24/7 uten kostnad. All informasjon er konfidensiell og tilgjengelig for deg og dine dekkede familiemedlemmer. For mer informasjon om dine spesifikke fordeler, ta kontakt med kontoadministratoren din.

Planlegger en minnestund etter tapet av en medarbeider

Tradisjonen med å sørge sammen og holde en begravelse eller minnestund kan hjelpe folk å takle det. Her er et par forslag som kan hjelpe:

- Vurder å arrangere en måte for teammedlemmer å dele historier, minner og følelser.
- Tenk på personlige måter ansatte kan minnes en ansatt på. Som eksempler kan de prøve å tenne et lys, plante blomster eller lage en minnedagbok.
- Du kan også planlegge et minnesmerke, feiring eller annen gudstjeneste for å minnes en medarbeider.



Dette programmet bør ikke brukes til nød- eller akutte omsorgsbehov. I en nødsituasjon, ring 911 hvis du er i USA eller det lokale nødnummeret hvis du er utenfor USA, eller oppsøk nærmeste legevakt. Dette programmet er ikke en erstatning for en lege eller profesjonell omsorg. På grunn av muligheten for en interessekonflikt, vil det ikke bli gitt juridisk konsultasjon om spørsmål som kan innebære rettslige skritt mot Optum eller dets tilknyttede selskaper, eller noen enhet der den som ringer mottar disse tjenestene direkte eller indirekte (f.eks. arbeidsgiver eller helseplan). Dette programmet og alle dets komponenter, spesielt tjenester til familiemedlemmer under 16 år, er kanskje ikke tilgjengelig alle steder og kan endres uten forvarsel. Erfaring og/eller utdanningsnivå for ressurser i hjelpeprogrammet for ansatte kan variere basert på kontraktskrav eller landforskriftsmessige krav. Unntak og begrensninger for dekning kan gjelde.

© 2023 Optum, Inc. Alle rettigheter forbeholdt. Optum® er et registrert varemerke for Optum, Inc. i USA og andre jurisdiksjoner. Alle andre merke- eller produktnavn er varemerker eller registrerte merker som tilhører deres respektive eiere. Optum er en arbeidsgiver som engasjerer seg for like muligheter.