



Introductie 'Werken zonder Stress'

Zoals in veel bedrijfstakken, komt ook in de Installatie- en Isolatiebranche (ArboTechniek-branchen) stress voor.

Stress op het werk kan ontstaan door het ervaren van:

- Te hoge werkdruk;
- Agressie en Geweld;
- Seksuele intimidatie;
- Discriminatie;
- Pesten;

[Stress](#) ↓

Stress

- Stress is een negatieve ervaring en kan lichamelijke, psychische of sociale gevolgen hebben.
 - Vb. irritaties, conflicten met collega's, kortdurend verzuim en slecht slapen.
- 'Werkstress' houdt in: stress ervaren door of tijdens je werk.
- De laatste jaren is er steeds meer verzuim wegens psychische aandoeningen. Dit willen wij voor zijn.

[Arbowet](#) ↓

Arbowet

- Een werkgever moet een 'hoge psychosociale arbeidsbelasting' (PSA) voorkomen of op zijn minst zoveel mogelijk beperken.
- Volgens de Arbowet bestaat een PSA uit:
 1. 'Werkdruk'
 2. 'Ongewenst Gedrag'
 - Agressie en geweld;
 - Seksuele intimidatie;
 - Discriminatie;
 - Pesten;

[Wat is 'Werkdruk'? ↓](#)

Wat is 'Werkdruk'?

- We spreken van werkdruk als een medewerker niet kan voldoen aan de gestelde eisen.
- Deze eisen variëren in hoeveelheid, kwaliteit en in werktempo.
- Gestelde 'eisen' moeten proberen dit zoveel mogelijk te voorkomen en dat begint bij de gewone bedrijfsvoering.
- Belangrijk: Niet iedereen die aan werkdruk wordt blootgesteld krijgt automatisch stress!

[Wat is 'Ongewenst Gedrag'? \(1\) ↓](#)

Wat is 'Ongewenst Gedrag'? (1)

- Groot deel van je tijd breng je door op werk.
- Omgang met collega's heeft veel invloed op hoe jij je voelt.
- Sommige gedragingen zijn ongewenst en kunnen gevolgen hebben op je functioneren en zelfs op je gezondheid.

[Wat is 'Ongewenst Gedrag'? \(2\) ↓](#)

Wat is 'Ongewenst Gedrag'? (2)

Deze 'ongewenste' gedragingen zijn:

- **Agressie en Geweld** – Je wordt geestelijk of lichamelijk lastiggevalen, bedreigd of aangevallen;
- **Seksuele intimidatie** – Elke vorm van ongewenste of bedreigende seksuele benadering;
- **Discriminatie** – Iemand uitsluiten of anders benaderen dan normaal gedaan zou worden
 - Direct: Anders behandelen op basis van bijv. afkomst, overtuiging, burgerlijke staat of lichamelijk voorkomen;
 - Indirect: uitsluiten van mensen op basis van niet-relevante criteria;
- **Pesten** – Vernederend, intimiderend of vijandig gedrag tonen tegen een ander;

Waarom de Arbocatalogus?

- **Wat:** Het bieden van (concrete) oplossingen om stress als gevolg van werkdruk en ongewenst gedrag te voorkomen en / of beperken.
- **Voor wie:** Zowel Medewerkers, Leidinggevenden en Management in de ArboTechniek-branchen.
- **Waarom:** Als gezondheidsklachten op tijd herkend worden, kun je kijken welke maatregelen zorgen dat plezier & (werk)kwaliteit gewaarborgd blijven.

Laatste ↕