



MEDARBETARENKÄTER OCH PULSMÄTNINGAR

Medarbetarenkäter och så kallade pulsmätningar kan användas för att samla in underlag om hur väl arbetsplatsen möter de MENSkliga behov som finns hos anställda. Frågorna bör vara relevanta för de specifika utmaningar och förhållanden som era medarbetare möter i sitt dagliga arbete. Någon på ett kontorslandskap har generellt andra förutsättningar än någon som jobbar i fält. Anpassa frågorna efter vad som är aktuellt för just er!

Eftersom en **medarbetarenkät** vanligtvis görs en till två gånger per år är den ett verktyg för att utvärdera nyckeltal och se hur de ligger över tid. En **pulsmätning** tar tempen på nuläget, är mer agil och spetsig. De kan användas var för sig eller kombineras. De är båda en hjälp i att kartlägga MENSkliga behov i er organisation.

Frågorna har tagits fram av MENSEN inom projektet "Ett MENSkligare arbetsliv - arbetsmiljöperspektiv på mens och klimakteriet".

Läs mer om MENSEN och Ett MENSkligare arbetsliv på www.mensen.se!



GENOMFÖRS MED BIDRAG FRÅN
JÄMSTÄLLDHETSMYNDIGHETEN

En MENSKLIGARE medarbetarenkät

Medarbetarenkäten är bred i sin natur och kan därför inkludera övergripande frågor som indikerar hur anställda upplever områden som kan ha relevans för medarbetare som har mens eller genomgår klimakteriet. Genom att bryta ner resultatet med variablerna kön och ålder, och se om det finns signifikanta skillnader jämfört med andra grupper, får ni en fingervisning om nuläget.

MENSEN har sammanställt förslag på medarbetarenkätfrågor som kan användas för att främja en mer MENSklig arbetsmiljö. Utgångspunkten är Prevents mall "OSA-enkäten", en medarbetarundersökning med fokus på den organisatoriska och sociala arbetsmiljön. Se MENSENs förslag på tilläggsfrågor:



Arbetets organisering

+ Jag har möjlighet till flexibelt arbete vid behov.

Arbetsbelastning

+ Jag har möjlighet till individuella anpassningar av arbetsuppgifterna vid behov.

Möjlighet att påverka

+ Jag kan komma med förslag på anpassningar och få gehör för dem.

Stöd

+ Jag vet var jag ska vända mig om jag behöver stöd vid ohälsa.

+ Jag möts av förståelse och hänsyn om jag är öppen med hur jag mår.

Återhämtning

+ Jag kan ta korta pauser vid behov.

Ledarskap

+ Min chef har kunskap och förståelse för hur allmänhälsan kan påverka arbetsinsatsen

Kunskaper & utveckling

+ Jag har möjlighet att avancera/klättra även om jag har behov av särskilda anpassningar

Psykologisk trygghet

+ Jag har möjlighet till individuella anpassningar av arbetsuppgifterna vid behov.

Kränkande särbehandling

+ Har du... fått kränkande eller stötande kommentarer om dig som person, ditt privatliv eller din kropp?

En MENSklig pulsmätning

En MENSklig pulsmätning

Huruvida ni gör en pulsmätning och slår ihop mens och klimakteriet, eller föredrar att dela upp i ämneskategorier, är upp till er. Ni kan arbetsplatsen/organisationen och dess demografi bäst.

MENSEN har tagit fram förslag på frågor som ni kan utgå ifrån (se sid 36) Nedan finns även förslag på vad ni kan skriva i samband med att ni gör pulsmätningen. En tydlig och informativ introduktion är viktig för att medarbetarna ska förstå syftet med mätningen och känna sig bekväma med att delta.

FÖRSLAG PÅ INTRODUKTIONSTEXT

Aktuella forskningsstudier och undersökningar visar att onödiga hinder kan begränsa anställda som har mens eller går igenom klimakteriet, vilket i sin tur kan ha negativ påverkan på hela organisationen. På vår arbetsplats strävar vi efter att skapa en inkluderande och stödjande miljö för alla. Denna pulsmätning syftar till att samla in anonym feedback om hur vi kan förbättra arbetsförhållandena/arbetsmiljön och underlätta för medarbetare som har mens eller genomgår klimakteriet. Vi uppskattar ditt svar.

Förslag på frågor: pulsmätning

Under menscykeln och i klimakteriet kan olika besvär förekomma, såsom smärta, PMS, kraftiga eller oväntade blödningar, vallningar och nedstämdhet. Markera de alternativ som du upplever är ett problem för dig eller dina kollegor på din nuvarande arbetsplats.

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Saknas tillgängliga mensskydd | <input type="checkbox"/> Oförstående chefer |
| <input type="checkbox"/> Saknas tillgång till smärtlindring (receptfria läkemedel, värmekudde) | <input type="checkbox"/> Oförstående kollegor |
| <input type="checkbox"/> Saknas tillgång till toalett | <input type="checkbox"/> Ointresse hos ledning/HR |
| <input type="checkbox"/> Bristfälliga toaletter | <input type="checkbox"/> Negativ jargong |
| <input type="checkbox"/> Saknas tillgång till dusch | <input type="checkbox"/> Svårt att veta hur man kan få hjälp/stöd |
| <input type="checkbox"/> Saknas tillgång till vilutrymme | <input type="checkbox"/> Problem med arbetskläder |
| <input type="checkbox"/> Svårighet att justera temperatur | <input type="checkbox"/> Att problem inte dokumenteras/följs upp |
| <input type="checkbox"/> Bristfällig ventilation | <input type="checkbox"/> Att det saknas tydliga kanaler att ta upp problem |
| <input type="checkbox"/> Inte möjlighet att ta pauser | <input type="checkbox"/> Att det känns pinsamt/svårt att ta upp problemen |
| <input type="checkbox"/> Inte möjlighet till flexibel arbetstid | |

Har du upplevt några andra problem i relation till menscykeln och/eller klimakteriet på arbetsplatsen? Beskriv kortfattat.

.....
.....
.....

Välj upp till fem alternativ som du anser bör prioriteras för att underlätta för dig och andra på arbetsplatsen som har en pågående menscykel och/eller går igenom klimakteriet.

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Fria lättillgängliga mensskydd | <input type="checkbox"/> Möjlighet att ta korta pauser |
| <input type="checkbox"/> Fria lättillgängliga inkontinensskydd | <input type="checkbox"/> Flexibla arbetstider |
| <input type="checkbox"/> Tillgång till tillfällig smärtlindring (receptfria läkemedel, värmekudde) | <input type="checkbox"/> Att kollegor och chefer ändrade attityd till frågan |
| <input type="checkbox"/> Tillgång till bra toaletter (med rinnande vatten, papperskorgar etc) | <input type="checkbox"/> Tydliga kontaktvägar om man behöver hjälp och stöd |
| <input type="checkbox"/> Tillgång till dusch | <input type="checkbox"/> Möjlighet att lämna in feedback/kritik |
| <input type="checkbox"/> Tillgång till vilutrymme | <input type="checkbox"/> Utbildningsinsatser som höjer kunskap för medarbetare |
| <input type="checkbox"/> Möjlighet att reglera temperatur | <input type="checkbox"/> Utbildningsinsatser som höjer kunskap för HR/ledning |
| <input type="checkbox"/> Bättre ventilation | <input type="checkbox"/> Ingen av dem / vet ej |
| <input type="checkbox"/> Enkel möjlighet till klädbyte | <input type="checkbox"/> Annat, vad (fritext) |
| <input type="checkbox"/> Funktionella arbetskläder | |
| <input type="checkbox"/> Tillgång till fläkt | |