

Information till dig som är arbetsgivare

En av dina anställda har fått möjlighet att delta i forskningsstudien *Coachning som rehabiliteringsmetod* med anledning av sin sjukskrivning. Studien genomförs av Landstinget Västmanland.

Coachprojektet – en del av Safaristudien

Coachprojektet ingår som en delstudie i Safaristudien (SAMordnad Forskning kring Arbetsrelaterade RehabiliteringsInsatser), ett forskningsprojekt som genomförs i samarbete mellan Stockholms Läns Landsting, Landstinget Västmanland och Västra Götalandsregionen. Studien riktar sig till sjukskrivna personer med lättare psykisk ohälsa som exempelvis depression, oro eller stress. Syftet är dels att genom coachningen underlätta arbetsåtergången för deltagarna, dels att bidra till metodutveckling vad gäller rehabilitering av denna målgrupp. Psykisk ohälsa är en av de vanligaste orsakerna till att människor sjukskrivs i Sverige och genom Safaristudien studeras olika behandlingsalternativ som kan ha effekt dels på arbetsåtergång, dels på förbättrad hälsa.

Under åren 2009-2011 genomfördes några pilotprojekt med coachning som metod för långtidssjukskrivna kvinnor med psykisk ohälsa i landstinget Västmanland (med stöd från två av Samordningsförbunden i länet). Resultaten från pilotprojekten visade att mellan 70-75 procent av deltagarna har kunnat återvända till antingen arbete, arbetsträning, studier eller en kombination av dessa. Coachning som metod har i dessa studier visat sig kunna stärka individer såväl psykiskt som fysiskt.

Hur går studien till?

Studien går ut på att undersöka om coachning är en metod som kan underlätta för din medarbetare att komma tillbaka till sitt arbete eller andra arbetslivsinriktade aktiviteter. Deltagaren i studien kommer att få träffa en personlig coach under cirka sex månader. Tillsammans med coachen planeras ett individuellt program för din medarbetare utifrån dennes personliga situation.

En förhoppning är att din medarbetare har kommit åter i arbete när projektiden är slut. Om så inte är fallet får din medarbetare hjälp med att göra en handlingsplan som fokuserar på dennes möjligheter att återgå till arbetslivet.

Vad är coachning?

I coachning är det individens behov och möjligheter som står i fokus. Det finns olika former av coachning, men det är i praktiken ett sätt att kommunicera som främjar handling och inläring på ett personligt och yrkesmässigt plan, genom att medvetandegöra, utmana, motivera samt sätta upp mål. Coachningens bärande tanke är att orientera sig mot lösningar och möjligheter, snarare än att gräva ner sig i problem. Till stor del handlar coachningen om att öka individens egenmakt för att nå en förändring i livet. I denna studie handlar det om en förändring i riktning mot arbetslivet.

Coachprojektet är en del av Safaristudien, och finansieras av Landstinget Västmanland och Samordningsförbundet Västmanland.

