

BLF-tema

Afsked og forflyttelser

I denne folder gives en kort orientering om hvad, der kan ske i forbindelse med afsked og forflyttelser.

Januar 2017

Stor usikkerhed på jobbet?

Dit job kan blive afsluttet på forskellige måder. Fx i forbindelse med ændringer i samfundet, i skolestrukturen eller ved kommunale besparelser kan der ske afskedigelser og forflyttelser af vores medlemmer. Elevtal og regionskommunens budget er afgørende for hvor mange lærer- og børnehaveklasselederstillinger, der skal være på øens folkeskoler og andre kommunale institutioner for børn.

I dette temahæfte forsøger vi at forklare, hvordan du er stillet, hvis din arbejdsgiver opsig dig, og nogle af omstændighederne omkring disse forhold.

Afsked

Din ansættelse kan blive afsluttet, fordi din arbejdsgiver vil det. Det kan fx være på grund af sygdom, på grund af arbejdsmangel, fordi din chef ikke mener, du er god nok til dit arbejde, eller fordi der er nogle regler, du ikke har overholdt.

Sker afskeden på grund af reel arbejdsmangel, er det fordi, der er for mange ansatte til det arbejde, der skal udføres,

og nogle vil blive sagt op.

Man er ansat ved kommunen – ikke skolen. Er der ledige stillinger på andre skoler i kommunen, skal kommunen derfor forsøge at indplacere de ansatte, hvor der er behov for arbejdskraft.

Forflyttelser

Er du således ansat på en af folkeskolerne på Bornholm, er du ansat i Bornholms Regionskommune. Er der overtalige medarbejdere på din skole, skal disse derfor søges placeret på en af regionskommunens andre skoler.

Afsked

Som ansat i folkeskolen skal du, inden du opsiges, have brev (varslingsbrev) fra kommunen om, at den har tænkt sig at afskedige dig. Du har inden opsigelsen ret til at udtale dig om din sag, og ligeledes har Danmarks Lærerforening ret til at komme med indsigelser. Vurderer DLF, at behandlingen/afskeden er urimeligt, forsøger DLF at forhandle med kommunen. DLF får besked direkte fra kommunen og vil kontakte medlemmet, så snart der kommer en meddelelse fra arbejdsgiveren.

Hvad sker der hos den enkelte?

Afskedigelser og forflytninger er en stor belastning af det psykiske arbejdsmiljø for alle - og naturligvis særlig for dem, der bliver ramt.

Det, at man ikke selv kan bestemme, hvor længe man vil arbejde på sin arbejdsplads, er svært, fordi vores arbejde er betydningsfuldt i forhold til vores identitet, kompetencer, kollegaer og naturligvis lønindkomst.

Når man ikke selv bestemmer, om der skal ske store forandringer i arbejdslivet, kan det medføre psykiske belastninger, og derfor vil en afskedigelse eller en forflytning for mange medføre, at man kommer i krise. Krise og sorg handler om at opleve tab eller angst for at lide tab. Krisen kan opstå pludseligt, eller krisetilstanden kan opbygges over nogen tid.

Reaktionen på en krise forløber i faser, men som i alt andet er vi som mennesker meget forskellige. Mange vil kunne opleve at svinge mellem flere reaktionsmønstre. Det er ganske almindeligt i sådanne situationer.

Reaktioner ved kriser

Når man af sin skoleleder får at vide, at man skal afskediges eller forflyttes, kommer mange i chok. Kriseperioden kan deles op i faser:

Chokfasen:

- Ulogiske tanker og handlinger
- Følelsen af uvirkelighed - som i en film
- Blokering af følelser
- Overaktivitet eller apati
- Benægtelse af det skete
- Virker udadtil overdrevet og usædvanlig rolig

Denne fase kan vare fra et par minutter til flere dage.

Reaktionsfasen:

- Erkendelse af den nye situation
- Voldsomme følelser
- Koncentrationsbesvær
- Fortvivlelse og mindreværdsfølelse

- Tendens til isolation
 - Fysiske symptomer og utilpashed
 - Kort lunte og evt. støjoverfølsomhed
- Denne fase kan vare op til 4-6 uger.

Bearbejdningsfasen:

- Mange af de samme følelser som tidligere med mindre intensitet og varighed
- Følelserne dominerer ikke længere, og de ubehagelige reaktioner glider mere og mere i baggrunden
- Nutid og fremtid optager i højere grad tankerne og følelserne.

Denne fase kan vare helt op til et år.

Udnyt dit netværk

Det er meget vigtigt at have nogen at dele krisen med. Hvis man har gode venner, familie, arbejdskammerater eller andre, man har tillid til, skal man opsøge dem. Har man svært ved at bede om deres hjælp eller mangler tillid til dem, kan man henvende sig til sin egen læge eller andre professionelle hjælpere.

Det, man har brug for ved kriser og sorg, er en slags førstehjælp i form af en kærlig arm og et sted, hvor der er plads til at græde ud. Gråden er vigtig, fordi den virker afspændende på kroppen og fjerner angsten. Et sted, hvor der er forståelse for alle de skræmmende og forvirrende følelser, sorgen normalt bringer med; fortvivlelse, skyld, vrede, hævn, lettelse og skam.

Man har altså brug for en person, der kan lytte og stille spørgsmål og ikke bare trøste. Der er ofte tale om en lang og energikrævende periode, hvorfor sygemelding kan komme på tale. Det er svært at klare både at gå på arbejde og samtidig arbejde med en svær sorg eller krise. Uden hjælp kan kriser og sorg i værste fald medføre langvarige sygemeldinger og måske manglende mulighed for at vende tilbage til arbejdsmarkedet.

At være ked af det

Det er sjældent, det belønnes at turde være svag - at indrømme, at man er ked

af det - men det er faktisk tilfældet, når det drejer sig om sorg eller krise.

I et samfund, hvor man er opdraget til at tage sig sammen, og med opmuntringer som for eksempel "du skal se, det går nok, du skal bare i gang igen, så glemmer du det nok", kan det være svært at turde vise følelser, at turde græde og ikke mindst turde bede om hjælp.

Det er godt engang imellem at tænke på, at det er lige så naturligt at være ked af det som at være glad. Hvis man bliver udsat for noget svært, er det faktisk sundere at blive ked af det end at lade som ingenting!

Professionel hjælp

Benyt i første omgang din egen læge og din ansættelseskommunes tilbud om professionel hjælp.

Medarbejderne kan få professionel hjælp til både personlige eller arbejdsbetingede problemer eller kriser.

Ansatte ved Bornholms Regionskommune, der direkte eller indirekte har været udsat for en akut belastende psykisk påvirkning i forbindelse med arbejdet, gives tilbud om professionel psykologhjælp.

Som udgangspunkt afholdes udgifterne til psykologhjælp af virksomheden.

Din TR og AMR

Alt efter "sagens karakter" bør du også henvende dig til din leder, tillidsrepræsentant eller arbejdsmiljørepræsentant.

Lærerkredsen og DLF centralt

Nogle ansatte kan have lyst til eller behov for at tale med en udenforstående vedrørende forflytninger eller afsked. Som medlem af Danmarks Lærerforening er du meget velkommen til at kontakte **Bornholms Lærerforening tlf. 5695 5055** for at komme til at tale med enten konsulenten eller en fra kredsstyrelsen. Ved siden af de enkelte kommuners tilbud om evt. psykologhjælp har Danmarks Lærerforening en rådgivningsafdeling, som kan hjælpe i sådanne sager. Du er derfor også velkommen til at kon-

takte Danmarks Lærerforening—se hvordan herunder - hvor du kan komme til at tale med en fra rådgivningen. Her kan konsulenterne på baggrund af en kort samtale med dig bevilge nogle sessioner hos en lokal psykolog med stort kendskab til lærerarbejdets mange aspekter.

Sidste arbejdsdag

Det er vigtigt at have gjort sig nogle tanker om, hvordan den sidste dag på arbejdspladsen skal markeres. Det er dig, der bestemmer hvordan, det skal ske. Ofte er der traditioner på skolen for at sige farvel, og hvis traditionen er for uoverskuelig kan fx en frikvarterstimering gøre det. At sige farvel betyder, at man mindes samarbejdet, ikke mindst de gode minder, og man gør sig klar til at sige goddag til det nye.

DLF-a

Er du medlem af Lærernes a-kasse, skal du hurtigst mulig kontakte dem:
Tlf. 70100018

Bornholms Lærerforening

Tlf. 56955055
E-mail: 071@dlf.org

Danmarks Lærerforening

Kontakt Danmarks Lærerforenings rådgivning om psykisk arbejdsmiljø:

www.dlf.org/loen-og-vilkaar/arbejdsmiljoe/raadgivning-om-psykisk-arbejdsmiljoe

Book en tid online:

http://dlfweb.dlf.org/ebook/ebook_enduser_login

Tlf. 33696300, mandag-torsdag 9.00-15.30, fredag 9.00-14.30

Links

www.dlf.org/loen-og-vilkaar/opsigelse-og-forflyttelse

www.dlfa.dk/Din-situation/du-er-ledig/

brk.dk/Om-Kommunen/Organisation/personale/Documents/Fælles%20personalepolitikker.pdf