

Integration og mental helbred

Mental sundhed og velvære på arbejdspladsen er i de seneste år blevet en vigtig del af virksomheders værdier. Dette er også noget vi vægter en del hos KHRS, særlig på grund af den mangfoldige arbejdskraft vi har.

Vægten af integration

Mangfoldigheden hos KHRS er berigende for virksomhedens arbejdsmetoder, men det betyder også særlig hensyn til vores medarbejderes diverse baggrunde. Kulturforskelle påvirker mental sundhed forskelligt, og det er vigtigt at tage hensyn til disse.

En vigtig komponent af integration er at deltage aktivt i samfundet, for eksempel ved at arbejde, og dermed blive en del af det danske samfund. Mangel på en sund integration kan medføre negativ indflydelse på mental og fysisk sundhed. Hos KHRS faciliterer vi ikke blot en integration på arbejdsmarkedet, men vi stræber også efter at hjælpe integrationsborgere på en mere holistisk måde.

Vi opfordrer vores medarbejdere til at tale dansk, og hjælper dem med de tekniske aspekter, såsom MitID eller lignende. Sådan, begynder de at føle sig som en del af fællesskabet, og dette øger trivsel.

Integrations facilitering af integrationsborgere er en del af KHRS' DNA, da vi oprigtigt tror på at det er en målgruppe der har potentiale, men behov for de midler som vi kan tilbyde. Vi er dedikerede til at træne og oplære medarbejdere så de uden uddannelse eller erfaring kan komme i arbejde. Denne inklusion promoverer desuden også FNs verdensmål om mindre ulighed.

**“Jeg føler mig mere
hjemme i Danmark
end i Marokko.”**

- Medarbejder hos KHRS



Trivsel hos KHRS

Mental sundhed er afgørende og relevant at fokusere på, i alle de sammenhænge, vi indgår i. Arbejdet fylder en stor del af hverdagslivet og derfor er det endnu mere væsentligt at tale om, tænke og handle på en måde der inkluderer fokus på at forbedre og styrke den mentale sundhed. Miljøet på arbejdet betyder meget for produktivitet, og trivsel af medarbejdere påvirker den mentale tilstand af medarbejdere.

Gennem ergonomi kurser sikrer vi også forebyggelse af arbejdsskader, hvilket medfører færre sygefravær.

“Jeg nyder fællesskabet, når jeg er på arbejde.”

- Medarbejder hos KHRS



Et vigtigt aspekt for trivsel hos KHRS er at give vores medarbejdere muligheden for at udvikle sig, professionelt.

Mange af vores supervisors startede ud med rengøring, og har igennem motivation og de rette værktøjer opnået deres mål.

Vi tror på at motivere medarbejdere på denne måde øger selvtillid, samt glæde på arbejde, særligt når vores medarbejdere føler sig anerkendt på denne måde.

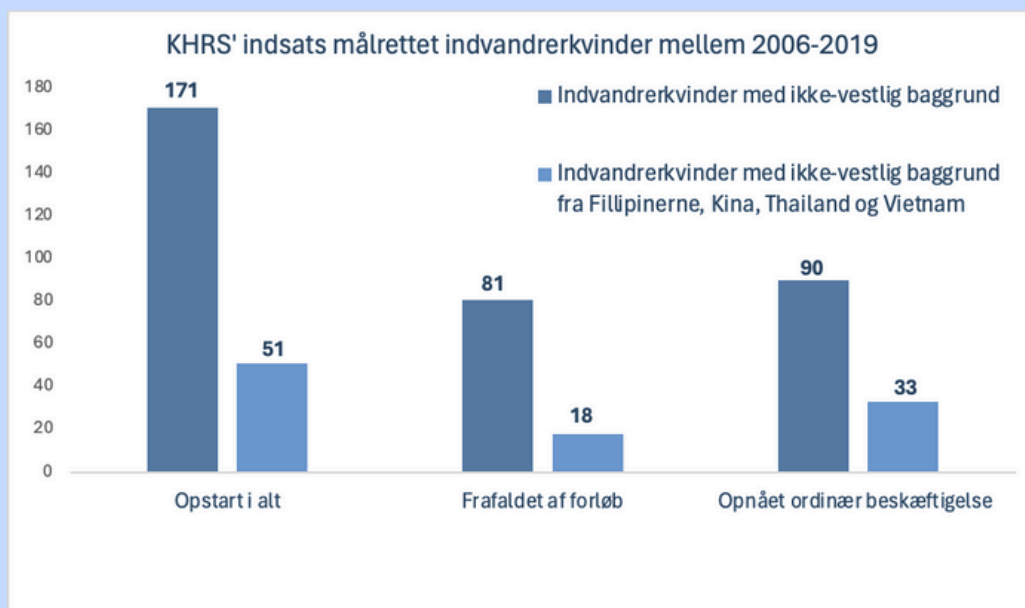


Vi arbejder også konstant på at forbedre sammenholdet mellem vores medarbejdere, da dette øger tilhørsforhold til KHRS, hvilket har en positiv indflydelse på mental sundhed. Herunder har vi fælles aktiviteter, som forstærker hold arbejde og social kemi imellem medarbejderne.

Indvandrerkvinder og mental helbred

Særligt for indvandrerkvinder, er det vigtigt at deltagelse opfordres. Vi har i KHRS eksempler på sager hvori indvandrerkvinder har dårlig mentalt helbred, da de sidder hjemme og er isoleret fra samfundet, og denne ulighed kommer blandt andet af kulturelle forskelle i forhold til kønsroller. Frustration over at man hverken forstår sproget eller har uafhængighed er et problem for mange indvandrerkvinder, og den ensomhed der opstår i isolationen, kan medføre problemer med helbredet, som for eksempel overvægt og søvnbesvær. Dette kan også medføre lav hjertefunktion, samt ringe levevilkår.

Gennem vores forskellige indsatser er vi lykkedes med at få 113 kvinder fra MENAP-landene inklusiv Tyrkiet i beskæftigelse hos os. Vores erfaring med indvandrerkvinder er, at det kræver en ekstra indsats og flere ressourcer.



KHRS har oplevet hvordan disse kvinder udvikler sig og opnår øget selvtillid, når de får muligheden for at komme ud på arbejdsmarkedet og dermed blive mere selvstændige. Desuden formindskes ensomheden når netværket øges og de kommer i kontakt med andre som måske har samme udfordringer. Dette har en positiv indflydelse på mental sundhed, og helbredet i det hele taget. Mere fysisk bevægelse reducerer fedme og følgende lidelser. Denne ulighed er vigtig at bekæmpe, dog kan der være udfordringer med deres omstændigheder.

Først og fremmest, grundet stærke følelser omkring kønsroller, kan indvandrerkvinders mænd godt have svært ved at slippe kontrollen, hvilket hæmmer kvindernes selvstændighed. Derfor, er det vigtigt at involvere kvindernes mænd, så de kan være mere støttende og at processen holistisk set involverer hele familien. Denne indflydelse påvirker integrationen på et højere plan, og sætter et forbillede for børnene om kønsroller.

“I starten tøvede jeg meget, men KHRS har forøget min selvtillid.”

- Kvindelig medarbejder hos KHRS