

MED-FORÆLDER

BARSEL AAU

En guide til samtalerne
- før din forældreorlov

Med-forælder



AALBORG
UNIVERSITET

02

OM SAMTALERNE

På Aalborg Universitet afholdes der samtaler med alle medarbejdere (VIP og TAP), mænd såvel som kvinder, både før og efter længerevarende barsel eller forældreorlov på over 12 uger. Derudover tilbydes medarbejdere en samtale under barsel eller forældreorlov, dvs. umiddelbart før returnering til jobbet.

FORMÅLET MED SAMTALERNE

- Bidrager til at fastholde medarbejdere i en livsfase, der kan give anledning til fravalg af en akademisk karriere
- Skaber dialog mellem leder og medarbejder om work-life balance
- Sikrer en god overgang fra arbejde til barsel og fra barsel til arbejde
- Udfordrer kønsstereotyper og øger incitamentet til at holde forældreorlov uanset køn

03 INDEN FORÆLDREORLOV

HVAD

Når du meddeler, at din partner er gravid/at I skal adoptere, vil din nærmeste leder indkalde dig til en samtale, såfremt du skal afholde forældreorlov i mere end 12 uger. I vil sammen fokusere på din forventning til perioden op til din forældreorlov og perioden på forældreorlov, både personligt og professionelt.

HVORNÅR

Samtalen afholdes senest 10 uger inden din forældreorlov.

HVEM

Med-forælder og nærmeste leder.

SPØRGSMÅL

NOTER

Hvilke forventninger har du til tiden op til din forældreorlov i forhold til dine arbejdsopgaver/din forskning, tidsplaner og overgangen til din barsel, personligt og professionelt?

Hvad har du brug for fra din leder op til din forældreorlov?

Hvilke forventninger har du til tiden på forældreorlov, personligt og professionelt?

Hvilke tanker gør du dig om, at du skal være væk fra dine arbejdsopgaver/din forskning?

Hvor meget kontakt forventer du at have med din leder under din forældreorlov?

Hvordan vil du gerne kontaktes under din forældreorlov?

Hvilke tanker gør du dig om at vende tilbage efter din forældreorlov og Aalborg Universitets tilbud om et delvist undervisnings- eller forskningsfrit semester, forlængelse af post.doc.- eller adjunktforløbet og øget mulighed for fleksible arbejdsvilkår? (Kræver min. 12 ugers orlov)

04 INDEN FORÆLDREORLOV

OPSAMLLENDE AFTALER

05 VEJLEDNING - INDEN FORÆLDREORLOV

Samtalen med din leder inden din kommende forældreorlov, enten i forbindelse med en partners graviditet eller jeres adoption, tager udgangspunkt i, hvilke forventninger og tanker du har professionelt og personligt omkring tiden op til og under din kommende forældreorlov. Dine forventninger og tanker kan variere fra din leders, og det er derfor vigtigt, at I under samtalen skaber en åben dialog og forventningsafstemning. På den måde skabes de bedste rammer for dig både før, under og efter din forældreorlov. Vi anbefaler derfor, at du forbereder dig inden samtalen. Noter og aftaler skal journaliseres på din personalesag med begrænset indblik til leder og medarbejder.

Nedenfor er en vejledning til, hvad de forskellige spørgsmål kan afdække.

Hvilke forventninger har du til tiden op til din forældreorlov?

Her kommer du og din leder omkring, hvilke forventninger I begge har til tiden, inden du går på forældreorlov. At skulle på forældreorlov kan medfører nye bekymringer og behov, som kan indvirke på dit arbejdsliv og forventningerne hertil, og mange oplever usikkerhed i forhold til, hvorvidt man kan yde det forventede, hvad der skal ske med ens arbejdsopgaver/forskning, hvorvidt der kommer en vikar, og i så fald hvem det er?

Det kan ligeledes være, du er i gang med et spændende arbejdsområde, eller befinder dig i en afgørende periode af din forskning, og du derfor gør dig tanker om, hvorvidt og hvordan forældreorloven indvirker herpå.

Derudover er det jeres mulighed for at komme omkring de opgaver, du arbejder med nu, herunder om nogle opgaver skal prioriteres anderledes, justeres eller sættes i bero i den kommende periode. Det kan også være, du gør dig tanker om, hvordan du bedst sikrer en god overgang til din forældreorlov, og herunder hvordan både din leder og eventuelt kolleger kan være behjælpelige.

Del din tanker, bekymringer og behov med din leder, som derefter bedre kan hjælpe dig i perioden op til din forældreorlov.

Hvad har du brug for fra din leder op til din forældreorlov?

Her kan du og din leder tale om, hvad din leder kan gøre for dig i den kommende periode inden din forældreorlov. Det kan være, I begge ønsker en øget kommunikation om status på dine arbejdsopgaver/din forskning, og I derfor vil afholde flere statusmøder i den kommende periode. Det kan også være, at du i udgangspunktet ikke ser et behov for ændringer, men gerne selv vil række ud, såfremt behovet opstår.

06 VEJLEDNING - INDEN FORÆLDREORLOV

Hvilke forventninger har du til tiden på forældreorlov, personligt og professionelt?

Hvor de første spørgsmål har været målrettet tiden op til din forældreorlov, så gives der her mulighed for, at du og din leder kan komme omkring, hvilke forventninger du har til tiden på forældreorlov, og det at blive forælder, både personligt og professionelt.

Det kan være, du forventer, at du professionelt bliver styrket af din forældreorlov. Det kan være, du har en forventning om, at det ændrer din måde at prioritere på. Det kan være, du forventer, det bliver svært at slippe dit arbejde/din forskning, men det kan også være, du ser det som en unik tid, der åbner op for refleksion.

For nogle kan det ligeledes være rart at have en føling med sine arbejdsopgaver eller sin forskning under orloven. Såfremt du ønsker det, er denne samtale din mulighed for at snakke med din leder om, hvordan det kan gøres bedst. Naturligvis med forbehold for at det kan ændre sig under din forældreorlov, og der vil ikke på noget tidspunkt være en forventning fra din leders side om, at du arbejder under din forældreorlov.

Hvilke tanker gør du dig om, at du skal være væk fra dine arbejdsopgaver/din forskning?

Her kan du give din leder indblik i, hvilken betydning det har for dig personligt og professionelt, at du er væk fra dine arbejdsopgaver.

Det kan være, du bekymrer dig om, hvordan det påvirker din karriereudvikling, dine ansvarsområder eller lignende.

Du kan ligeledes fortælle, hvilke tanker du gør dig om varetagelsen/vedligeholdelsen af dine arbejdsopgaver/din forskning, mens du er på forældreorlov. Det kan være, du har særlige ønsker til, hvorledes arbejdsopgaver skal varetages/hvordan din forskning håndteres. I så fald kan du dele dem med din leder, der således har de bedste forudsætninger for at tage dine ønsker med videre, hvilket kan hjælpe dig både før og efter din forældreorlov.

07 VEJLEDNING - INDEN FORÆLDREORLOV

Hvor meget kontakt forventer du at have med din leder under din forældreorlov?

Her kan du og din leder snakke om, i hvilket omfang og hvordan I skal kommunikere under din forældreorlov. Det kan selvfølgelig ændre sig undervejs, men tag udgangspunkt i, hvad du på nuværende tidspunkt godt kunne tænke dig. Nogle vil gerne have korte check-ins med deres leder med jævne mellemrum, mens andre synes, det er passende med ét møde under barslen.

Du kan også give udtryk for, hvorvidt du gerne vil orienteres, hvis der sker ændringer i dit team, med opgaver eller at du gerne vil inviteres med til særlige møder, seminarer og oplæg, hvor du kan deltage med dit barn på sidelinjen. Det kan også være, at du ikke ser et behov for yderligere kontakt med din leder, og at du gerne selv vil række ud, hvis behovet opstår.

Uanset hvad du vælger, har din leder forståelse for, at der kan være forskellige behov fra medarbejder til medarbejder, og at det vigtigste er, at det passer ind hos dig, der er på forældreorlov.

Hvordan vil du gerne kontaktes under din forældreorlov?

Det kan være meget forskelligt, hvordan vi ønsker at blive kontaktet under en forældreorlov. Du har derfor mulighed for at fortælle din leder, hvad du foretrækker, såfremt han/hun skal kontakte dig. Det kan være, du foretrækker, at kommunikationen skal ske til din private mail frem for arbejdsmail. At du gerne vil ringes op eller modtage sms med mulighed for at ringe tilbage.

Hvilke tanker gør du dig om at vende tilbage efter din forældreorlov og brug af Aalborg Universitets tilbud i forbindelse hermed?

Det kan være rart allerede nu at sætte ord på, hvilken forventning du har til tiden efter din forældreorlov. Det kan selvfølgelig ændre sig undervejs, men tag udgangspunkt i de tanker, du gør dig nu om f.eks. arbejdsopgaver/forskning, arbejdstid, nye behov og lignende.

Derudover kommer du og din leder også omkring Aalborg Universitets tilbud for medarbejdere, der kommer tilbage efter længerevarende forældreorlov på over 12 uger. Afhængigt af din ansættelse kan I drøfte muligheden for

- Et delvist undervisnings- eller forskningsfrit semester
- Forlængelse af post.doc.- eller adjunktforløbet med op til ét år
- Øget mulighed for fleksible arbejdsvilkår

Du kan læse mere om tilbuddene [her](#). Nedskriv allerede nu dine specifikke ønsker til tiden efter din forældreorlov.

Gør du dig bekymringer om, hvorledes dine ønsker til tiden efter forældreorlov indvirker på din karriere, din forskning eller din udvikling, så er det også en god anledning til at dele det med dine leder.