

Temadag om psykisk arbejdsmiljø

Erhvervspsykolog Ejnar Bryld
www.ejnar-bryld.dk

Trivsel på arbejdspladsen

Hvad, hvorfor, hvordan, hvornår og hvem?

Program

- Kl. 08.30 – 08.45 **Velkomst**
- Velkomst
 - Præsentation af dagens mål, program og arbejdsform
- Kl. 08.45 – 11.00 **Psykisk arbejdsmiljø**
- Introduktion til dagens tema: Hvad er psykisk arbejdsmiljø?
 - Hvad er de psykologiske udfordringer på en moderne vidensarbejdsplads?
 - Hvad er det, der giver trivsel på arbejdspladsen: Hvad siger forskningen? Hvad siger du?
 - Hvad er stress og hvordan kommer stress til udtryk?
 - Hvilken betydning har omgangstonen på en arbejdsplads – og hvad er faldgruben?
 - Hvad sker der med mennesker, når der er forandringer på en arbejdsplads – og hvordan kan man hjælpe hinanden?
- Kl. 11.15 – 12.00 **Hvordan ser det ud med det psykiske arbejdsmiljø i jeres afdeling?**
- Hvad er de gode kvaliteter i jeres afdeling, som der skal værnes om?
 - Hvad er det især, der belaster – og hvad kan man gøre ved det?
 - Udarbejdelse af konkrete handleplaner for udvalgte problemområder
- Kl. 12.00 – 12.45 **Frokost**
- Kl. 12.45 – 14.15 **Hvordan ser det ud med det psykiske arbejdsmiljø i jeres afdeling (fortsat)**
- Kl. 14.30 – 15.45 **Hvad er de særlige udfordringer for dig?**
- Hvad er det for elementer og vilkår, der skaber hhv. gode og dårlige arbejdsdage for dig? Interview og erfaringsudveksling.
 - Udarbejdelse af individuel handleplan og aftale med ”buddy”
- Kl. 15.30 – 16.00 **Afslutning og perspektivering**