



# **WORKSHOP MUSKELSKELETBEVÆR OG PSYKOLOGISK TRYGHED**

Den 9. maj 2023

# PROGRAM

1. Velkommen, præsentation og introduktion til workshop
2. Introduktion til gruppedialog
3. Gruppedialog
4. Opsamling – vi deler pointer



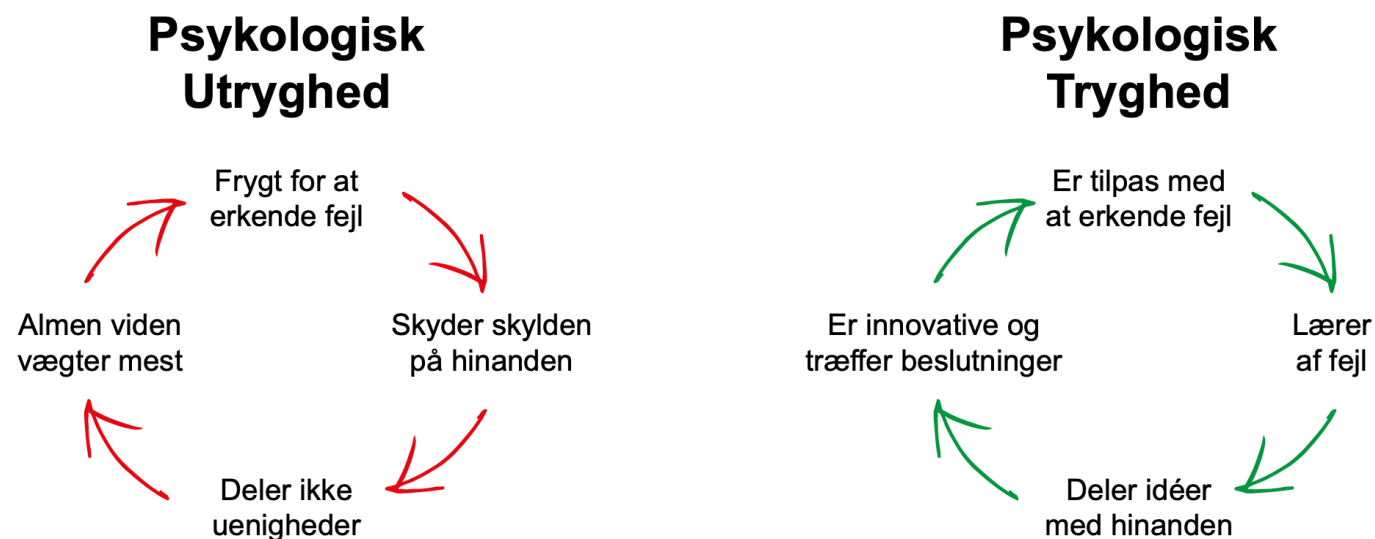
# MUSKELSKOLETBEKVÆR OG PSYKOLOGISK TRYGHED

4 fokuspunkter i arbejdet med psykologisk tryghed

- **Viljen til at bruge og hjælpe hinanden:** Værdsetter og bruger I hinandens særlige færdigheder og evner? Interessere I jer for, hvad hinanden kan – løbende og med fornyet interesse? Fokuser på hverdagen – ikke på sjældne skåltaler og udviklingsamtaler.
- **Holdninger til at tale om fejl:** Her handler det ikke om at fejle løs, men om at man må forvente, at fejl sker, så det er vigtigt, at det ikke er skamfuldt at få dem frem i lyset. Jo tidligere fejl bliver opdaget, jo lettere er det at gøre noget ved dem.
- **Åbne samtaler – også om svære ting:** Gå lige til sagen og indkreds: hvad er svært hos jer? Det kan f.eks. være konkrete vanskelige opgaver eller at sige nej til andre. Prøv at ændre dialogen fra *hvem er svær til hvad er svært*. Hvad skal I stå sammen om at klare?
- **Troen på at man kan være sig selv:** Forskelsbehandling afslører, om vi kan tale om tingene. Hvis mennesker, som skiller sig ud fra flertallet – f.eks. køn, alder, etnicitet, faglighed - ikke bliver respekteret, er det et signal om, hvordan man behandler alle, som tænker anderledes. Så vil majoriteten heller ikke ytre sig ud over det konforme.

# MUSKELSKELETBESVÆR OG PSYKOLOGISK TRYGHED

Rigshospitalet · Psykologisk tryghed i arbejdsrelæsskaber



Grafik inspireret af Joseph (2016) med psykologisk utryghed til venstre og psykologisk tryghed til højre.

# REFLEKSION OG HILSE PÅ HINANDEN

1. Egen refleksion – Hvad har du særligt hæftet dig ved ifht. oplægget om psykologisk tryghed
2. Bordet rundt: Kort præsentation af dig selv og det, du særligt har hæftet dig ved



# GRUPPEDIALOG

Drøftelse af en eller flere af nedenstående overvejelser med hinanden i jeres gruppe

1. Hvordan er psykologisk tryghed relevant ifht. din praksis/opgaveløsning?
2. Hvilke udfordringer giver det dig at skulle hjælpe i en organisation, hvor der ikke er psykologisk tryghed?
3. Hvilke handlemuligheder har du?
  - På gruppeniveau, på kollegialt niveau, på ledelses-/organisatorisk niveau?
4. Hvilke to vigtige pointer ønsker i at dele med de øvrige workshopdeltager?  
Tag noter.

# OPSAMLING

Opsamling af pointer til deling med de øvrige workshopdeltagere

Udvælgelse af pointer til deling med seminar-deltagere





# DIALOGSPIL

[ide-og-metodekatalog-002.pdf \(vellivforeningen.dk\)](#)



# NOTER FRA WORKSHOP 1 OG 2

Brug konteksten

- Hvem er med til møder
- Overvej med/uden ledelse

Sæt en tydelig ramme (gennemskuelighed)

Vær opmærksom på den psykologiske tryghed

Hvad gør man, hvor går man hen med sin observation

Psykologisk tryghed på kurser

Stik fingeren i jorden

# NOTER FRA WORKSHOP 1 OG 2

## Hvis individorienteret

- Samarbejde med/henvise til lederen/ledelsen
- AMO/MED
- Politikker/struktur
- Empowerment

## Undervisning af ressourcepersoner

- Forflytningsvejleder
- Ledere
- AMO/MED

## Feedbackmetoder

Aftaler om det gode samarbejde

Definere sproget

Være rollemodeller

# NOTER FRA WORKSHOP 1 OG 2

Mål/Middel → Læring

Rammesætning

Kommunikation

Underviser individet, som kan tage det med ud i egen organisation

Undervisning i forflytning

Spiseseddel ifh. feedback (aftale i fredstid)

BFA materiale ifht. materiale vedr. forflytning.

Hvis man selv definerer sproget har men lettere ved at modtage feedback

Hvis man som underviser/leder viser, at det er ok selv laver fejl (gå foran)

Husk kulturforskelle.

# NOTER FRA WORKSHOP 1 OG 2

## Psykologisk tryghed

- Ledelse
- Samarbejde
- Kommunikation
- Social kapital

Hvorfor er psykologisk tryghed egentlig relevant? (hvad skal det erstatte)

Hvor kan vi tage fat – så i revnerne

Kurser med dialogspil

Knytte til, hvordan vi løser kerneopgaven

Der er mange begreber.