

SAMMEN OM ●●●●●●●●▶



Titel

Høje følelsesmæssige belastninger og krav

- Et udviklingsforløb for arbejdsmiljøgrupper

Afdeling/ lokation

Aalborg Universitetshospital

Kontaktoplysninger

Oliver T.K. Harringer

otkh@rn.dk

Involverede faggrupper

Alle faggrupper



Formål

Formålet med projektet er at kompetenceudvikle hospitalets arbejdsmiljøgrupper med viden om høje følelsesmæssige belastninger og -krav samt understøtte deres evne til at bruge denne viden i det systematiske forebyggende arbejdsmiljøarbejde i afdelingerne.

Formålet er desuden at løfte den forebyggende indsats på afdelingerne, så færre medarbejdere oplever sig belastet af de følelsesmæssige krav og få en klar strategi og handleplan for dette på afdelingsniveau.



Tidshorisont

Forløbet er gennemført i efteråret 2025



Aktiviteter

Forløbet er inddelt i 3 faser:

Fase 1 (26. august 2025)

Emne: Høje følelsesmæssige krav og moralsk stress

Et igangsættende oplæg fra eksterne eksperter med både viden om belastningspsykologi og erfaringer i høje følelsesmæssige krav. Oplægget skal pege fremad og give vores arbejdsmiljøgrupper et grundlag til at gå i gang med det lokale arbejde.

Materiale fra de eksterne eksperter danner grundlag for det lokale arbejde i arbejdsmiljøgrupperne, og kobles sammen med lokale vejledninger og eksisterende materiale.

Fase 2 (september og november 2025)

Arbejdsmiljøgrupperne inviteres til workshops lokalt på deres arbejdsplads. Her vil vi understøtte dem i deres arbejde med spørgsmål, metoder, modeller mm., der kan hjælpe dem med at omsætte udfordringerne med høje følelsesmæssige krav til konkrete forebyggende indsatser.

Workshops gennemføres af lokale konsulenter og på vores forskellige matrikler – tæt på medarbejderne.

Fase 3 (10. december 2025)

Emne: "Hverdagens forebyggelse af belastninger".

Opsamling og "afslutning" hvor vi igen invitere eksterne eksperter til at holde oplæg og gennemføre et opsamlingsforløb med fælles viden og erfaringsudveksling. Her sættes der yderligere fokus på de gennemgående temaer, der bliver opsamlet via workshops i fase 2.

SAMMEN OM
udvikling af
de regionale
arbejdspladser
●●●●●●●●▶

► Titel Høje følelsesmæssige belastninger og krav - Et udviklingsforløb for arbejdsmiljøgrupper

► Udbytte og resultater

Forløbet har givet en øget opmærksomhed på, at høje følelsesmæssige krav hører til arbejdet på hospitalet, og at mange faggrupper påvirkes, selvom de ikke har direkte patientkontakt.

Der er blevet skabt et fælles sprog og en fælles forståelse for både belastninger og beskyttende faktorer.

Vi har udarbejdet konkrete forslag til forebyggende strategier og tilegnet os viden om faresignaler og mentale slagsider ved hverdagens belastninger.

Slutteligt er der udarbejdet konkrete forslag til hvem, der kan gøre hvad på alle niveauer både i hverdagen og i særligt kritiske og følelsesmæssigt voldsomme situationer. Herunder også psykisk førstehjælp og krisehåndtering ved akkumuleret og akut belastning.

► Hvad gjorde vi?

Belastningspsykologien blev formidlet med letforståelige grafiske modeller og anvendt af deltagerne i forbindelse med både oplæg og workshops.

Der blev udleveret små arbejdshæfter om belastningspsykologi med modeller og små opgaver.

I forbindelse med oplæg for arbejdsmiljøgrupperne og TRIO arbejdede man med opgaver i egne AMG/TRIO, så man allerede blev sat i gang med at omsætte teorien til egen praksis.

På workshops blev modellerne igen besøgt analyseret med afsæt i gruppernes egne lokale forhold. Her blev der yderligere udleveret et lille arbejdshæfte om psykisk førstehjælp og krisehåndtering.

Afslutningsvist gav workshopdeltagerne udtryk for hvor de følte sig godt klædt på, og hvor de manglede viden.

Med udgangspunkt i de ønsker og behov, som workshopdeltagerne havde, blev den sidste temadags indhold planlagt.

► De bedste råd

At vælge ét emne, så der er en chance for at man arbejder mere i dybden.

At vælge en tydelig, enkel og fokuseret formidling.

De eksterne konsulenter kom med et gennemarbejdet materiale, hvor megen og kompleks viden er omsat til modeller, som var tegnet i en nærværende og tilgængelig streg, der var let at huske.

At planlægge en proces over tid, som giver mulighed for at fastholde fokus, genbesøge den nye viden og arbejde med det i egen kontekst.