

Temadag om arbejdet med det psykiske arbejdsmiljø

Formål:

Manglende indflydelse på arbejdet, store krav til arbejdet, manglende krav til arbejdet, usikre krav til arbejdet, skiftende omgivelser, tidspres, stress, mobning, manglende/dårlig ledelse er blot nogle af de mange faktorer, der indvirker negativt på det psykiske arbejdsmiljø.

Formålet med denne dag er ikke at blive *klogere* på teorien på området, men for at lære, hvordan vi alle i hverdagen selv kan *påvirke* det i en positiv retning.

Psykisk arbejdsmiljø er noget, vi alle har indflydelse på – det er ikke kun alle de andre!

Indhold:

Der vil på dagen bl.a. blive arbejdet med to sider af det psykiske arbejdsmiljø:

Hvordan kan *jeg* bidrage til det forebyggende arbejde, og
Hvad kan *jeg* gøre, når tingene går galt

Herunder vil der arbejdes med:

- 5 typer af støtte på arbejdspladsen
- Hvordan reduceres stress?
- Tag temperaturen på, hvor stressreducerende arbejdsmiljøet er i din afdeling
- Hvordan spotter jeg en kollega på vej ind i stress?
- Stresssymptomer, fysisk, psykisk og adfærdsmæssigt
- Hvordan viser stress sig?
- Personlige grænser og stress
- Præstationsmønstre & stress
- Hvilke kulturer skaber stressreducerende arbejdsmiljøer? Mobning/chikane – hvordan ser det ud, også når det ikke ligner mobning/ chikane?
- Hvordan håndteres medarbejdere i krise?
- Hvordan ser en krise ud?
- Hvad er symptomerne på folk i krise?
- Hvordan og hvornår skal jeg gribe ind?
- Hvem i afdelingen/virksomheden kan hjælpe mig?

Deltagere:

Direktører, mejerichefer, ledelse, arbejdsledere, arbejdsmiljørepræsentanter, arbejdsmiljøudvalg, arbejdsmiljøorganisationer i mejeriindustrien. For at få det maksimale ud af temadagen anbefales, at det enkelte mejeri deltager i uddannelsen med begge parter.

PRAKTISKE OPLYSNINGER

Arbejdsform:

Temadagen består af en blanding af korte teoretiske indlæg efterfulgt af øvelser, refleksion og ikke mindst udarbejdelse af konkrete handlingsplaner, der kan indføres, når man kommer hjem fra uddannelsen.

Deltagerantal:

Max. 22.

Eksternat:

1 dag.

Deltagergebyr:

Deltagergebyret på 1.470 kr. for MA-medlemmer og 1.870 kr. for andre ex. moms pr. person, der dækker undervisning, undervisningsmaterialer og forplejning opkræves i forbindelse med tilmelding.

Tid og sted:

25. april 2013	Heden & Fjorden, Nupark 47, 7500 Holstebro
Kl. 09.00 – ca. kl. 16.30	

Deltagerbevis:

Deltagerbeviset udleveres til deltageren. Efterfølgende sendes en kopi af deltagerbeviset til virksomheden.

Administration og tilmelding:

Mejeribrugets Arbejdsgiverforening
c/o DI
1787 København V

Henvendelse til: Merethe Pristed

Telefon: 3377 3526

E-mail: mepr@di.dk

1. Virksomheden tilmelder deltageren med angivelse af fulde navn og arbejdssted. Det anbefales at såvel ledelsessiden som medarbejdersiden deltager i uddannelsen.
2. Ca. 3 uger før temadagen fremsendes girokort.
Bemærk: Tilmelding er bindende! Ved afmelding mindre end 14 dage før temadagen betales hele deltagergebyret.

Underviser:

René de Paoli (54) er uddannet dr. psych. & cand.merc. Hertil en række terapeutiske efteruddannelser, med hovedvægt lagt på kognitiv terapi.

Stifter og medejer af de Paoli & Partners A/S, der til dagligt arbejder med leder- og teamudvikling i en række store og mellemstore danske og udenlandske virksomheder, herunder VELUX, Vestas, Danish Crown, Tulip Food Company, Danmarks Nationalbank samt andre penge-institutter, regioner og kommuner.

Har haft en lederkarriere i Danmark og England, før skiftet til konsulentverdenen.

René er desuden ekstern lektor ved Århus Universitet.

Temadag om konflikthåndtering for arbejdsmiljøorganisationen

Formål:

Konflikthåndtering lærer dig at forstå og håndtere de konflikter, der er en del af alle menneskers liv.

Håndterer vi konflikterne rigtigt, er de en kilde til faglig og personlig udvikling – men gør vi ikke det, så er konflikterne lammende for vores udvikling. Forandringer giver typisk anledning til konflikter, men godt håndterede konflikter giver også plads til forandringer og udvikling.

Indhold:

- Konflikttrappen – en konflikts udvikling
- De 5 konfliktstile (Thomas-Kilmann Indikatoren)
- Kunsten at opfange konfliktsignaler
- Indblik i egen konfliktstil
- Hvordan man justerer på egen konfliktstil?
- Om brug af overspringshandlinger i konfliktsituationer
- Personlige triggere – Hvad tænder mig?
- Kommunikationen der optrapper eller nedtrapper en konflikt
- Brugen af ligeværdig kommunikation
- Mine personlige udfordringer i konfliktsituationer, og hvad jeg gør ved dem.

Deltagere:

Direktører, mejerichefer, ledelse, arbejdsledere, arbejdsmiljørepræsentanter, arbejdsmiljøudvalg, arbejdsmiljøorganisationer i mejeriindustrien. For at få det maksimale udbytte af temadagen anbefales, at det enkelte mejeri deltager i uddannelsen med begge parter.

PRAKTISKE OPLYSNINGER

Arbejdsform:

Temadagen består af en blanding af korte teoretiske indlæg efterfulgt af øvelser, træningscases baseret på deltagernes egne oplevelser og ikke mindst udarbejdelse af konkrete handlingsplaner, der kan indføres, når man kommer hjem fra kurset.

Deltagerantal:

Max. 14.

Eksternat:

1 dag.

Deltagergebyr:

Deltagergebyret på 1.940 kr. ex. moms pr. person for MA-medlemmer og 2.340 kr. for andre, der dækker undervisning, undervisningsmaterialer og forplejning opkræves i forbindelse med tilmelding.

Tid og sted:

20. juni 2013	Heden & Fjorden, Birk Centerpark 24, 7400 Herning
Kl. 09.00 – ca. kl. 16.30	

Deltagerbevis:

Deltagerbeviset udleveres til deltageren. Efterfølgende sendes en kopi af deltagerbeviset til virksomheden.

Administration og tilmelding:

Mejeribrugets Arbejdsgiverforening
c/o DI
1787 København V

Henvendelse til: Merethe Pristed

Telefon: 3377 3526

E-mail: mepr@di.dk

- 1. Virksomheden tilmelder deltageren med angivelse af fulde navn og arbejdssted. Det anbefales at såvel ledelsessiden som medarbejdersiden deltager i uddannelsen.**
- 2. Ca. 3 uger før temadagen fremsendes girokort.**
Bemærk: Tilmelding er bindende! Ved afmelding mindre end 14 dage før temadagen betales hele deltagergebyret.

Underviser:

René de Paoli (54) er uddannet dr. psych. & cand.merc. Hertil en række terapeutiske efteruddannelser, med hovedvægt lagt på kognitiv terapi.

Stifter og medejer af de Paoli & Partners A/S, der til dagligt arbejder med leder- og teamudvikling i en række store og mellemstore danske og udenlandske virksomheder, herunder VELUX, Vestas, Danish Crown, Tulip Food Company, Danmarks Nationalbank samt andre penge-institutter, regioner og kommuner.

Har haft en lederkarriere i Danmark og England, før skiftet til konsulentverdenen.

René er desuden ekstern lektor ved Århus Universitet.

