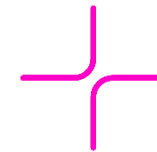


KURSUS I PSYKISK ARBEJDS- MILJØ OG TRIVSEL

LEDERENS ROLLE I AT GENSKABE BALANCER SAMT
FOREBYGGE OG HÅNTERE MISTRIVSEL OG STRESS

LEAD+

UNDERVISERE PÅ UDDANNELSEN



Anne Kirstine Kristensen

Underviser på modul 1 &
Projektleder
Cand.psych.
Ledelseskonsulent i LEAD+



Kim Martin Nielsen

Underviser på modul 2
Cand. Mag. i pædagogik og
Master of Management
Development
Partner i LEAD+



Mickey Klysner Riis

Underviser på modul 3
Cand.psych.
Chefkonsulent i LEAD+

OVERBLIK OVER UDDANNELSESFORLØBET

Uddannelsen i Ledelse af Psykisk Arbejds miljø består af 1 workshop og 3 moduler, der vil stille skarpt på hvert sit perspektiv på arbejdet med det psykiske arbejdsmiljø.

Opstarts Workshop

TRIO-gruppens introduktion til uddannelsen og nøglemodeller

Introduktion til et udpluk af den nyeste viden og modeller fra uddannelsen

Sæt fokus på det, I som TRIO ønsker at arbejde videre med fra uddannelsen

Afstem roller og forventninger



Læs tilsendte artikler



Møde med TRIO

Modul 1

Lederens rolle i styrkelsen af psykisk arbejdsmiljø

Hvad er "et psykisk arbejdsmiljø" og hvad er lederens rolle heri?

Proces fra trivsel og engagement til stressrelateret sygefravær

Psykologisk tryghed i dine nøglerelationer

Individuel udviklingsplan



Læs tilsendte artikler



Møde med TRIO

Modul 2

Ledelse af teamets og organisationens kultur for psykisk arbejdsmiljø

Kultur og psykisk arbejdsmiljø

Mindset og læringskultur

Det psykiske arbejdsmiljø i tværfagligt samarbejde og grænseskrydsende ledelse



Læs tilsendte artikler



Møde med TRIO

Modul 3

Lederens rolle i at genskabe balancer samt forebygge og håndtere mistrivsel og stress

Sammenhæng mellem egen trivsel og psykisk arbejdsmiljø

At være nøglepersoner og rollemodeller

Hvordan forebygger og mindsker du stress

Konkrete redskaber til håndtering af stress og mistrivsel

I arbejder i egen praksis med tiltag og handlinger med afsæt i jeres Handleplan.

FORMÅL MED MODUL 3

Lederens rolle i at genskabe balancer samt forebygge og håndtere mistrivsel og stress

At give dig viden om og konkrete redskaber til at lede og påvirke sammenhængen mellem egen trivsel og adfærd og det psykiske arbejdsmiljø ved at give dig:

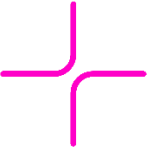
- Forståelse for sammenhængen mellem din egen rolle, din egen psykologi og adfærd, og medarbejdernes psykiske arbejdsmiljø
- Værktøjer til at identificere og forebygge arbejdsrelateret stress
- Værktøjer til at kunne håndtere mistrivsel og stress hos den enkelte medarbejder og i teamet/afdelingen



PROGRAM FOR MODUL 3

09.00 – 09.30	Velkomst, rammesætning og tjek ind siden sidst
09.30 – 10.30	Livet som leder i Nyborg Kommune: Hvad kalder det på fra mig?
10.30 – 10.45	Pause
10.45 – 11.30	Lederens krydspres
11.30 – 12.30	Lederens psykiske arbejdsmiljø – Ansvar for dig selv
12.30 – 13.15	Frokost
13.15 – 14.30	Det personlige lederskab ift. ledelse af psykisk arbejdsmiljø
14.30 – 14.45	Pause
14.45 – 15.10	Samtalediamanten og tilbagevenden til arbejdet
15.10 – 15.30	Aktiver dine nøglerelationer i organisationen
15.30 – 15.45	Individuel udviklingsplan og handleplan
15.45 – 16.00	Afrunding, evaluering og tak for i dag

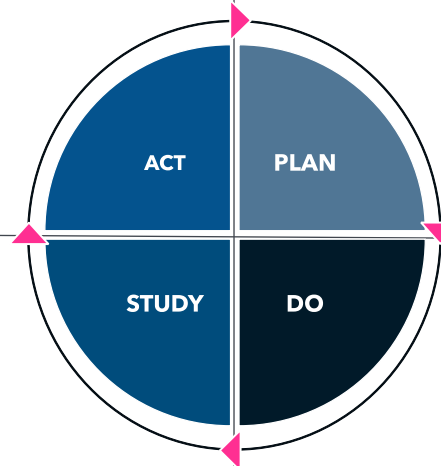




Hvor og hvordan i min ledelse af det psykiske arbejdsmiljø vil jeg sætte tiltag i gang, for at lykkes med at styrke det psykiske arbejdsmiljø?

4. Planlæg næste skridt: Skal jeg fortsætte mine tiltag og hvordan, eller planlægge nye? Hvem skal hjælpe mig?

1. Planlæg: Hvilket tema vil jeg arbejde med? Hvad ønsker jeg at opnå hermed?



2. Tiltag: Hvordan skal jeg gøre det? Her beskriver jeg hvilke tiltag, jeg vil benytte til det, og hvem der skal hjælpe mig:

3. Evaluering/refleksion:

- Hvordan er mine tiltag gået?
- Har de haft den ønskede effekt ift. det jeg gerne ville opnå?
- Hvilke(t) spørgsmål er jeg optaget af at finde svar på i dag?

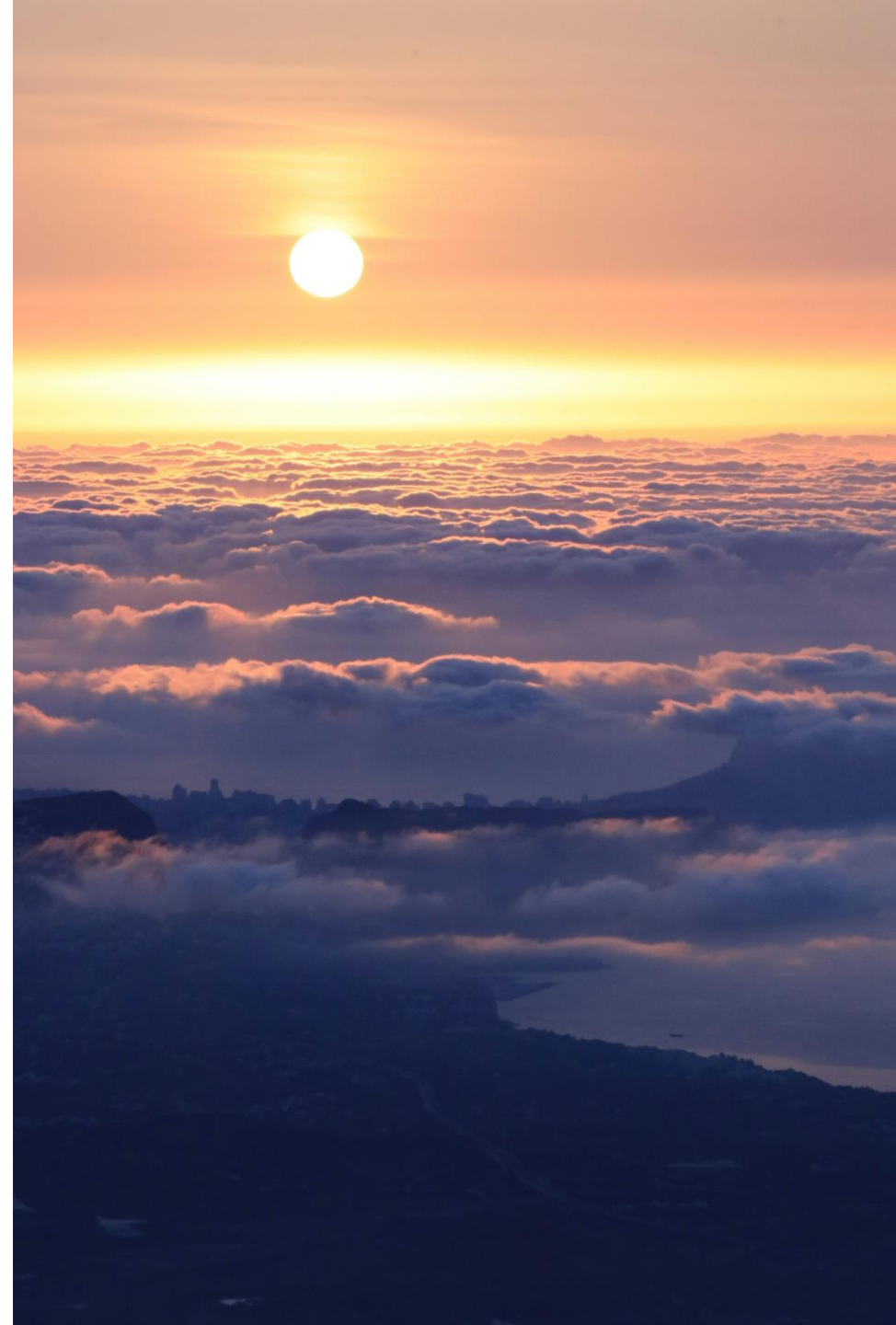
PROGRAM FOR MODUL 3

09.00 – 09.30	Velkomst, rammesætning og tjek ind siden sidst
09.30 – 10.30	Livet som leder i Nyborg Kommune: Hvad kalder det på fra mig?
10.30 – 10.45	Pause
10.45 – 11.30	Lederens krydspres
11.30 – 12.30	Lederens psykiske arbejdsmiljø – Ansvar for dig selv
12.30 – 13.15	Frokost
13.15 – 14.30	Det personlige lederskab ift. ledelse af psykisk arbejdsmiljø
14.30 – 14.45	Pause
14.45 – 15.10	Samtalediamanten og tilbagevenden til arbejdet
15.10 – 15.30	Aktiver dine nøglerelationer i organisationen
15.30 – 15.45	Individuel udviklingsplan og handleplan
15.45 – 16.00	Afrunding, evaluering og tak for i dag



ET DYK DYBERE NED I LIVET SOM LEDER

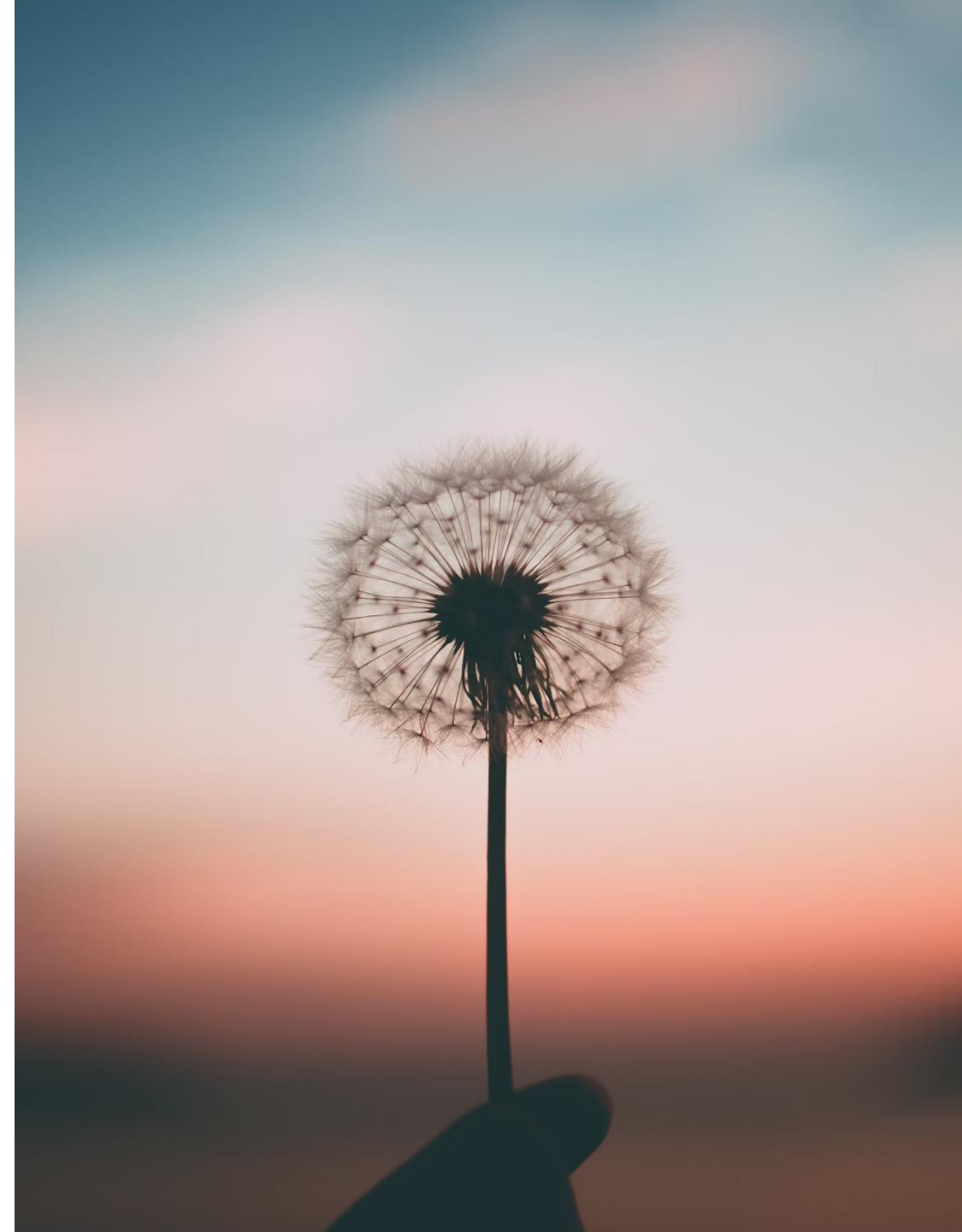
- ✦ Find et eller to billeder, der symboliserer nedenstående spørgsmål:
- *Hvilken leder, vil jeg gerne være for andre?*
 - *Hvad gør livet som leder ved mig?*
 - *Hvilke håb har jeg for mit fremtidige lederliv?*



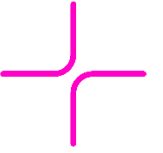
REFLEKSION OVER LIVET SOM LEDER

1. Gå sammen i grupper af 4 personer.
2. Stil jer i en cirkel
3. Den første person præsenterer sine billeder
4. De andre personer lægger mærke til:
 - Hvad de kan genkende hos sig selv
 - Hvad gør indtryk på dig og rører dig?
5. Den næste person præsenterer sit billede

Der er ca. 10 minutter til hver person.



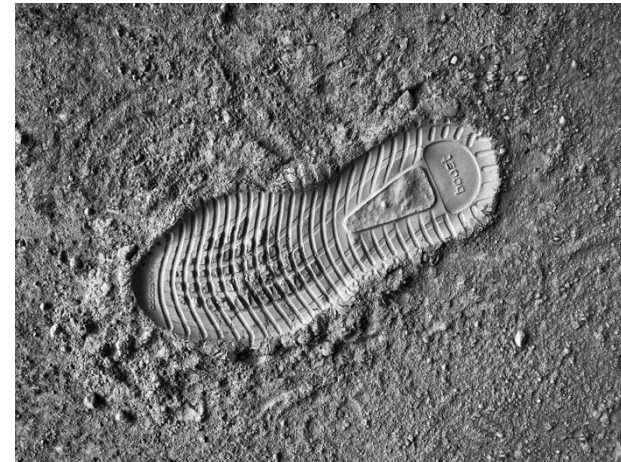
OPSAMLING I PLENUM



+ Hvad kan I genkende?



+ Hvad har gjort indtryk på jer?



PROGRAM FOR MODUL 3

09.00 – 09.30	Velkomst, rammesætning og tjek ind siden sidst
09.30 – 10.30	Livet som leder i Nyborg Kommune: Hvad kalder det på fra mig?
10.30 – 10.45	Pause
10.45 – 11.30	Lederens krydspres
11.30 – 12.30	Lederens psykiske arbejdsmiljø – Ansvar for dig selv
12.30 – 13.15	Frokost
13.15 – 14.30	Det personlige lederskab ift. ledelse af psykisk arbejdsmiljø
14.30 – 14.45	Pause
14.45 – 15.10	Samtalediamanten og tilbagevenden til arbejdet
15.10 – 15.30	Aktiver dine nøglerelationer i organisationen
15.30 – 15.45	Individuel udviklingsplan og handleplan
15.45 – 16.00	Afrunding, evaluering og tak for i dag



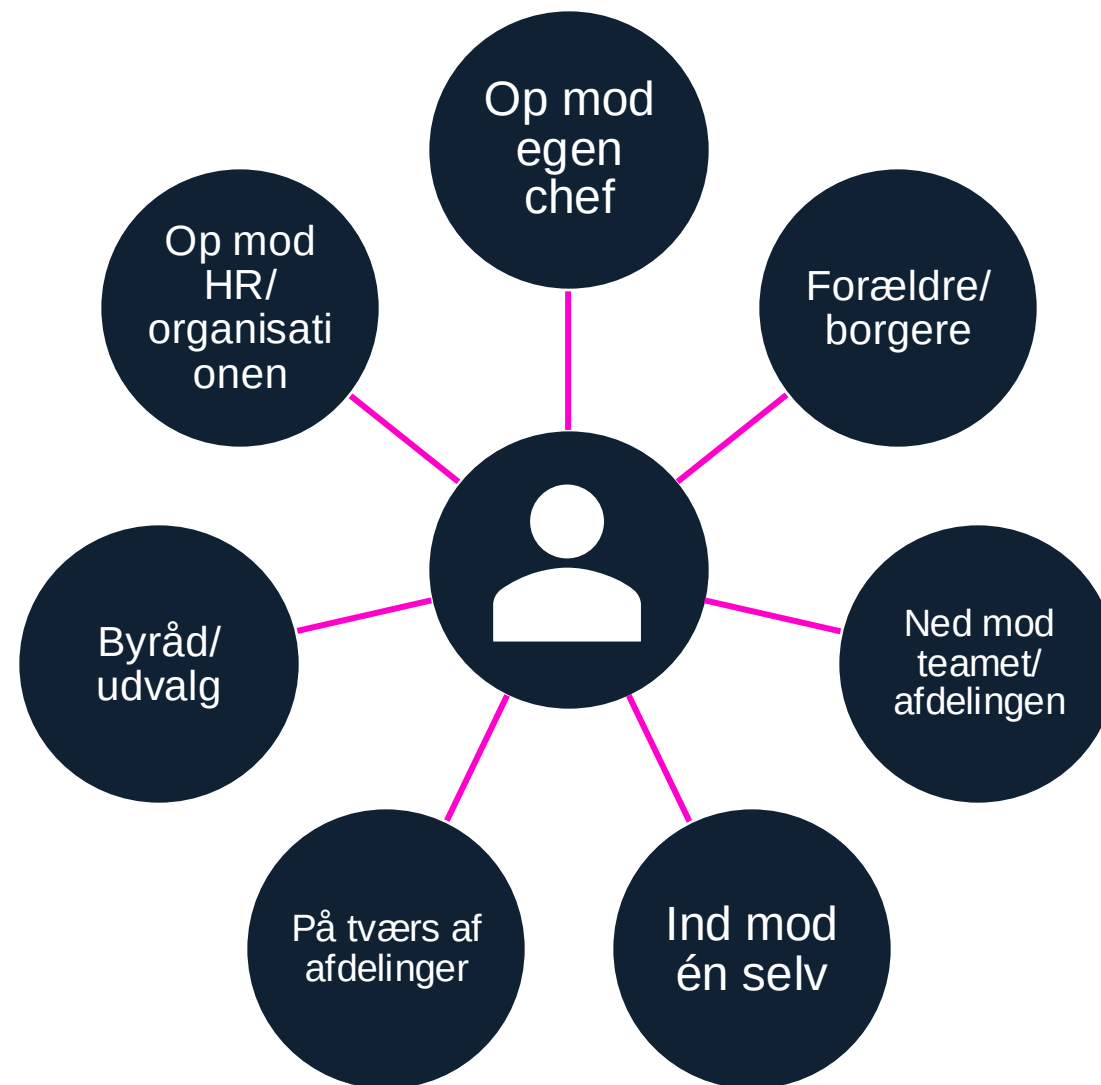
1. LEDERENS KRYDSPRES

LEAD+
enter next level



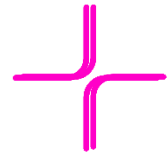
LEDERENS KRYDSPRES

Ledelse er spundet ind i en række relationer, krav og forventninger.



KOMPLEKSITET



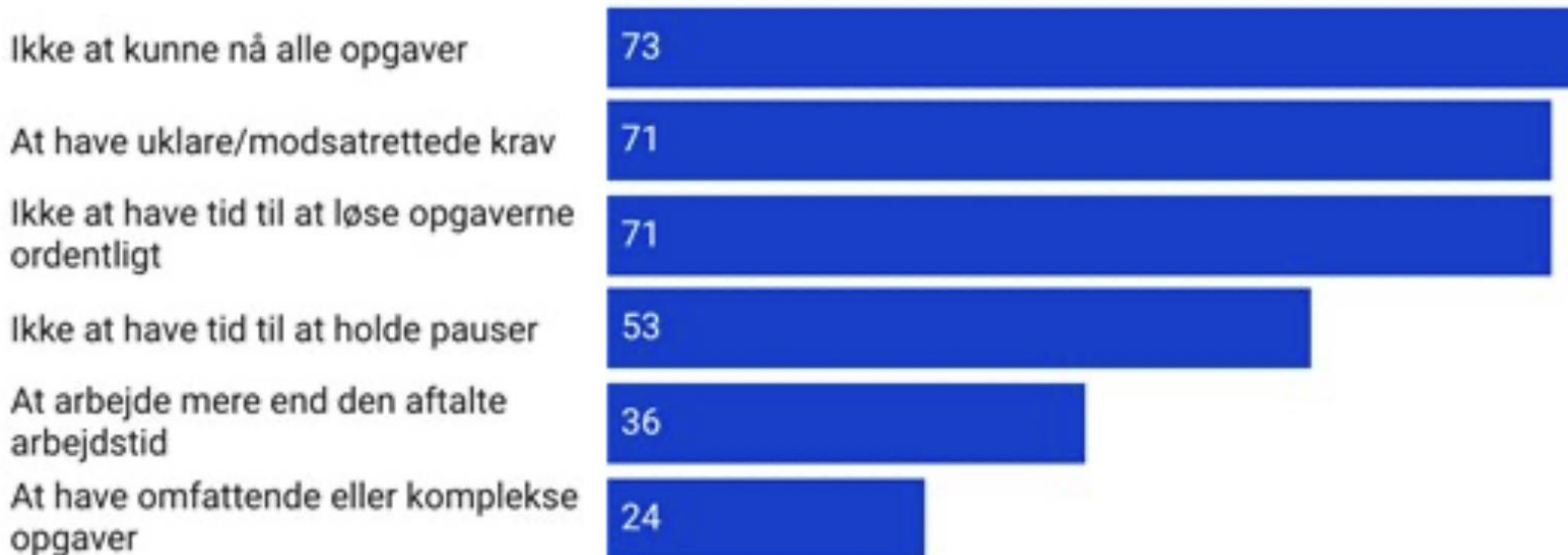
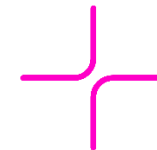


KOMPLEKSITETSTÆNKNING

- + Ledere kan ikke designe og kontrollere organisatoriske processer – til trods for de typiske forventninger, projektioner og fantasier, der findes om ledere
- + Men de kan påvirke processerne gennem deres deltagelse i dem, og gennem deres evne til at hæve kompetencerne og opmærksomheden hos andre.



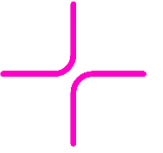
DET FORRINGER TRIVSLEN MEST FOR LEDERNE



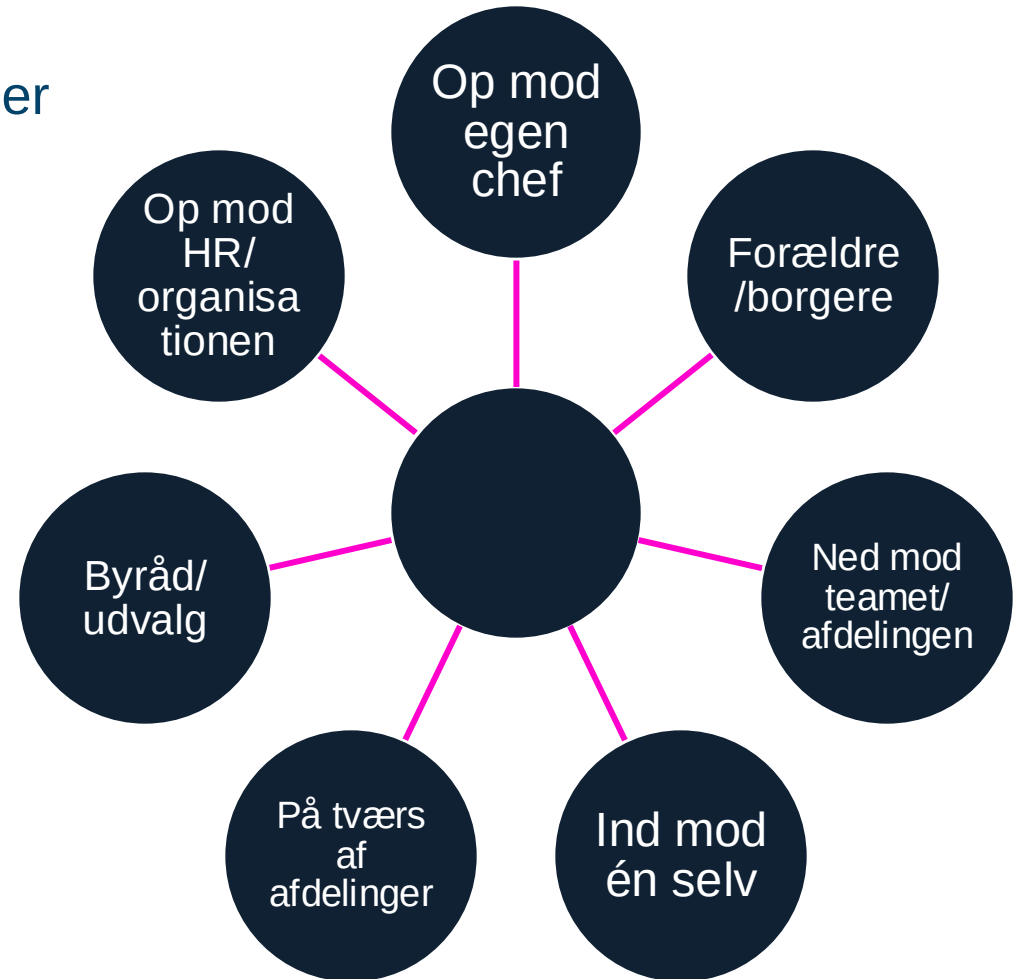
Kilde: Stressundersøgelse 2022

Lavet med Datawrapper

REFLEKSIONSØVELSE



+ Drøft to-og-to: Hvilke krydspres oplever du, der påvirker din trivsel og overskud?

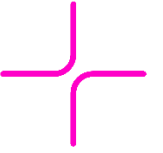


PROGRAM FOR MODUL 3

09.00 – 09.30	Velkomst, rammesætning og tjek ind siden sidst
09.30 – 10.30	Livet som leder i Nyborg Kommune: Hvad kalder det på fra mig?
10.30 – 10.45	Pause
10.45 – 11.30	Lederens krydspres
11.30 – 12.30	Lederens psykiske arbejdsmiljø – Ansvar for dig selv
12.30 – 13.15	Frokost
13.15 – 14.30	Det personlige lederskab ift. ledelse af psykisk arbejdsmiljø
14.30 – 14.45	Pause
14.45 – 15.10	Samtalediamanten og tilbagevenden til arbejdet
15.10 – 15.30	Aktiver dine nøglerelationer i organisationen
15.30 – 15.45	Individuel udviklingsplan og handleplan
15.45 – 16.00	Afrunding, evaluering og tak for i dag



TRE CENTRALE POINTER FOR LEDERE



Påvirkning på andre

Som leder har du en direkte påvirkning på dine medarbejders trivsel og effektivitet igennem tre kanaler:

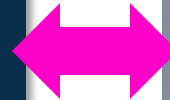
- ✓ Din direkte ledelse
- ✓ Din måde at være rollemodel på
- ✓ Dit humør og din sindsstemning

Ansvar for dig selv

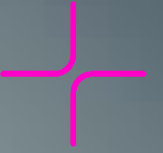
Lederrollen rummer en indbygget risiko for pres, overbelastning og stress pga. jobbets potentielle grænseløshed, kompleksitet og sammenhæng mellem ansvar og kontrol.

Som leder har du et ansvar for aktivt at gribe ind, når medarbejdere mistrives eller bliver overbelastede – både overfor den enkelte og overfor gruppen.

Rollen og ansvar for andre



SMITTEEFFEKTEN

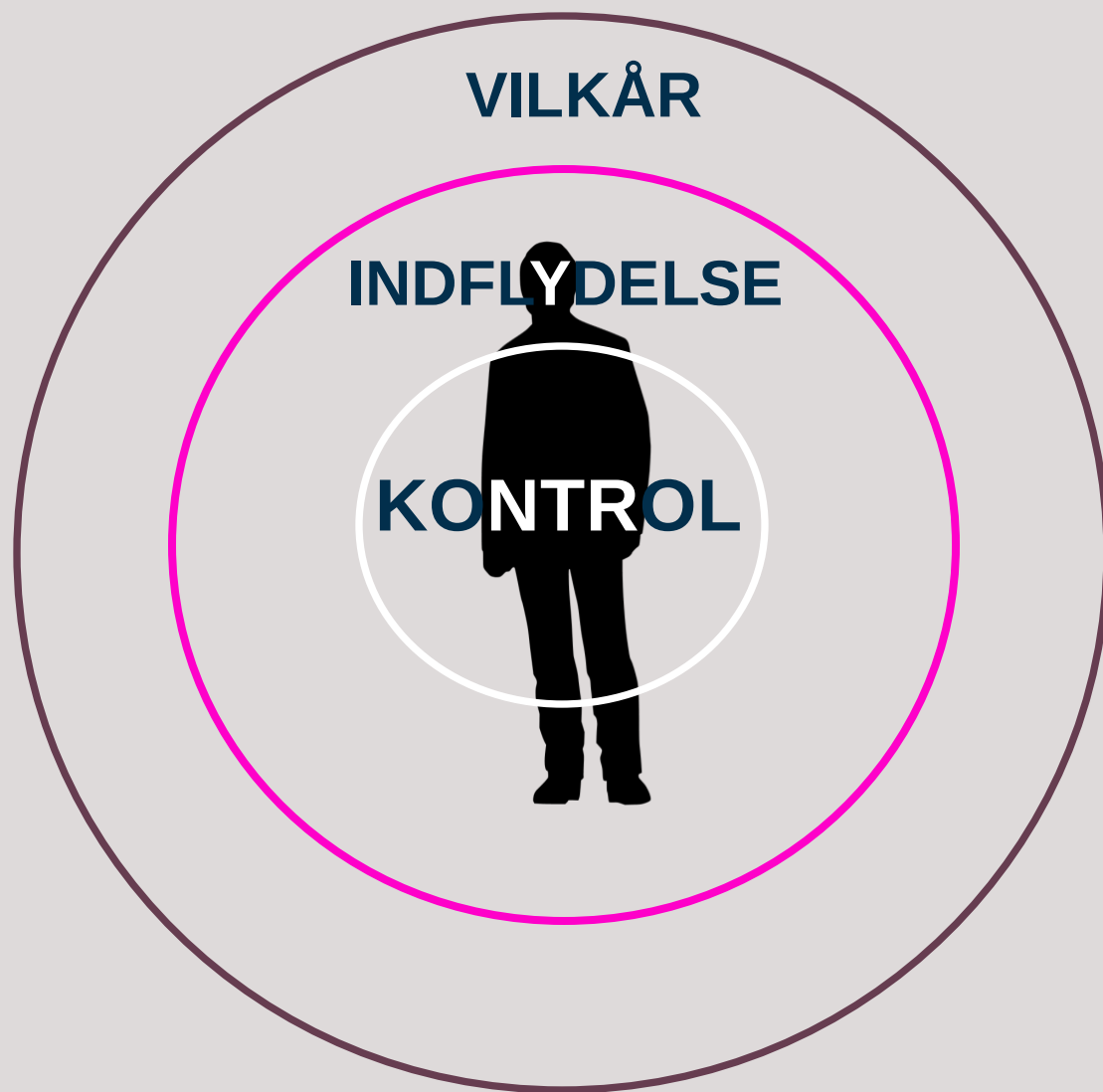
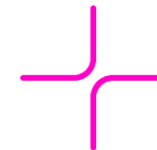


*People will forget what you said.
They will forget what you did.
But they will always remember how you
made them feel.*

Maya Angelou



Hvad kan jeg gøre noget ved - Kontrolcirklen



- Centrale afklaringer og refleksioner ift. at navigere i krydspres:
- Hvad vil jeg med det jeg skal?
- Hvor har jeg råderum til selv at beslutte?
 - Hvad SKAL mine medarbejdere gøre?
 - Hvad KAN de gøre?
- Hvordan sorterer, prioriterer, oversætter og styrer jeg opgaver på måder, der understøtte både min egen og andres trivsel?

HVORDAN SØRGER JEG FOR AT HOLDE MIG I BALANCE?



Hvad fylder ressourcebeholderen?

Dejlig søvn
Gode grin
Gåture
Sjove/ vigtige/ interessante opgaver
En faglig snak
Frokost
Overblik



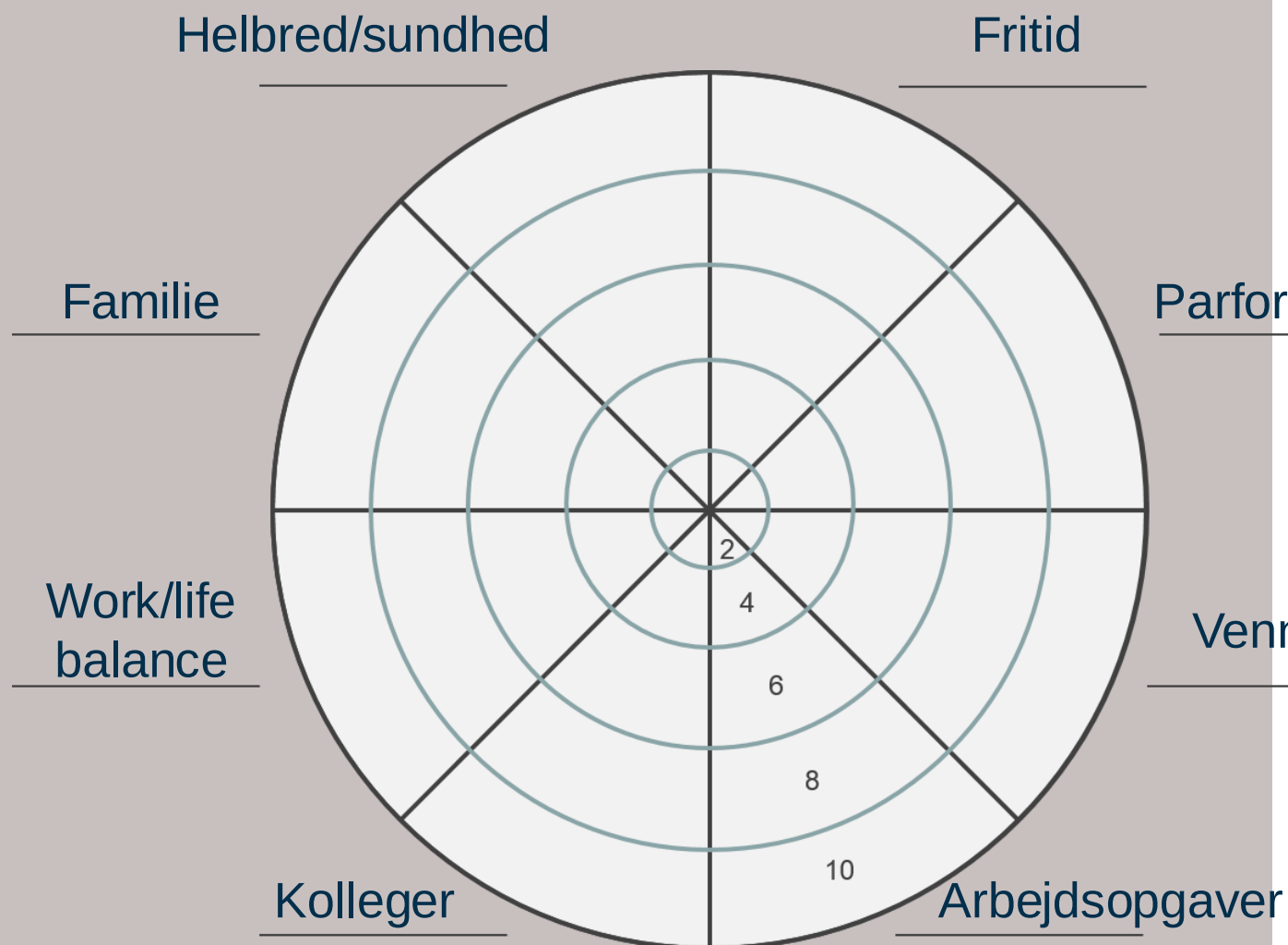
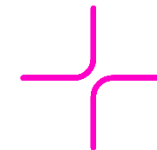
Hvad tømmer ressourcebeholderen?

Træthed
Bekymringer
Konflikter
For mange ting på en gang
Stressede personer
Manglende overblik
Kedelige opgaver



DEN LANGTIDSHOLDBARE LEDER ...

LIVSHJULET

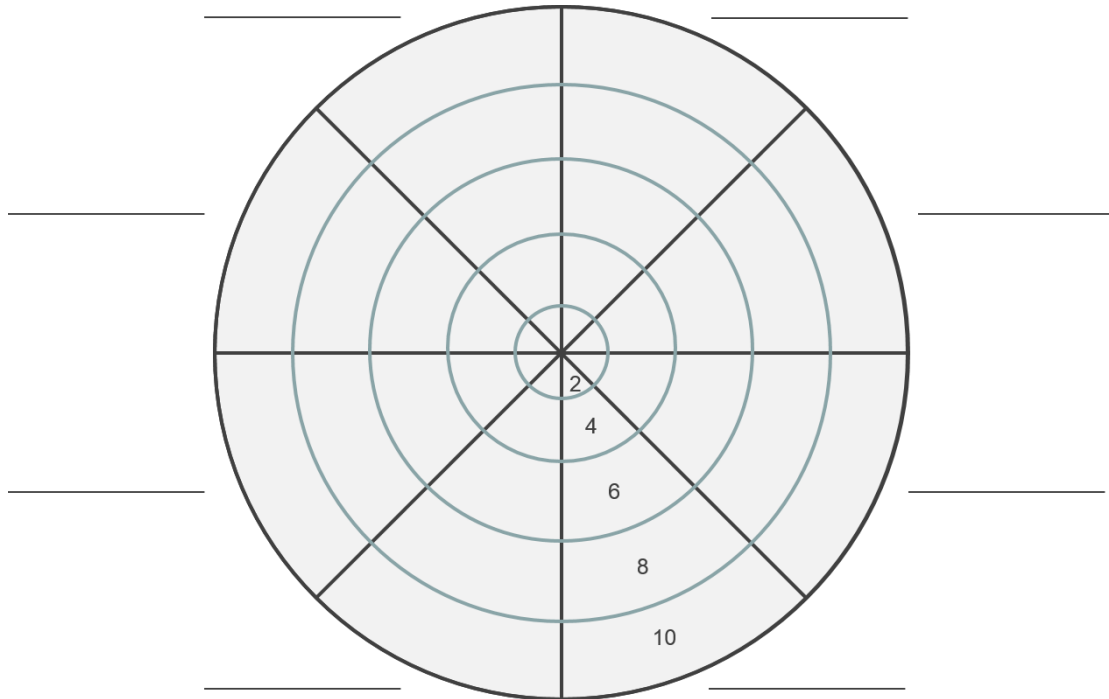


1. Inddel hjulet i dine egne livsområder
 - + Hvor tilfreds er du inden for hvert enkelt område?
 - + Giv hvert af områderne en karakter fra 0 til 10, hvor 0 er lavest og 10 er bedst.
 - + Det inderste af hjulet repræsenterer 0 og det yderste 10.
2. Spørg dig selv:
 - + Ser mit livshjul ud som jeg ønsker, det skal se ud?
 - + Hvilke områder af mit livshjul er vigtigst for mig at fokusere på?
 - + Hvilke områder af mit livshjul skal jeg have ændret ved?

LIVSHJULET

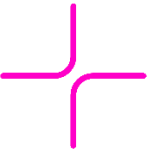
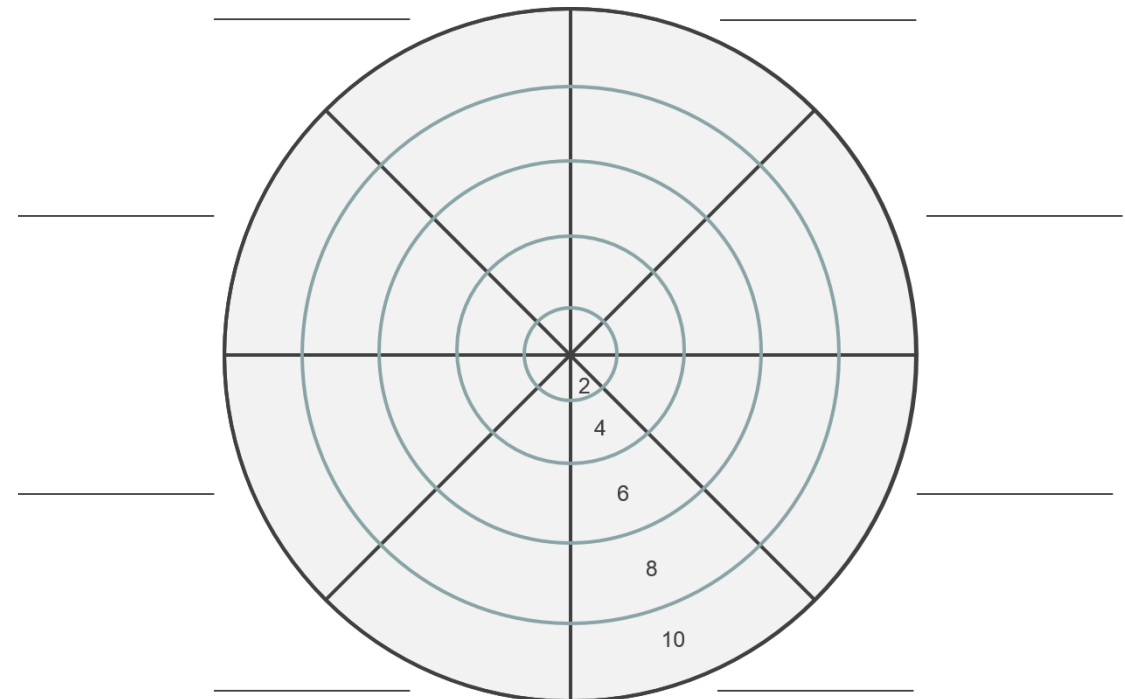
1. Status lige nu: Inddel hjulet i dine egne livsområder

- ✦ Hvor tilfreds er du inden for hvert enkelt område?
- ✦ Giv hvert af områderne en karakter fra 0 til 10, hvor 0 er lavest og 10 er bedst.
- ✦ Det inderste af hjulet repræsenterer 0 og det yderste 10.



2. Ønsket tilstand: Spørg dig selv

- ✦ Ser mit livshjul ud som jeg ønsker, det skal se ud?
- ✦ Hvilke områder af mit livshjul er vigtigst for mig at fokusere på?
- ✦ Hvilke områder af mit livshjul skal jeg have ændret ved? Lav et nyt livshjul som du ønsker det skal se ud.



REFLEKSIONSSPØRGSMÅL

- ✦ På hvilke områder har jeg måske forsømt mig selv en smule? Hvad har tidligere givet mig energi, som jeg er stoppet med?



FROKOST

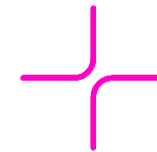


PROGRAM FOR MODUL 3

09.00 – 09.30	Velkomst, rammesætning og tjek ind siden sidst
09.30 – 10.30	Livet som leder i Nyborg Kommune: Hvad kalder det på fra mig?
10.30 – 10.45	Pause
10.45 – 11.30	Lederens krydspres
11.30 – 12.30	Lederens psykiske arbejdsmiljø – Ansvar for dig selv
12.30 – 13.15	Frokost
13.15 – 14.30	Det personlige lederskab ift. ledelse af psykisk arbejdsmiljø
14.30 – 14.45	Pause
14.45 – 15.10	Samtalediamanten og tilbagevenden til arbejdet
15.10 – 15.30	Aktiver dine nøglerelationer i organisationen
15.30 – 15.45	Individuel udviklingsplan og handleplan
15.45 – 16.00	Afrunding, evaluering og tak for i dag



KAN I HUSKE HVILKET GULDKORN, "I VAR" PÅ MODUL 1?



DE SEKS GULDKORN

Indflydelse

Jeg kan påvirke vigtige beslutninger og forhold omkring mit arbejde

Social støtte

Jeg har gode relationer til kolleger og chef, hvor vi interesserer os for hinanden, og bakker hinanden op

Mening

Jeg oplever, at mit arbejde er meningsfuldt og at jeg kan gøre en vigtig forskel

Belønning

Jeg får anerkendelse og feedback på mit arbejde, og andre finder min indsats værdifuld

Forudsigelighed

Der er en vis forudsigelighed i mit arbejde, og jeg føler mig velinformeret

Krav

Kravene til mig balancerer fornuftigt imellem det nemme og det udfordrende

LEDELSE KALDER PÅ EN DYNAMISK BALANCERING

+ Versatil ledelse:

"Evnen til at læse og respondere på skiftende omstændigheder med et bredt handlerepertoire; at frit kunne bruge modsatrettede tilgange, uafhængigt af personlige præferencer og fordomme overfor særlige ledelsesstile"

(Kaiser & Kaplan)

= lederens evne til at mestre og balancere modsatrettede ledelsesstile

HVORDAN DU LEDER



Styrende

Bruger personlig og positionel magt

- + Tager styring
- + Beslutter
- + Skubber på



Støttende

Involverer og gør andre gode

- + Bemyndiger
- + Involverer
- + Støtter

HVAD DU LEDER



Strategisk

Positionerer organisationen til succes på den lange bane

- + Retning
- + Forbedring
- + Innovation

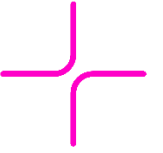


Operationel

Fokuserer organisationen på detaljerne i at få eksekveret

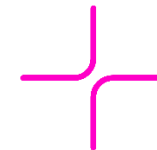
- + Eksekvering
- + Omkostningsbevidsthed
- + Orden

NÅR STYRKER BLIVER TIL FALDGRUBER



- Den klassiske forsimpning - styrker og svagheder
 - Bygger på en "maksimum er optimum"-tankegang
- Styrker er forbundet med ens personlighed eller selvidentitet
- Styrker forbindes med tidligere succeser eller falder os naturligt - falder tilbage på i stressede situationer

STYRKER OG SVAGHEDER IFT. AT LEDE DET PSYKISK ARBEJDSMILJØ



STYRKE

1. Hvad er din største styrke ift. at lede det psykiske arbejdsmiljø?
 - Fx Gøre en forskel for mine medarbejdere

FALDGRUBE

2. Hvad sker der når du overgør det? - når det bliver for meget af det gode?
Fx Overansvarlig,

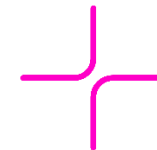
ALLERGI

4. Og hvad sker der, når det til højre bliver for meget af det gode?
5. Fx: Ligeglad,, uengageret

UDVIKLINGSPUNKT

3. Det positivt modsatte: Hvordan vil det se ud, hvis du gjorde det modsatte af ovenstående, gjorde noget andet end du plejer?
 - Fx Accept af egne og andre grænser, målrettet engagement

STYRKER OG SVAGHEDER IFT. AT LEDE DET PSYKISK ARBEJDSMILJØ



STYRKE

1. Hvad er din største styrke ift. at lede det psykiske arbejdsmiljø?

FALDGRUBE

2. Hvad sker der når du overgør det? - Når det bliver for meget af det gode?

ALLERGI

4. Og hvad sker der, når det til højre bliver for meget af det gode?

UDVIKLINGSPUNKT

3. Det positivt modsatte: Hvordan vil det se ud, hvis du gjorde det modsatte af ovenstående, gjorde noget andet end du plejer?

WALK AND TALK

Præsentation

- Præsenter din talent pitfall
- Hvad vil jeg særligt gerne have jeres refleksioner omkring?

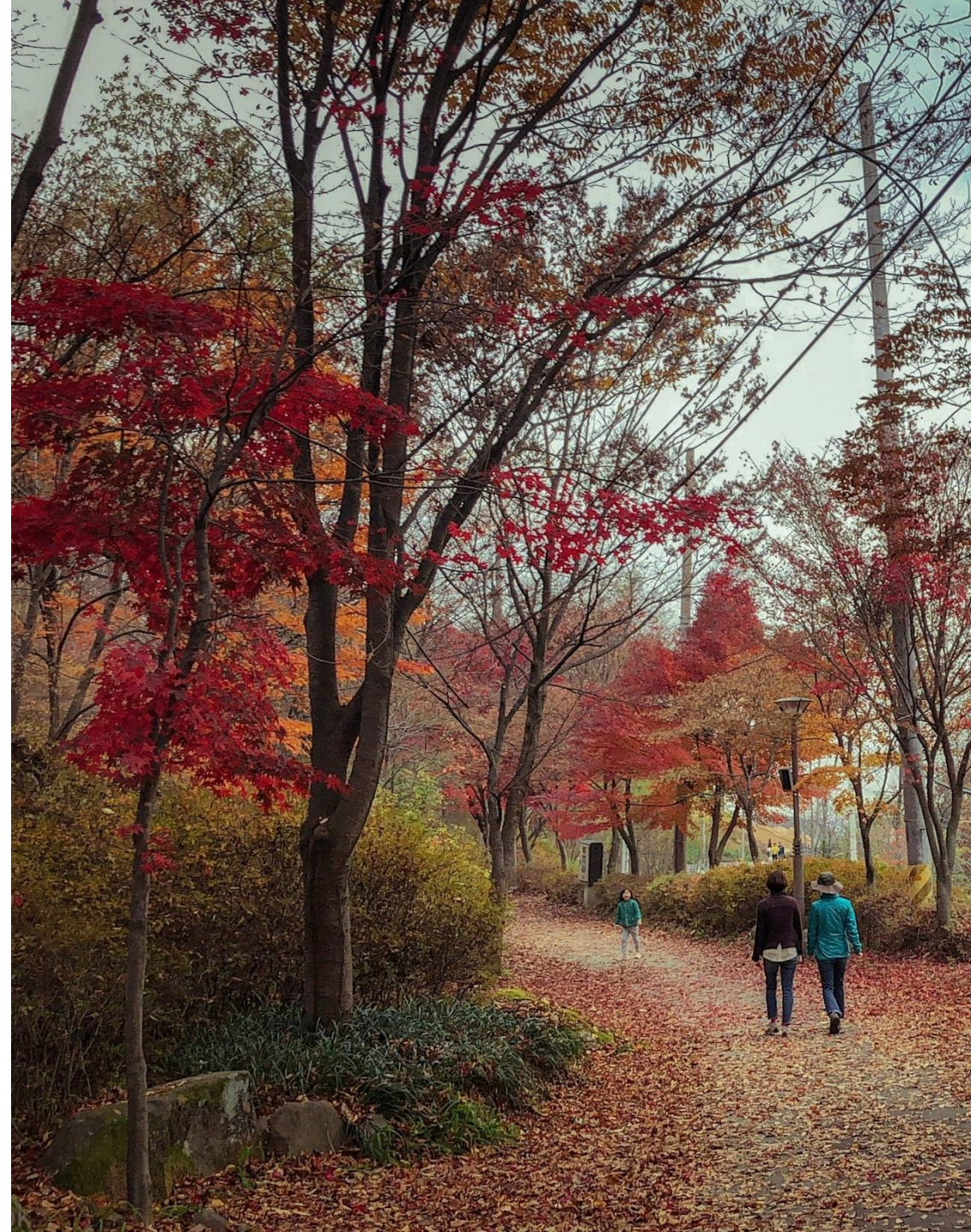
Kvittering fra de andre:

- Hvad er især genkendeligt?
- Hvilke hjælpende råd, ideer eller refleksioner har jeg i relation til den udfordring x gerne vil have sparring på?

Kvittering fra den, der har fået feedback

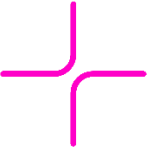
- Tak! Det jeg særligt tager med herfra er...
- Umiddelbart får jeg lyst til at til prøve/gøre følgende...

* Husk at vælge en tidsstyre, så alle kommer på





KAFFEPAUSE



PROGRAM FOR MODUL 3

09.00 – 09.30	Velkomst, rammesætning og tjek ind siden sidst
09.30 – 10.30	Livet som leder i Nyborg Kommune: Hvad kalder det på fra mig?
10.30 – 10.45	Pause
10.45 – 11.30	Lederens krydspres
11.30 – 12.30	Lederens psykiske arbejdsmiljø – Ansvar for dig selv
12.30 – 13.15	Frokost
13.15 – 14.30	Det personlige lederskab ift. ledelse af psykisk arbejdsmiljø
14.30 – 14.45	Pause
14.45 – 15.10	Samtalediamanten og tilbagevenden til arbejdet
15.10 – 15.30	Aktiver dine nøglerelationer i organisationen
15.30 – 15.45	Individuel udviklingsplan og handleplan
15.45 – 16.00	Afrunding, evaluering og tak for i dag





HVAD ER STRESS?

Ordet ”**stress**” kommer fra latin: stringere, som betyder stramme til eller snøre til.

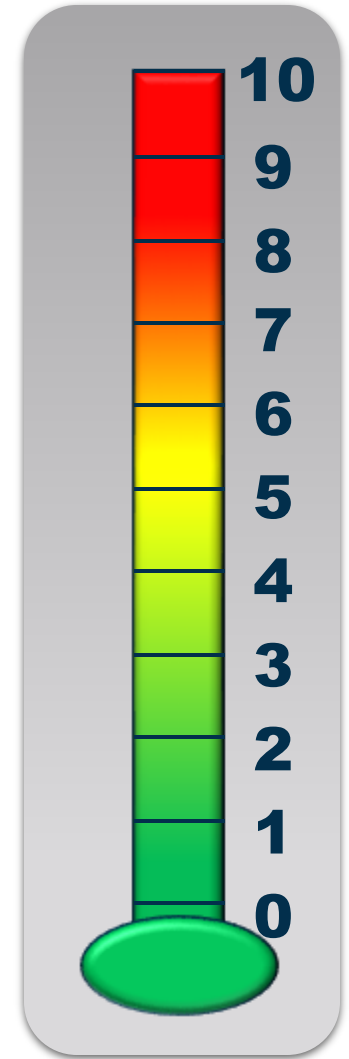
I medicinsk forstand er stress ”en tilstand i organismen forårsaget af en belastning”.

Så stress er altså: **Kroppens reaktion på en belastning**. Belastningen aktiverer særlige dele af vores nervesystem og frigiver de såkaldte stress-hormoner.

Kortvarig stress kan gøre os i stand til at yde en ekstra indsats.

Langvarig stress belaster vores krop og psyke, og giver både fysiske og psykiske symptomer.

Bo Netterstrøm, 2014



ARBEJDET ER EN AFGØRENDE ÅRSAG TIL STRESSSYGEMELDINGER



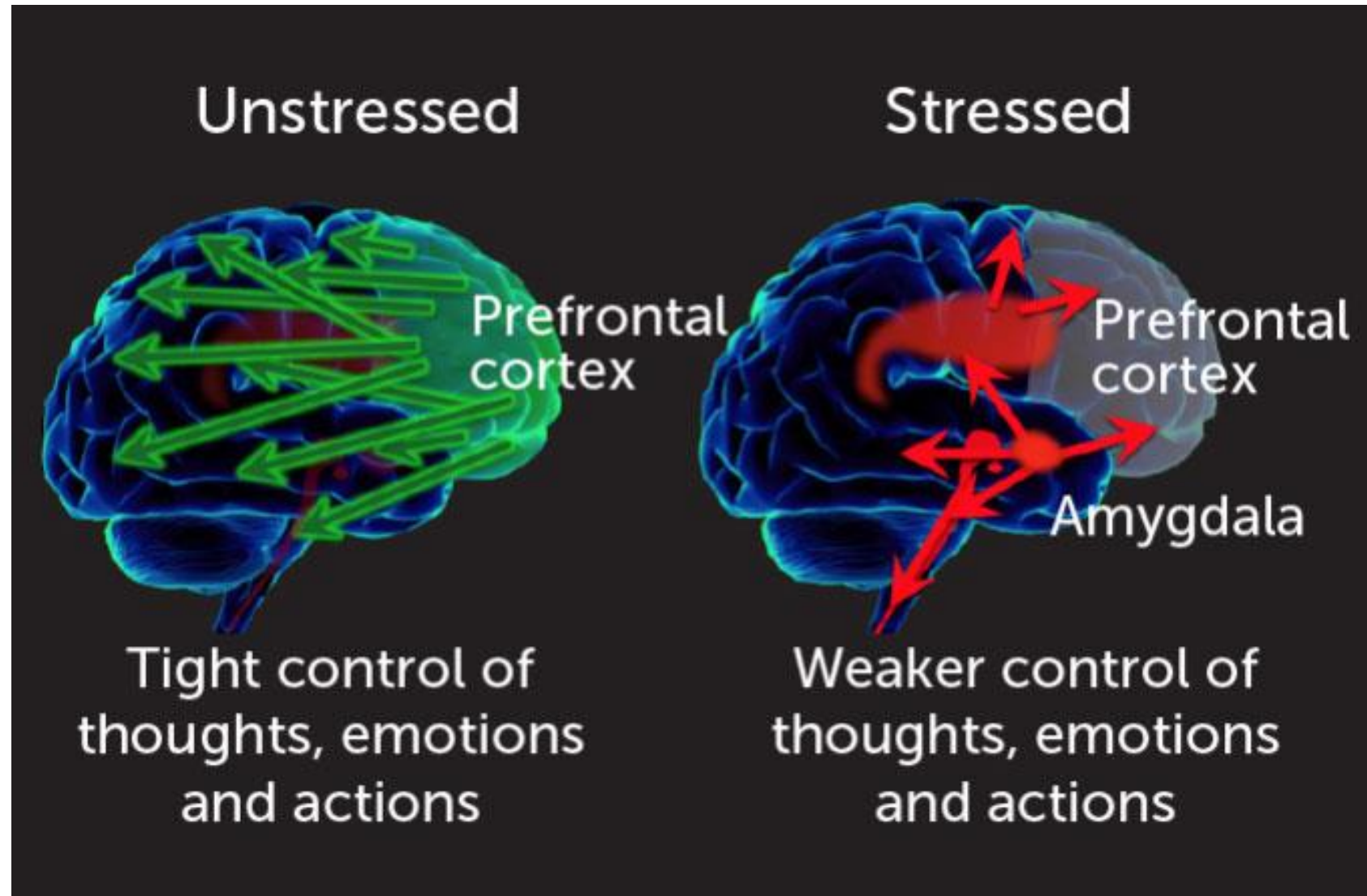
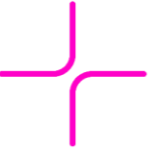
- Flere undersøgelser peger på, at **forhold i arbejdet** ofte er den primære årsag til en sygemelding med stress
- *"Lederne, med medarbejdere, der led af stress, havde tendens til at fralægge sig ansvar ved at fokusere på private og personlige årsager til sygemeldingen eller ved at betvivle hvorvidt den sygemeldte virkelig var stresset."*

Fig. 6 Behandlernes vurdering af årsagen til stresssygemeldingen (n=56)

Arbejdspres	Slet ikke/mindre grad	6%
	Moderat/høj grad	94%
Generelt dårligt arbejdsmiljø/omstruktureringer	Slet ikke/mindre grad	9%
	Moderat/høj grad	91%
Dårlig ledelse	Slet ikke/mindre grad	13%
	Moderat/høj grad	87%
Personlig oplevelse på arbejdet fx traumatisk oplevelse/mobning/andet	Slet ikke/mindre grad	50%
	Moderat/høj grad	50%
Arbejdsrelaterede belastninger – SAMLET	Slet ikke/mindre grad	0%
	Moderat/høj grad	100%
Belastninger i privatlivet	Slet ikke/mindre grad	19%
	Moderat/høj grad	81%

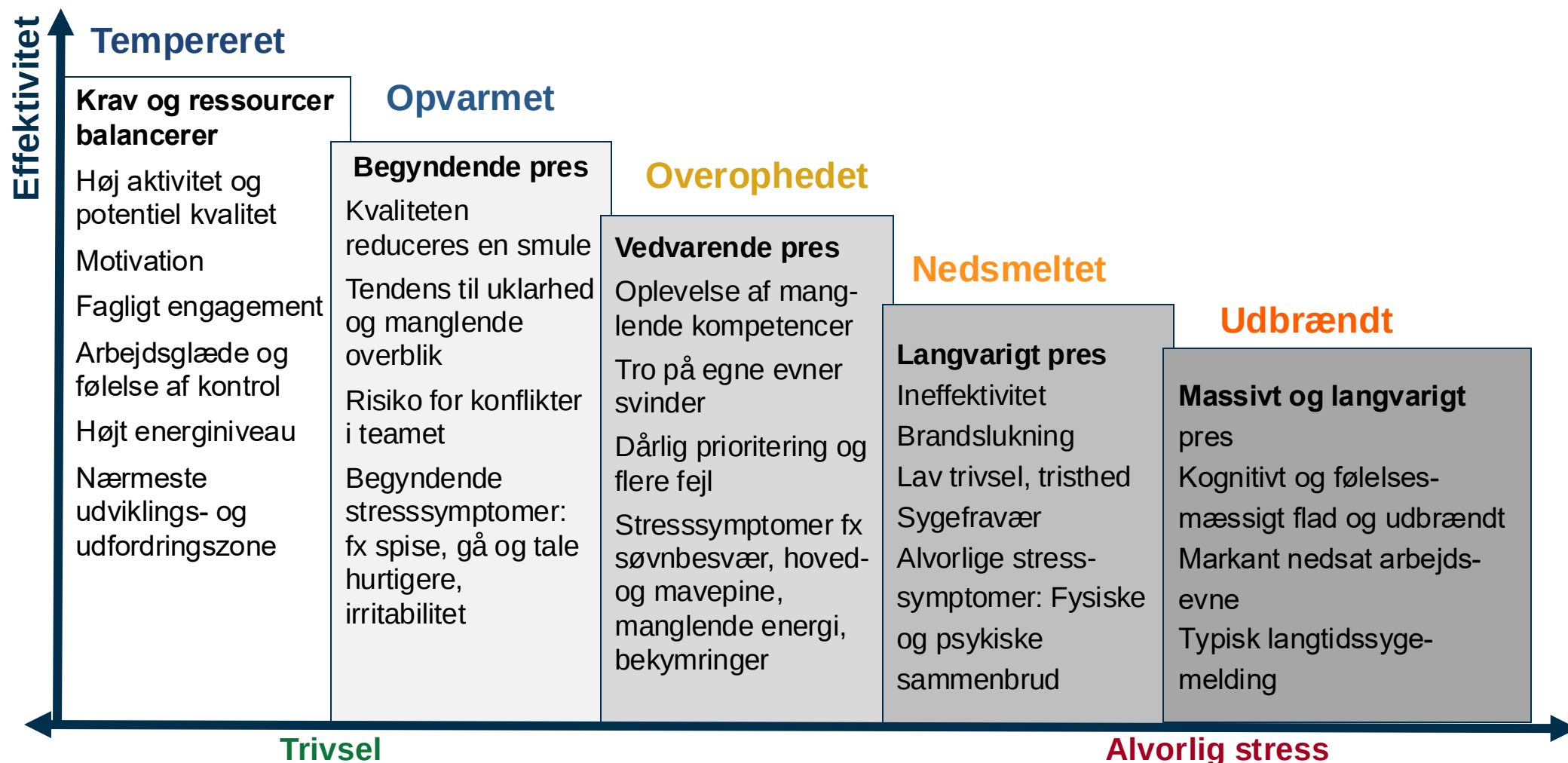
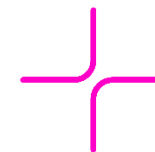
Y. Ladegaard, B. Netterstrøm & R. Langer: "Copestress (2012)

DEN STRESSEDE HJERNE...



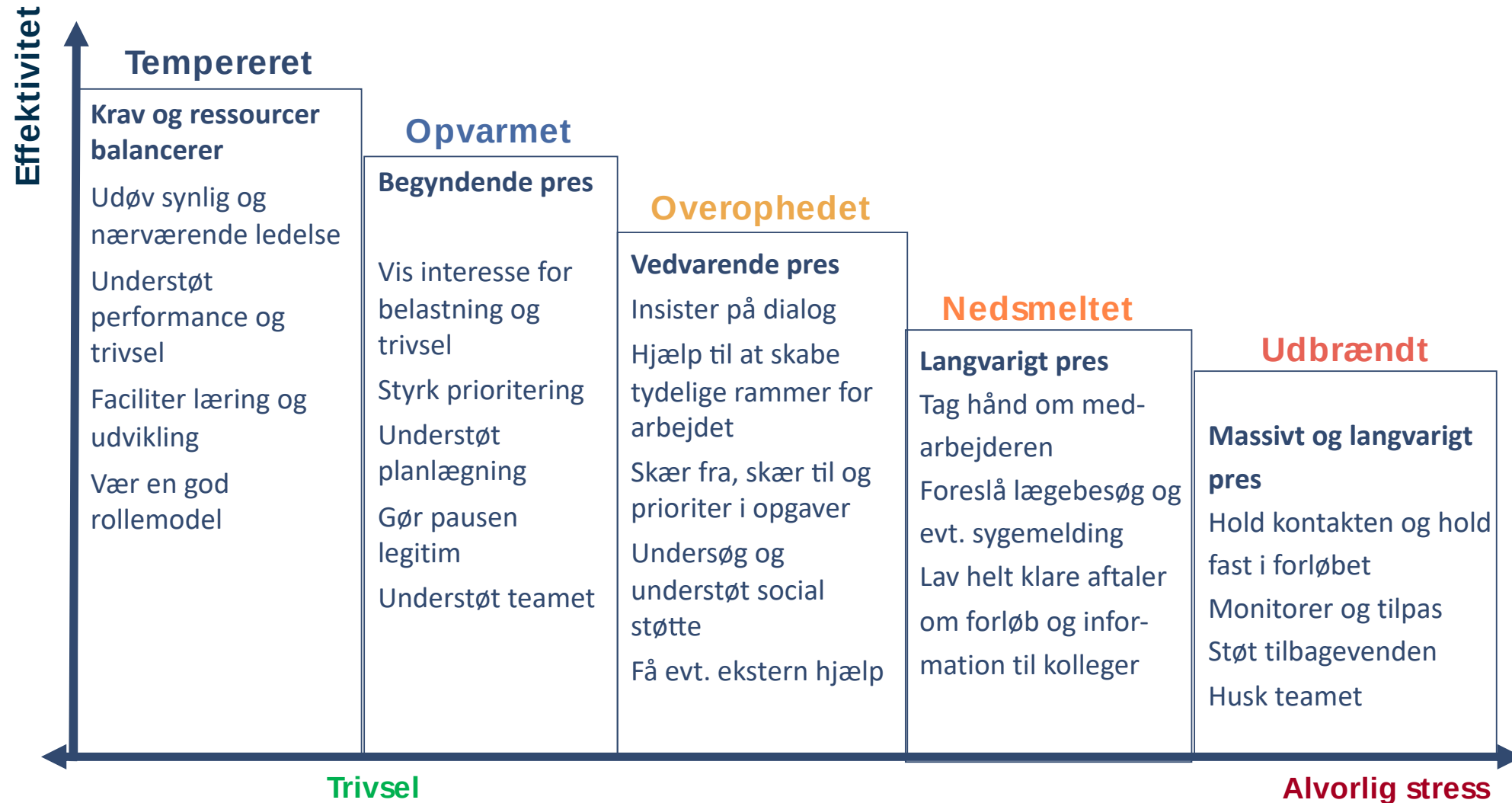
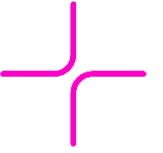
FRA TRIVSEL TIL STRESS

- hvad skal I være opmærksomme på?

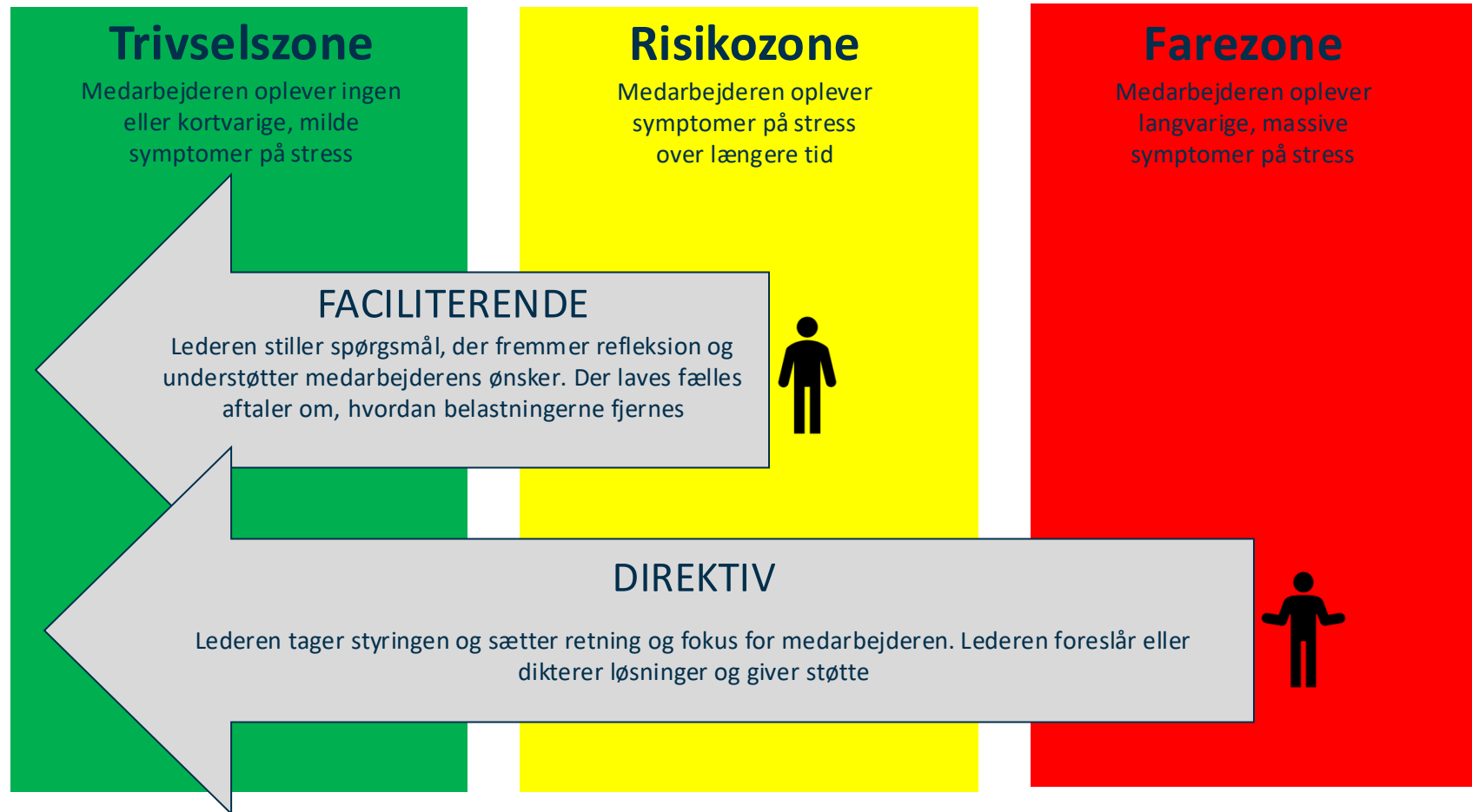


STRESS/ TRIVSELSTRAPPEN

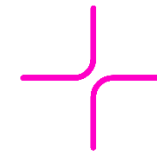
- Lederens handlemuligheder



Værktøj 1: LEDERENS ROLLE NÅR EN MEDARBEJDER OPLEVER SYMPTOMER PÅ STRESS



VÆRKTØJ 2: SAMTALEDIAMANTEN/BEKYMRINGSSAMTALEN



1. Indledning	Hvorfor dette møde? Hvad er jeg bekymret for, og hvad har jeg lagt mærke til? Hvor længe varer mødet? Hvad sker der bagefter?
2. Status på stress og trivsel	Hvordan har du det? Hvordan trives du med arbejdsopgaverne? ...med arbejdsmængden? ...med kollegerne? ...med kompleksiteten? Hvad presser dig især?
3. Muligheder	Hvad kunne gøre en forskel for din situation? Hvilke opgaver kan du bedst/mindst varetage? Hvad skal prioriteres fra? Hvad kan jeg gøre så du får det bedre? Hvad kan du gøre...? Er der andet/andre der kan hjælpe?
4. Aftaler	Hvad aftaler vi? Hvem gør hvad i handlingsplanen? Hvad er næste skridt? Hvordan har samtalen været? Hvornår følger vi op?

VÆRKTØJ 3: PLANEN - EFTER EN STRESSSYMPELDE

Grønne opgaver	Gule opgaver	Røde opgaver
Lav sværhedsgrad Høj overskuelighed Lav kompleksitet	Medium sværhedsgrad, overskuelighed, kompleksitet	Høj sværhedsgrad, høj kompleksitet, høj uforudsigelighed

	Arbejdstid	Arbejdsopgaver	Opfølgning
Uge 1-3	Onsdag kl. 10-14	Grønne	Mødes onsdag i uge 1 og 3
Uge 4-6	Tirsdag og torsdag kl. 10-15	Grønne	Mødes torsdag i uge 5
Uge 7-9	Mandag, tirsdag, torsdag og fredag kl. 9-15	Grønne og gule	Mødes torsdag i uge 8
Uge 10-12	Alle dage kl. 9-15	Grønne og gule	Mødes torsdag i uge 11
Herefter	Fuld tid	Grønne, gule og røde	Månedligt

Hver gang I mødes, spørger du:

- *Hvordan går det?*
- *Går det i den rigtige retning?*

Hvis der IKKE er markant symptomforværring, er I klar til næste skridt i planen!

HVILKE 1-2 POINTER TAGER I MED FRA OPLÆGGET OM HÅNDTERING AF STRESS?

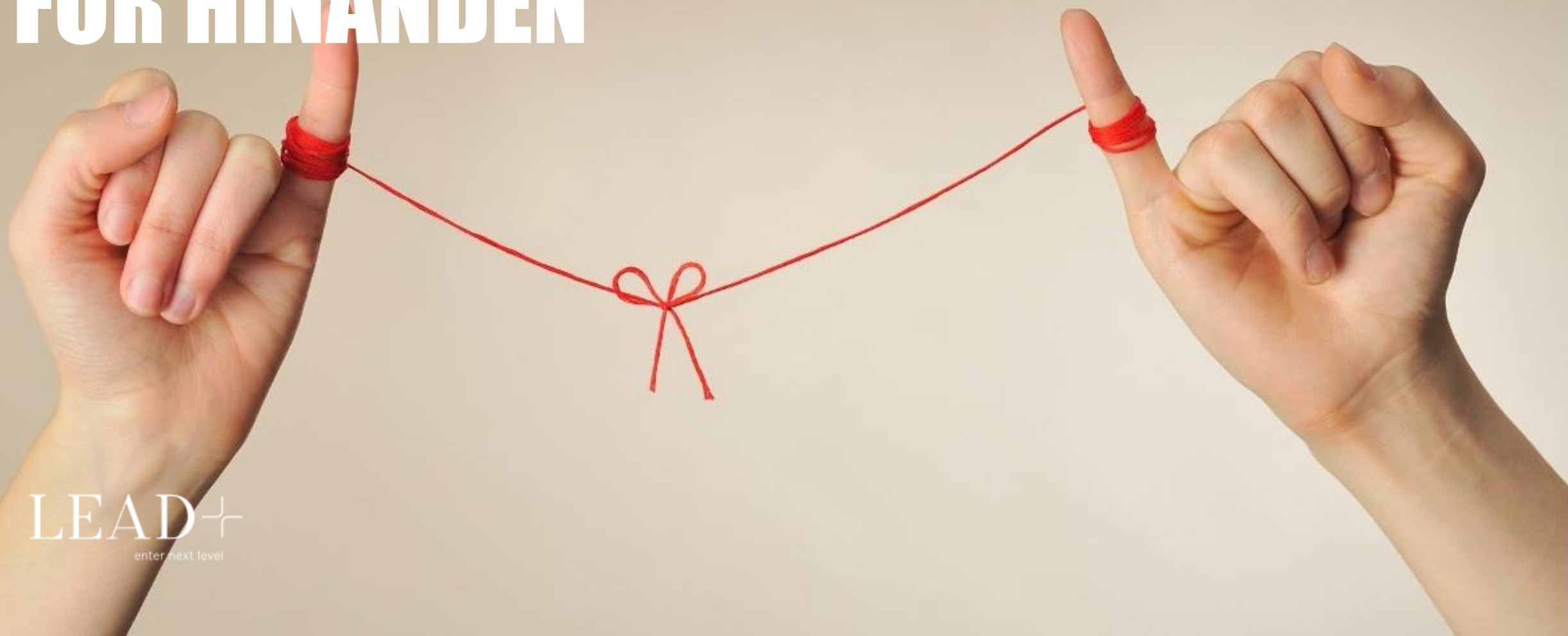


PROGRAM FOR MODUL 3

09.00 – 09.30	Velkomst, rammesætning og tjek ind siden sidst
09.30 – 10.30	Livet som leder i Nyborg Kommune: Hvad kalder det på fra mig?
10.30 – 10.45	Pause
10.45 – 11.30	Lederens krydspres
11.30 – 12.30	Lederens psykiske arbejdsmiljø – Ansvar for dig selv
12.30 – 13.15	Frokost
13.15 – 13.45	Lederens psykiske arbejdsmiljø – Ansvar for dig selv (fortsat)
13.45 – 15.00	Det personlige lederskab ift. ledelse af psykisk arbejdsmiljø
15.00 – 15.15	Pause
15.15 – 15.35	Aktiver dine nøglerelationer i organisationen
15.35 – 15.50	Individuel udviklingsplan og handleplan
15.50 – 16.00	Afrunding, evaluering og tak for i dag



LEDERGRUPPENS ANSVAR FOR HINANDEN

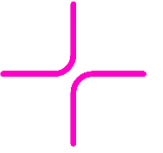




***"DEN ENKELTE HAR ALDRIG MED
ET ANDET MENNESKE AT GØRE,
UDEN AT HAN HOLDER NOGET AF
DETS LIV I SIN HÅND***

- LØGSTRUP

AT LYKKES ALENE ELLER AT LYKKES SAMMEN?



Drøft følgende:

- + Hvem vil kunne spille en hjælpende rolle ift. at styrke din trivsel og balance som leder?
- + Hvilken rolle kan de spille?



PROGRAM FOR MODUL 3

09.00 – 09.30	Velkomst, rammesætning og tjek ind siden sidst
09.30 – 10.30	Livet som leder i Nyborg Kommune: Hvad kalder det på fra mig?
10.30 – 10.45	Pause
10.45 – 11.30	Lederens krydspres
11.30 – 12.30	Lederens psykiske arbejdsmiljø – Ansvar for dig selv
12.30 – 13.15	Frokost
13.15 – 13.45	Lederens psykiske arbejdsmiljø – Ansvar for dig selv (fortsat)
13.45 – 15.00	Det personlige lederskab ift. ledelse af psykisk arbejdsmiljø
15.00 – 15.15	Pause
15.15 – 15.35	Aktiver dine nøglerelationer i organisationen
15.35 – 15.50	Individuel udviklingsplan og handleplan
15.50 – 16.00	Afrunding, evaluering og tak for i dag

