

Case: Region Hovedstaden, Geelsgårdskolen

Kontaktperson: Afdelingsleder Ungdom, Pia Toppevad Skov

- 1. Hvor mange på arbejdspladsen har arbejdet med Grundkursus i Belastningspsykologi?**
180 medarbejdere deltog (lærere, pædagoger, medhjælpere, ergoterapeuter og fysioterapeuter).
- 2. Gennemførte I kurset sammen i større eller mindre grupper, duo (to-og-to) eller solo?**
Kurset blev gennemført i små grupper på 5-10 personer.
- 3. Hvilket kursusdesign brugte I til at gennemføre kurset? (fx en hel dag, to halve, ét modul ad gangen – eller efter egen model)**
*En hel dag fra kl. 9-15 med indlagte pauser.
Medarbejderne havde inden dagen set modul 1 og 2, samt læst artiklen Fiskerbænken. Vi lavede derefter vores egen model af dagen, så det gav mening for vores medarbejdere. Vi valgte at have vores 2 psykologer til at se alle modulerne igennem, og de valgte at lave enten opfølgings eller efterfulgte videoer til 4 af modulerne, så øvelserne blev virkelighedsnære, og så vi/medarbejderne kunne bruge div. udsagn til det videre arbejde (mine faresignaler, hvad hjælper mig, sværeste vilkår, mine handlemuligheder og ledelsens handlemuligheder). Nogle af øvelserne blev derved udvidet, da medarbejderne skulle lave plancher med deres udsagn.*
- 4. Faciliterede I selv kurset (og fik I uddannet lodser til processen), eller blev det faciliteret for jer – og hvordan var det?**
*Vi faciliterede kurset selv. Afdelingsvis blev der udvalgt tovholdere, som skulle facilitere (følge programmet) for en mindre gruppe på 5-10 medarbejdere. Op til dagen, havde tovholderne set modul 1-8 digital, som forberedelse.
Programmet var lavet af en styringsgruppe (2 ledere og 2 psykologer).
Det fungerede godt, og alle virkede til at være trygge i det planlagte program.*
- 5. Hvordan var jeres overordnede oplevelse af kurset?**
Meget positivt, og positiv tilbagemelding fra vores medarbejdere, som synes at emnet var meget relevant, og at modulerne gav dem forståelse, anerkendelse og handlemuligheder.
- 6. Hvad gjorde mest indtryk undervejs i kurset?**
At alle medarbejdere gav noget af sig selv og var ærlige i deres udsagn.
- 7. Hvordan har I vedligeholdt kursets pointer på arbejdspladsen? (hvis I har arbejdet med dette)**
Alle udsagn fra dagen er blevet delt med arbejdsmiljøgruppen, som skal tage stilling til det videre arbejde. Udsagnene laves til et katalog som medarbejdende kan bruge som hjælp/inspiration. Vores kommende APV vil formentlig omhandle belastningspsykologi, da medarbejderne har fået mod på at tage hul på dette emne. Fiskerbænken er blevet lavet på efterfølgende møder og der er afdelinger som har valgt at bruge denne metode som et redskab i deres arbejde.