

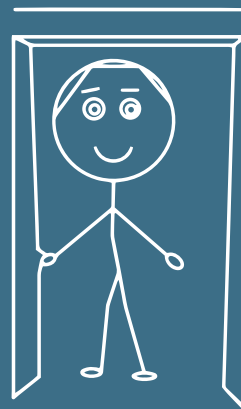


Sikkert fodfæste - i praktik og oplæring

Arbejdsmiljø, praktik og oplæring

Materialet handler om arbejdsmiljø i forbindelse med din praktik/oplæring. Det er med til at sikre en god og tryk ramme om praktik og oplæring. Det vil også have betydning for det du skal lære. I serien her er der også materialer til arbejdspladsens leder, arbejdsmiljøgruppen, kollegerne og praktikvejlederen/oplæringsansvarlig.

Nu skal du i praktik/ oplæring



Når du skal starte i praktik/oplæring

Meget forandrer sig, når du skal i praktik/oplæring, for selvfølgelig er en arbejdsplads anderledes end dit studiested. Til gengæld er der også en masse faste rammer og en god struktur omkring praktik/oplæring, som skal være med til at sikre, at du får fyldt noget god praksiserfaring på alt det, du lærer på studiet.

Siderne her kan være med til at bidrage til, at du får et godt praktik-/oplæringsforløb. Find inspiration i de forskellige bokse, så du kan præge dit praktik-/oplæringsforløb.

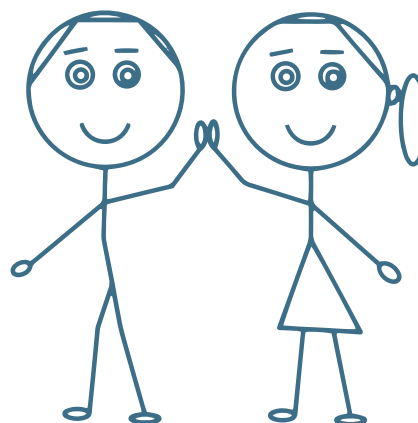
BFA

**Branche
Fællesskab
Arbejdsmiljø**
Velfærd og Offentlig administration

Klar, parat

Når du starter i praktik/oplæring, skal du tænke på:

- At du nu både skal lære samt tage dig af opgaver i praksis
- At du indtræder i et arbejdsfællesskab, hvor I sammen skal løse opgaver med og for borgere og brugere
- At du har krav på at få tingene ordentligt forklaret, og at det er OK at spørge
- At du indtræder i arbejdspladsens arbejdsmiljø, og det betyder, at alle påvirker hinandens trivsel og fysiske rammer



Hvad skal du tænke på – FØR du starter ...?

Det er godt at have forberedt sig:

- Er der nogle ting du gerne vil have afklaret med din praktikvejleder/oplæringsansvarlig? Så er det en god idé at lave en huskeseddel, hvis du har spørgsmål til din uddannelsesplan eller praktiske ting
- Måske er der retningslinjer på arbejdspladsen om fx tøj. Det kan også være godt at vide før du starter i praktik/oplæring. Spørg evt. din praktikvejleder/oplæringsansvarlig, om der er noget særligt, du skal være opmærksom på
- Arbejdsdagen følger ofte faste rammer og mødetider. Det er godt at tænke over, hvilken betydning det kan have på fx fritidsinteresser, familie og andet. Det er helt OK at tale med en ansvarlig på arbejdspladsen, hvis du føler dig presset i forhold til arbejdstid

Hvad skal du tænke på – lige NÅR du starter ...?

Den første dag er spændende – og her er nogle tips til en god start:

- Ved at være nysgerrig, lytte og spørge viser du interesse i arbejdspladsen. Fortæl også gerne lidt om dig selv
- Der er mange informationer. Men en af de vigtigste ting er måske at vide, hvem du skal kontakte, hvis du er i tvivl og har brug for hjælp.
- Tal med din praktikvejleder/oplæringsansvarlige om, hvad der er vigtigt at vide. Bed gerne om arbejdsbeskrivelser, telefonliste, årshjul etc. - eller hvad du nu synes, er vigtigt for dig.
- Er der netværk eller sociale klubber på arbejdspladsen? De kan bruges til at møde nye mennesker – og måske andre i praktik/oplæring. Det kan også have betydning for dit arbejdsmiljø

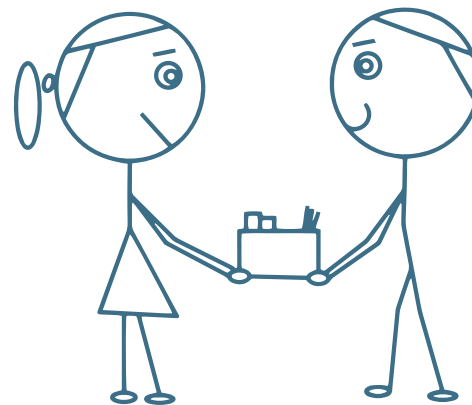
Skriv dine overvejelser her:

Skriv dine overvejelser her:

Hvad skal du tænke på – **MENS** du er i praktik/ oplæring ...?

Der opstår helt sikkert en masse spørgsmål undervejs:

- Spørg altid din praktikvejleder/oplæringsansvarlig, hvis der opstår noget undervejs, som du er usikker på, eller gerne vil have lavet om
- Husk også, at der er andre at tale med, hvis praktikvejleder/oplæringsansvarlig ikke er en mulighed: Leder, arbejdsmiljørepræsentant eller andre på arbejdspladsen.
- Det er vigtigt, at du følger din uddannelsesplan. Spørg derfor altid, hvis du bliver i tvivl om det faglige, om arbejdsmiljø, om dit læringsmiljø og om arbejdsstedet
- Jo mere du engagerer dig i arbejdspladsen - jo bedre bliver din praktik/oplæring

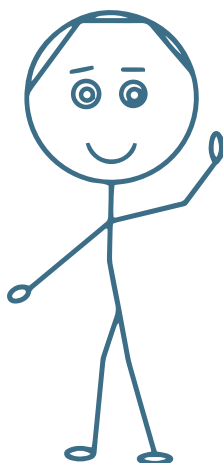


Skriv dine overvejelser her:

Hvad skal du tænke på – **EFTER** praktikken/ oplæringen ...?

.. og når du skal videre:

- Bed om en grundig evaluering med konstruktiv feedback. Arbejdsmiljø er også en del af den samtale med din praktikvejleder/oplæringsansvarlig
- Overvej, hvilke ting du fik lært under praktikken/oplæringen - også om arbejdsmiljø. Den viden kan du senere bruge, når du søger job
- Hvilken betydning har arbejdsmiljøet haft for din læring og din praktik/oplæring?
- Få sagt ordentligt farvel til arbejdspladsen. Den sidste arbejdsdag skal også være en god oplevelse



Skriv dine overvejelser her:

Hvad gør du, hvis din praktik/oplæring går i hårdknude?

Hvis du ikke trives og oplever, at der er problemer, som du ikke kan løse sammen med de ansvarlige på arbejdspladsen, så skal du finde hjælp andre steder. Alt efter problemet, kan du kontakte:

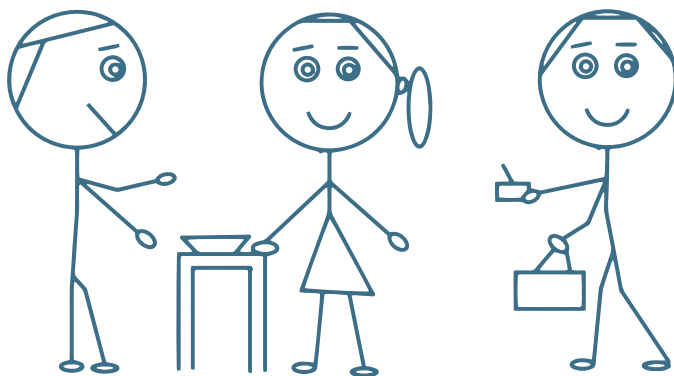
- Vejleder på dit uddannelsessted
- Studenterrådgivningen

Men prøv først at se, om der skulle være en person på arbejdspladsen, som kan hjælpe dig videre. Fx leder, arbejdsmiljørepræsentant eller andre.



HUSK:

... at du skal have den nødvendige oplæring og instruktion i din praktik/oplæring, så du kan udføre arbejdsopgaverne sikkerheds- og sundhedsmæssigt fuldt forsvareligt.



Sikkert fodfæste i praktik og oplæring

Udgivet af:
BrancheFællesskabet for Arbejdsmiljø for
Velfærd og Offentlig administration.
Studiestræde 3, 3 sal 1455 København

Design
Stibo Complete

ISBN
978-87-7590-038-1

Projektledelse
Mads Lund og Jytte Tolstrup

Tekst
Morten Bichel, Kombic ApS

Redaktion
Morten Bichel, Kombic ApS

Illustration
Kombic ApS

Arbejdsgruppe:
KL
BUPL
Ergoterapeutforeningen
FOA fag og Arbejde
Medarbejder- og Kompetencestyrelsen
HK Kommunal
Socialpædagogerne
DLF
Jordemoderforeningen