



Kortlæg arbejdet – hvad får I øje på?

Formål

Kortlæg arbejdet – hvad får I øje på? er et værktøj til kortlægning af jeres arbejde, som kan tydeliggøre de opgaver og funktioner, I har i arbejdet som medarbejder og som gruppe.

Her får I mulighed for at få øje på faktorer, der påvirker den fysiske, mentale og sociale sundhed i arbejdet.

Målgruppe: Arbejdsmiljøorganisationen, arbejdsmiljøgruppen og kolleger.

Sådan gør I

1. Print værktøjet ud.
2. Afsæt tid (for eksempel 30 minutter) til at arbejde med værktøjet på et møde.
3. Introducer jeres kollegaer til at reflektere over arbejdsdagen, og noter forskelle i arbejdets udførelse i skift, som typisk sker. Brug illustrationen på næste side. Reflektér over, hvad du laver i løbet af dagen, hvordan du udfører dine opgaver, og om der er variation i opgavetyper eller samarbejdsformer.

Spørgsmål til refleksion:

Hvad sker der, når du er mødt ind? Er der møde (stående/siddende) eller møder du ind direkte hos en borger med de opgaver, som skal løses der? Hvordan ser resten af dagen og arbejdet ud? Tænk over hvilke typer opgaver, der løses, og tænk også på hvordan. Er det fx alene eller sammen med andre? Er der mulighed for at restituere, og hvordan bevæger du dig rundt i løbet af dagen? Hvilke krav, forventninger og forhold har været på spil – fysisk, mentalt og socialt? Har du her rutineprægede opgaver eller koncentrerede opgaver? Har du fordybelsestid eller arbejde i højt tempo?

4. Find sammen to og to eller tre og tre og fortæl hinanden om jeres opmærksomheder værktøjet har givet jer. Er I sammen om opgaverne eller meget alene? Hvor fysisk aktiv er du i løbet af dagen?
5. Udvælg i jeres gruppe 3-6 faktorer, som I er blevet særlige opmærksomme på, og som I ser fælles. Skriv dem ned på hver sit papir eller post-it.
6. Hver gruppe præsenterer de faktorer, der er fundet frem til under trin 5. Det kan fx gøres på en tavle, en væg eller på et bord eller gulv.
7. AMO eller AMG afslutter. Næste skridt foretages i AMO eller AMG. Kig på jeres gruppering af faktorer og vælg et eller flere temaer, som I vil ændre på.
8. AMO eller AMG samler op og runder af med at orientere om næste skridt.
9. Tag de udvalgte faktorer med videre til næste værktøj "Lige tilpas". Værktøjet finder I [her](#).



Sundhedsmiljø: Kortlæg arbejdet – hvad får I øje på?

Hvilke faktorer er på spil – fysisk, mentalt og socialt?

Tag afsæt i spørgsmålene under trin 3 på foregående side.

Arbejdets begyndelse

Arbejdets afslutning