

13. Kulturtrekanten

Hvordan håndterer I stort og langvarigt arbejdspress hos jer?

Målgruppe: Ledere, MED-udvalg, AMG/Trio og teams

Tid: 1,5-2 timer

Kulturen i en organisation, afdeling eller et team kan have stor betydning for udviklingen af stress. Måden I taler om og handler på arbejdspress og overbelastning, kan nemlig både forebygge eller omvendt forværre stress.

Kulturtrekanten er et redskab, som hjælper jer til sammen at:

- Undersøge, hvordan kulturen er hos jer
- Drøfte og aftale, hvordan I kan skabe en mere stressforebyggende kultur.

Vejledning

1.

Print kulturtrekanten ud.

2.

Kig på kulturtrekanten, og overvej, hvordan I typisk handler på stort og langvarigt arbejdspress hos jer?

3.

Sæt ring om de handlinger, der er typiske hos jer.

4.

Drøft følgende spørgsmål med hinanden:

- Hvor er hovedvægten i forhold til de tre hjørner? Hvad gør I mest? Håndterer det selv, vender jer mod fællesskabet eller går til ledelsen?
- Hvad er effekten af disse handlinger? Nytter de noget på den lange bane?
- Er der noget I med fordel kan skrue op eller ned for hos jer for at få en mere bæredygtig, stressforebyggende kultur?

5.

Skriv jeres aftaler ind i en handlingsplan.

Brug evt. handlingsplanen bagerst i kataloget.

Kulturtrekanten

