

## 2. Forebyg stress hele vejen rundt

### Lederteamets blik på organisationen

**Målgruppe:** Lederteamet

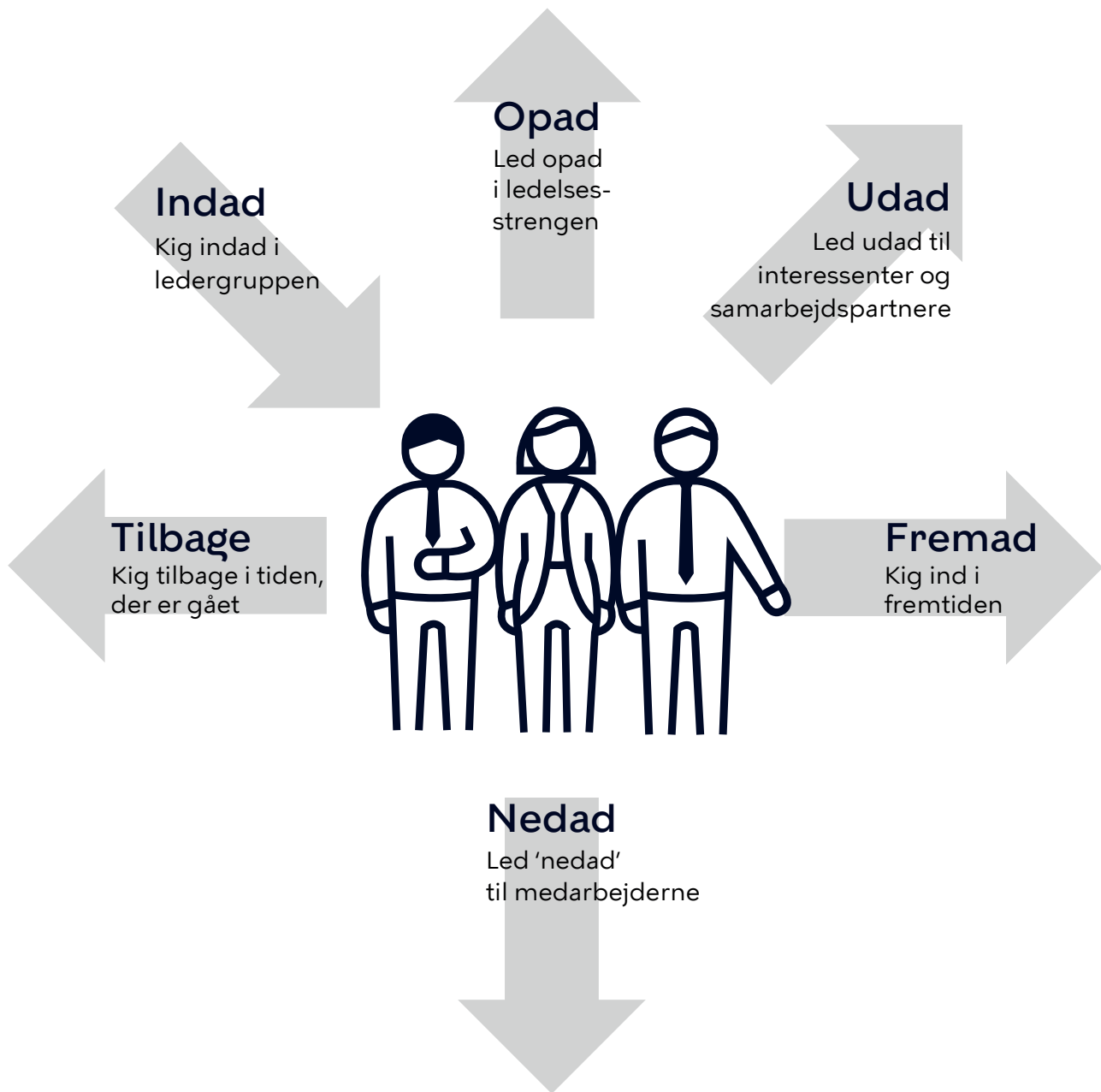
**Tid:** 1,5 timer

Lederteamet er særligt centralt, når det handler om at forebygge stress generelt i organisationen - og hos lederne selv. Det er i lederteamet, I kan løfte i flok og samarbejde om at lykkes med den komplekse ledelsesopgave. Og det er her, I kan påvirke hele vejen rundt.

Det handler om at sætte en klog og fælles kurs, når I:

- Leder *nedad* i forhold til medarbejderne
- Leder *opad* i ledelsesstrengen
- Leder *udad* til samarbejdspartnere og interessenter
- Leder *fremad* i forhold til sammen at imødekomme udfordringer i horisonten
- Leder *tilbage* ved at anvende nyttig læring fra tiden, der er gået
- Leder *indad* i lederteamet for at varetage jeres egen trivsel og balance.

**Forebyg stress hele vejen rundt** hjælper jer, som lederteam, til at reflektere sammen og drøfte præcis, hvor I skal sætte ind i jeres organisation for at forebygge psykisk overbelastning og stress hos jeres medarbejdere og jer selv.



## Vejledning

### 1. Print et eksemplar af redskabet til hver leder.

Du kan hente det på [www.arbejdsmiljoe.kk.dk/ps](http://www.arbejdsmiljoe.kk.dk/ps).

### 2. Individuel refleksion

Læs hver især spørgsmålene (se næste side) til hver *retning* igennem.

- Hvor er I godt på vej? (Markér med ✓)
- Hvor kunne I med fordel skærpe jeres fælles fokus? (Markér med ?).

Notér jeres overvejelser i refleksionsarket.

20 minutter

### 3. Fælles refleksion

Gennemgå hver retning, og drøft:

- Hvor er I godt på vej? (✓)
- Hvor har I som lederteam brug for at skærpe jeres fælles fokus? (?)
- Hvad er næste skridt?

1 time

### 4. Aftaler

Hvad skal denne drøftelse give anledning til?

- Hvem skal gøre hvad hvornår?
- Hvem skal I evt. involvere (AMG, MED, samarbejdspartnere, chefer)?

10 minutter

# Spørgsmål

**Nedad** Kig på jeres medarbejdere og afdelinger, og overvej:

- Passer opgavemængden med ressourcerne?
- Er der prioriteringer og fordeling af ressourcer, I bør foretage sammen?
- Har I de rette procedurer, møder og "lytteposter" til at opfange tidlige tegn på mistrivsel og stress?
- Er der nogle gode arbejdsgange eller strukturer, I med fordel kan brede ud i organisationen?

**Opad** Kig på ledelsesstrengen, og overvej:

- Oversætter I løbende den overordnede strategi ude i afdelingerne, så den bliver forståelig og meningsfuld for medarbejderne?
- Forholder I jer sammen til strategien og de "bestillinger", der kommer fra oven? Lægger I fx en fælles plan?
- Forhandler I løbende med jeres leder om at tilpasse og justere leverancer, deadlines osv., så I kan lykkes med dem?
- Har I en god afgrænsning af opgaver og information, som går videre til medarbejderne?

**Fremad** Kig på fremtiden, og overvej:

- Er I afstemte i lederteamet i forhold til jeres vigtigste fokusområder det næste år? Hvad er det vigtigste for jer at prioritere den kommende tid? Er der noget, I skal nedprioritere?
- Er der udfordringer på længere sigt, som I bør sætte på dagsordenen allerede nu og have en fælles plan for?

**Tilbage** Kig på tiden, der er gået, og overvej:

- Er I gode til løbende at evaluere og samle op på de erfaringer, I gør jer? Både i forhold til det, der virker, og det der ikke virker?
- Får I justeret praksis på den baggrund?
- Er der aktuelt noget, der er ved at køre af sporet, som I bør stoppe op og kigge på sammen?

**Udad** Kig på interessenter og samarbejdspartnere, og overvej:

- Har I klart afstemte forventninger udadtil? Er det tydeligt, hvad I skal levere, og hvad I *ikke* skal levere? Er det tydeligt, hvad I kan forvente af dem?
- Får I koordineret samarbejdet med eksterne leverandører, så I ikke står med opgaven hver især?
- Drøfter I i lederteamet, når samarbejdsrelationerne ud af huset ikke fungerer - og får I handlet på det i tide?
- Har I fælles overblik over, hvilke ressourcer og supportfunktioner, der er tilgængelige for jer - og bruger I dem optimalt?

**Indad** Kig på lederteamet, og overvej:

- Prioriterer I jeres egen trivsel, restitution og kompetenceudvikling?
- Hjælper I hinanden med at lykkes med ledelsesopgaven? Sparrer I fx om jeres største udfordringer og sværeste dilemmaer?
- Opfanger I tidlige tegn på overbelastning hos hinanden? Får I handlet på nyttige måder - og i tide?
- Understøtter møderne, samarbejdsstrukturen og kulturen i lederteamet jeres opgavegaveløsning og trivsel?

## Refleksion over lederteamet

- Hvor har I som lederteam brug for at skærpe jeres fælles fokus?
- Hvad er næste skridt?

Notér løbende jeres overvejelser i refleksionsarket herunder:

**Indad**

---

---

---

---

**Nedad**

---

---

---

---

**Fremad**

---

---

---

---

**Tilbage**

---

---

---

---

**Opad**

---

---

---

---

**Udad**

---

---

---

---