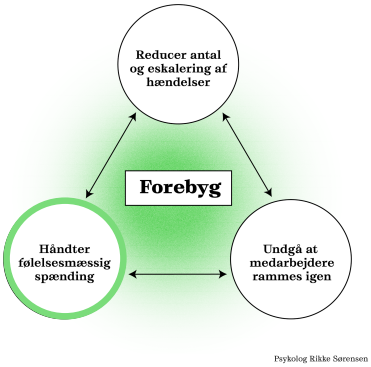
Øvelse 4



Tjek den mentale parathed hos os

Formål:

At arbejde systematisk med en opmærksomhedsmodel for at styrke den mentale parathed, så medarbejderne føler sig mere parate og forberedt på at håndtere vold og trusler.

Baggrundsviden: Bjarne Ibsen Frøslee (2021), Vold på arbejdet – og mental parathed, Trykværket

Materialer: Slides, kuglepenne, flipover, tuscher

Sådan bruger du øvelsen på et personalemøde

1. Vis og forklar slide: Baggrundsslide: Mental parathed
2. Vis Arbejdsark 4: Tjek den mentale parathed hos os. Sæt medarbejderne i små grupper – max 4 personer i hver gruppe
3. Bed medarbejderne om at gennemgå hver af de 3 faktorer i opmærksomhedsmodel for mental parathed:
   1. Nærvær og bevidsthed om at være i det rigtige opmærksomheds- og parathedsniveau/tilpas spænding
   2. Løbende risikovurdering
   3. Løbende forholde sig til mulige scenarier og handlemuligheder.
   Drøft om der noget på vores arbejdsplads, vi kunne blive bedre til at gøre mere af. I skal notere ned for hver faktor.
4. Invitér til fælles drøftelse. Hør forslag fra de forskellige grupper og skriv ned på flipover.
5. Afslut øvelsen med at takke for deltagelse. Fortæl gerne, at I tager input og forslag med til næste møde i AMG/TRIO, hvor I arbejder videre med handlingsplanen, som medarbejderne bliver præsenteret for på et senere tidspunkt.

Sådan følger du op i arbejdsmiljøgruppen eller Trio

- Kig på flipover med forslag til forbedringer i 3 faktors-opmærksomhedsmodel
- Hvordan kan I støtte op om forslagene?
- Har I andre forslag?
- Hvordan kan I støtte op om en medarbejder, der ikke er mentalt parat? Hvilke tiltag kan I gøre på dagen og på lidt længere sigt?
- Drøft hvordan I kan arbejde videre med at have fokus på mental parathed som en vigtig arbejdsmiljø faktor i forebyggelse og håndtering af situationer med vold og trusler.
- Meld jeres tanker ud og drøft dem med medarbejderne på personalemøde