

Psykisk arbejdsmiljø 1 (Forår)

Et godt psykisk arbejdsmiljø er afgørende for trivsel, samarbejde og bæredygtighed i en tid, hvor arbejdsmarkedet forandrer sig hurtigt, og kravene til tempo og fleksibilitet er høje. Når arbejdspres, uklare rammer eller konflikter opstår, kan det føre til stress, mistrivsel og krænkende adfærd med store konsekvenser for både medarbejdere og organisationen.

Dette kursus giver dig en praksisnær forståelse af, hvordan det psykiske arbejdsmiljø skabes og påvirkes, og hvordan du som tillidsvalgt kan være med til at forebygge og håndtere udfordringer. Du får indsigt i tidlige tegn på mistrivsel, konsekvenserne af et dårligt arbejdsmiljø, og du får konkrete metoder og modeller til at styrke dialogen og skabe løsninger i hverdagen.

Kurset bygger på din virkelighed som tillidsvalgt og sikrer læring gennem øvelser, refleksion og dialog. Du får værktøjer, som kan anvendes direkte i arbejdet med psykisk arbejdsmiljø – både forebyggende og håndterende.

Kurset danner fundamentet for det videre arbejde med psykisk arbejdsmiljø og kan efterfølgende suppleres med **Psykisk arbejdsmiljø 2**.

Indhold

- Skabelsen af det psykiske arbejdsmiljø – rammer, kultur og fælles ansvar
- Psykisk arbejdspres: hvad det er, hvordan det opstår samt tidlige tegn på mistrivsel
- Konsekvenser af et dårligt arbejdsmiljø – konflikter, stress og krænkende adfærd
- Kommunikation og dialog: fra svær til konstruktiv samtale

DATO

05.04.2027 10:00 - 09.04.2027 13:00
Uge 14

STED

Konventum
Erling Jensens Vej 1
3000 Helsingør

KOMMENDE FRIST

19.02.2027 10:00

KURSUSBEVIS

Ja

UNDERVISER

Annette Nordahl Collins
info@annettecollins.dk

PRIS

19.776,00 DKK

- Handle- og dialogmuligheder i hverdagen – konkrete værktøjer og metoder
- Øvelser og cases fra deltagernes egen virkelighed for at sikre praksisnær læring

Kompetencer

Efter kurset kan du:

- Identificere tidlige tegn på psykisk pres og mistrivsel hos kolleger
- Skabe bedre dialog om trivsel og arbejdsmiljø på arbejdspladsen
- Gennemføre den svære samtale på en tryg og respektfuld måde
- Handle mere målrettet i din rolle og bidrage til konkrete forbedringer
- Overføre læringen til praksis gennem handlingsplaner og dialogprocesser
- Anvende konkrete metoder og modeller til forebyggelse, håndtering og udvikling af et godt psykisk arbejdsmiljø

Målgruppe

Kurset anbefales til tillidsrepræsentanter, arbejdsmiljørepræsentanter og fællestillidsrepræsentanter, der har gennemført TR- eller AMR-grunduddannelsen.

Psykisk arbejdsmiljø 1 danner fundamentet for det videre arbejde med psykisk arbejdsmiljø og er en forudsætning for kurset Psykisk arbejdsmiljø 2.