

TOOLBOX-TRÆNING VÆRKTØJER



Roller

ARBEJDSGIVER/LEDER SKAL SIKRE, AT:

- de konkrete arbejdsforhold er sikre og sikret mest sandsynligt fuldt forsvaret
- arbejdet er planlagt og tilrettelagt fuldt forsvaret
- det nødvendige og egnede sikkerhedsforanstaltninger er til stede og lever op til reglerne om indtræning og brug
- de ansatte er instrueret i, hvordan det konkrete arbejde kan udføres forsvaret
- der er foretaget et løbende = arbejdsmiljøorganisation

Kommunikation

KOMMUNIKATION

Åbne spørgsmål

Hvordan? Hvor? Hvor?

(Illustration af en dør)

- Åbner for forskellige besvarelser og svarmuligheder
- Udvikler samtalen

Lukkede spørgsmål

Kan besvares med ja og nej

(Illustration af en dør)

- Kan præcisere en afslutning
- Kan styrke samtalen
- Kan lukke ned for samtalen

Feedback med indhold

- Beskriv i stedet for at vurdere
- Beskriv, hvad der blev sagt, og hvad det betød
- Undgå overordnede tegn (ja eller tom læt)
- Feedback: konstruktive og positiv tilbagemelding

Foto: Colourbox

Konflikthåndtering

KONFLIKTRAPPEN

- Uoverensstemmelse** - Vi ser forskelligt på en sag
- Personificering** - Det er din skyld
- Problemer vokser** - Betrøjer hinanden og trækker for tiden ind
- Samtalen opgives** - Det nytter ikke noget
- Følelsesledelse** - Finder forbundsfælle, gode og onde
- Åbent fjendtlighed** - At skælde hinanden, chikaner
- Polarisering** - Kan ikke være sammen, nyt job

Målrettet kommunikation

KOMMUNIKATION MED DE 4 TYPER

Fortæl om tegninger, tekniske forhold og beregninger

Fortæl overordnet om opgaven

Instruér ikke for stramt

Lad dine folk udvikle og informere

Fokus på personer

Fortæl, hvem der skal arbejde sammen med hvem

Brug ved nær betjernerkontakt - eller andre sociale udfordringer

Beskriv arbejdsopgaver skrift for skrift

Illustration: Inspiration af Hermann Bruns Devisen Devisen

Planlægning med arbejdsmiljø

DE 7 STRØMME - GRUPPEARBEJDE

Beskriv den næste aktivitet/arbejdsopgave, i sål i gang med! Hvad ligger der af arbejdsopgaver/aktiviteter (AM-5) de 7 strømme i forhold til aktiviteten?

Plan

AM-1

Information

AM-2

Personaleaktiviteter

AM-3

Udvalgte aktiviteter

AM-4

Metoder og hjælpemidler

AM-6

Materialer

AM-7

Forebyggelse

FOREBYGGELSESTRAPPE

Fjern det farlige

- Fjernelse af risici
- Vurder den fare, som ikke kan fjernes
- Bekæmpelse af risici der hvor den opstår

Tilpas arbejdet

- Tilpasning af arbejdet til mennesket: indretning, metoder, hjælpemidler, maskiner og værktøj
- Udnyt mulighederne i den tekniske udvikling
- Undgå det, som er farligt, med noget som er mindre farligt
- Kombination af flere tiltag, teknik, organisation

Personfokus

- Kollektiv beskyttelse fremfor individuel beskyttelse (værnemidler)
- Hensigtsmæssig instruktion af arbejdsopgaver

Kropssprog

10 TIPS - BEVIDSTHED OM NON-VERBAL KOMMUNIKATION

- Stil et spørgsmål med et åbent eller neutralt udtryk. Undgå at se surt ud.
- Under en samtale kan man stå med hænderne i lommen eller med hænderne i tasken. Det kan give indtrykket af at samtalen er lidt mere afslappet.
- Smil og se direkte i øjnene. Hold det ikke for længe. Det kan give indtrykket af udbrændt og duktig.
- Ikke kropssprog: Når du taler, skal du se direkte i øjnene. Hvis du ser ned eller væk, kan det give indtrykket af at du ikke er interesseret i samtalen.
- Spid eller åbne fingre: Når du taler, skal du se direkte i øjnene. Hvis du ser ned eller væk, kan det give indtrykket af at du ikke er interesseret i samtalen.
- Lidt dine hænder ud foran dig. Hvis du ser ned eller væk, kan det give indtrykket af at du ikke er interesseret i samtalen.
- Åbne og lukkede kropssprog: Hvis du ser ned eller væk, kan det give indtrykket af at du ikke er interesseret i samtalen.
- Blug kropssprog: Hvis du ser ned eller væk, kan det give indtrykket af at du ikke er interesseret i samtalen.
- Blug kropssprog: Hvis du ser ned eller væk, kan det give indtrykket af at du ikke er interesseret i samtalen.
- Blug kropssprog: Hvis du ser ned eller væk, kan det give indtrykket af at du ikke er interesseret i samtalen.

Kommunikation på tværs af kultur og sprog

KOMMUNIKATION PÅ TVÆRS AF KULTUR OG SPROG

4 fokusområder

Samtaler, video og skrift

- Tag hensyn til forskellige kulturelle værdier og holdninger
- Tag hensyn til, at alle har den nødvendige viden og kompetencer
- Tag højde for kulturelle forskelle i arbejdsforholdene. De skal være sammenlignelige på alle niveauer, og som de siger 'ja' til en opgave, betyder det ikke nødvendigvis, at de vil gøre det.
- Var åben for og sæt dig ind i de forskellige kulturer for at sikre, at kommunikation er forstået

Strukturerede organisationer og arbejdsforhold

- Overvej at etablere tværkulturelle task force eller en mentorordning
- Opbyd medarbejdere fra forskellige kulturer til at arbejde sammen
- Sørg for en god introduktion, instruktion og feedback til nye medarbejdere
- Stil et fokus på samarbejdet, så det fungerer og sikrer succes
- Var åben for og sæt dig ind i de forskellige kulturer for at sikre, at kommunikation er forstået

Udfordringer

- Sørg for en god modtagelse
- Overvej at etablere tværkulturelle task force eller en mentorordning
- Opbyd medarbejdere fra forskellige kulturer til at arbejde sammen
- Sørg for en god introduktion, instruktion og feedback til nye medarbejdere
- Stil et fokus på samarbejdet, så det fungerer og sikrer succes
- Var åben for og sæt dig ind i de forskellige kulturer for at sikre, at kommunikation er forstået

Kultur og sprog

- Samarbejde med en, der taler et andet sprog
- Hold Toolbox-møder i små grupper eller to og to
- Vis, hvordan man gør, brug tegninger, arbejdsopgaver, videoer og fotos
- Opbyg arbejdsforholdene rml. opgavespecifik kommunikation
- Hararbejdsforholdene rml. opgavespecifik kommunikation



QUIZ OM SUNDHED



Sæt gerne mere end 1 kryds			1	2	3
Hvad er sundhed?					
At være veltilpas At have gode venner At udvikle sig livet igennem	Ikke at være syg	Dyrke motion Ikke at ryge Drikke med måde Spise mere frugt og grønt			
Hvem lever længst?					
Kvinder	Mænd	Kvinder og mænd lever lige lang tid			
Prioritér, hvem har mest til mindst ansvar for sundhed (A,B,C)?					
Jeg har selv ansvar for min sundhed	Min sundhed er et resultat af mine næromgivelser (fx sjak, byggeplads, familie...)	Det danske samfund har et medansvar for min sundhed (fx lovgivning, sundhedsregulering etc.)			

SUNDHED PÅ PLADSEN OG KOMMUNIKATION PÅ TVÆRS AF KULTUR OG SPROG



NAVN:	(biograf billetter til vinderen af dagens Toolbox 10'er)	1	x	2
1. Et stabilt blodsukker medvirker til?				
1) Øget koncentration				
X) Sult				
2) Rastløshed				
2. Hudkræft opstår hyppigst på hvilken del af kroppen?				
1) Ansigt				
X) Armene				
2) Nakke				
3. Fordommen om at være 'langt ude i deres tankespind og virkelighedsfjerne' henviser til hvilken tankestil farve?				
1) Grøn				
X) Rød				
2) Gul				
4. Hvad fremmer søvn?				
1) Kaffe				
X) Soveritualer				
2) Motion tæt på sengetid				
5. Hvad er ikke med til at optrappe en konflikt:				
1) At udtrykke sine egne bekymringer og behov				
X) At reagere spontant på sine følelser				
2) At bebrejde den anden				
6. Hvad ligger højest på forebyggelsestrappen med hensyn til solstråler?				
1) Tøj				
X) Solcreme				
2) Undgå solstråler kl. 12-15				
7. Hvor meget vand anbefales det at drikke hver dag?				
1) 1,5 - 2,5 liter				
X) 3 - 3,5 liter				
2) 4 - 4,5 liter				
8. Ifølge studiet (dag 2) om tidsforbrug på en byggeplads, hvor meget tid blev der brugt på produktion?				
1) 30%				
X) 35%				
2) 40%				
9. Ifølge læringspyramiden (dag 1) husker vi efter 2 uger...?				
1) 90% af det vi læser				
X) 20% af det vi hører				
2) 80% af det vi siger				
10. Et lavt blodsukker medvirker til:				
1) Intolerans for sukker				
X) Ubegrundet glæde				
2) Koncentrationsbesvær				

KOMMUNIKATION PÅ TVÆRS AF KULTUR OG SPROG



4 fokusområder

Værdier, viden og kunnen

- Tag hensyn til forskellige kulturelle **værdier** og **holdninger**
- Tag ikke for givet, at alle har den nødvendige **viden** og **kunnen**
- Tag højde for **kulturforskelle** i sikkerhedsarbejdet, fx vær opmærksom på **autoritetstro** hos de ansatte, og om de siger ja til en opgave, selvom den indebærer risici
- Vær **tålmodig** og **gentag informationerne** for at sikre, at opgaven/risici er forstået

Arbejdets organisering og sikkerhedsopfattelse

- Overvej at etablere **tværkulturelle** sjak eller en mentorordning
- Øg muligheder for fælles, kollegial **videndeling**
- Sørg for en god introduktion, instruktion og følg op med tæt og **effektivt tilsyn**
- Sikr praksis om **tilbage melding** på, at instruktioner er forstået korrekt
- Lav særlige indsatser for at højne arbejderens fokus på sikkerhed og ændring i **sikkerhedsforståelse**

Fællesskab

- Sørg for en god **modtagelsekultur**
- Giv den kulturelle **integration** høj prioritet, fx ved at afholde sociale arrangementer
- Frem **respekt** for det flerkulturelle
- Forbyg mobning og **stigmatisering**

Kultur og sprog

- **Samarbejd** med en, der taler et fælles sprog
- Hold **Toolbox-møder** i små grupper eller to og to
- **Vis**, hvordan man gør, brug tegninger, piktogrammer, videos og fotos
- Øg **sprogkunderskaber** mht. opgavespecifik terminologi
- Markér arbejderens hjelm med **små flag**, som viser medarbejderens sprogkunderskaber

CERTIFIKAT



DET NATIONALE FORSKNINGSCENTER
FOR ARBEJDSMILJØ



Arbejdsmedicinsk Klinik
Regionshospitalet Herning

Certifikat

Det bekræftes hermed at

XXX

har gennemført



Toolbox-træning

Formål: Sæt fokus på forbedring af planlægning, sikkerhed, sundhed og forebyggelse af nedslidning gennem regelmæssig dialog, indflydelse og involvering af medarbejdere, kolleger, ledere, kunder og andre faggrupper.

Indhold: Formandens roller og ansvar, Kommunikation, Kropssprog, Konfliktåndtering, Planlægning, Tankestile, Forebyggelse, Arbejdsulykker, Nedslidning, Erhvervs sygdomme, Sundhed og Håndteringen af kulturforskelle.

Antal træningstimer: 5 dage x 4,5 timer, i alt 22,5 timer, i xxx

XXX

XXX

XXX

Forskere og partnere bag projektet

Projektgruppe: Seniorforsker Pete Kines (projektleder; pki@nrcwe.dk), fysioterapeut Liselotte Rasmussen, videnskabelig assistent Katharina Jeschke og professor Lars Andersen - Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø; Forsker Lars Peter Sønderbo Andersen, Arbejdsmedicinsk Klinik, Herning; Ester Jensen, COWI/Metro; Anders Kabel, Projektleder for Byggeriets Arbejdsmiljøbus, Forsker Jeppe Ajslev.

Følgegruppen: Anne Margrethe Anttila (Dansk Byggeri); Jakob Munk (BAR Bygge/ Anlæg); Ulrik Spannow (BAT-kartellet); Hanne Ullum (Bygherreforeningen); Mette Elise Larsen (Alectia); Anne Birgitte Bonde (Aarsleff A/S); Susanne Nejist Lørup (Hoffmann A/S); Henriette Hall Andersen (Københavns Erhvervsakademi); Birgitte Wulff (CG Jensen)

Projektet er støttet af Arbejdsmiljøforskningsfonden (projekt nr. 42-2013-09) og forløber i 2014-2016



COWI

