

ARBEJDER DU SOM LEDER I ÆLDREPLEJEN? TRE GODE RÅD TIL AT SKABE INDFLYDELSE

Vi får lidt lov til selv at styre vores dagligdag – frihed under ansvar. Vi kan forme vores dag og vores møder. Vi kan gøre tingene på vores egen måde, og vores leder bakker os op.

Samspil mellem krop og sind

At arbejde i ældreplejen kan være fysisk og psykisk krævende, og mange ansatte beretter om smerter i muskler og led. Vi ved, at disse arbejdsforhold har betydning for, om man udvikler smerter, og forskere er i gang med at undersøge sammenhængen nærmere. Et kvalitativt studie sætter nu fokus på, hvordan de fysiske og psykiske arbejdsmiljøforhold påvirker hinanden i udviklingen af smerter, og hvordan arbejdspladsen kan handle på det.

Det nye projekt fra Det Nationale Forskningscenter for Arbejds miljø peger på konkrete praktiske råd fra medarbejdere og ledere i ældreplejen, om hvordan man kan forebygge og håndtere smerter ved at fokusere på et samspil mellem det fysiske og psykiske arbejdsmiljø.

Skab indflydelse

Indflydelse på arbejdet og arbejdsopgaverne er en vigtig parameter for trivsel blandt medarbejderne i ældreplejen. Indflydelse indebærer, at man kan deltage i beslutningsprocesser og påvirke retningen for arbejdsgangen ved fx at bidrage med synspunkter og idéer, der kan påvirke ledelsesbeslutninger.

Tre gode råd

Inddrag medarbejderne i beslutninger

Inviter medarbejderne til at deltage i beslutningsprocesser, hvor de kan bidrage med idéer og løsninger til udfordringer, fx forebyggelse af smerter. Medarbejderne kan være med til at påpege potentielle årsager til, at de får smerter, og dermed også udvikle løsninger, der sikrer et sundt og sikkert arbejdsmiljø.

Skab inddragelse ved at lytte

For medarbejderne handler indflydelse ikke kun om at påvirke ændringer i selve arbejdet. Det handler i lige så høj grad om at blive hørt af deres leder. Skab en arbejdskultur, hvor medarbejderne føler sig trygge ved at dele deres tanker og idéer til forebyggelse af smerter i kroppen.

Frem den åbne dialog om smerter

Priorité hyppig dialog mellem medarbejdere og ledere. Ved at fremme åben kommunikation, lytning og udveksling af erfaringer skabes de mest effektive arbejds gange, der imødekommer både medarbejdere og leders behov.

Medarbejder i ældreplejen



Sådan siger de

"Det er en del af mit ledelsesgrundlag, at der er frihed under ansvar. Medarbejderne bliver ved med at få ansvar, og flere er vokset af den grund."

Leder i ældreplejen

"De seneste tre år er jeg vokset, fordi jeg har haft en god leder, der har set nogle ting i mig, og som understøtter mig. Så lige nu blomstrer jeg. Jeg har det godt, og jeg niver mig i armen hver dag."

Medarbejder i ældreplejen

Vil du vide mere?

Projektkoordinator Ninna Wilstrup
nmw@nfa.dk

