



# we:LIFT

Arbejdsmiljørådgivernes  
konsulentuddannelse  
2019

# Modul 1 - Transformér viden til handling

## Hen imod faciliterende rådgivning

15. – 16. januar 2019

Med Kenneth Agerholm, Signe Bonnen, Nanna Munk og Ib Ravn

*På uddannelsens første modul har vi særligt fokus på, hvordan du får viden til at blive til handlinger hos dem, du rådgiver. Vi arbejder med at skabe motivation og handling gennem en mere faciliterende tilgang i rådgiverrollen. Du lærer, hvad det vil sige at arbejde faciliterende og vi dykker ind i, hvordan du kan håndtere den vanskelige balance mellem at være ekspert, rådgiver og facilitator.*

### DAG 1

#### Fra information til transformation af viden

På første modul får du grundlagt forståelsen for, hvordan du gennem en faciliterende tilgang kan arbejde med at skabe transformation af viden, der fører til konkrete handlinger og ændret adfærd. Vi kigger også frem på uddannelsens øvrige moduler, så du får et overblik over din læring i hele forløbet.

#### Ekspert, rådgiver og facilitator

Når du arbejder mere faciliterende, sker der noget med din rolle som arbejdsmiljørådgiver. Vi arbejder med den svære balance mellem at være ekspert, rådgiver og facilitator, og du får indblik i, hvad det vil sige at være en "faciliterende ekspert".

### DAG 2

#### Fra viden til handling

Hvordan får man effektivt "oversat" en beslutning fra arbejdsgiveren eller ny viden om sikkerhedshensyn til handling, som folk ikke glemmer? Hvordan får man folks gode ideer inddraget i at skabe et godt arbejdsmiljø? Og hvordan får man folk til at sparre med hinanden om sikkerhed, når du ikke er der? Involvering kræver stram processtyring for ikke at køre af sporet. Vi træner processtyring som middel til at nå et mål: Nemlig at få transformeret viden til handling i det gode arbejdsmiljøes tjeneste.

#### Faciliterende redskaber til at tage hjem og bruge med det samme

Allerede på første modul får du en værktøjskasse, du kan bruge "på mandag", når du møder folk og ønsker at inddrage dem, og når du skal facilitere forskellige typer møder og workshops. Du får også mulighed for at afdække nogle af dine udfordringer som rådgiver og modtage input og sparring, der passer til din situation.

## Modul 2 – Bedre arbejdsmiljø med involvering

### Skab engagement omkring ny adfærd

26. – 27. februar 2019

Med Nanna Munk og Ib Ravn

*Når man som ekspert gerne vil lære andre noget, kommer man tit til at optræde belærende og holde lidt for lange foredrag for dem. Det lærer de sjældent noget af. Det giver mere effekt at involvere dem, så de selv er aktive, får fortalt om deres erfaringer og hjulpet hinanden med deres udfordringer. På dette modul lærer du, hvordan du skaber bedre arbejdsmiljø gennem involvering, og du får en række konkrete metoder lige til at tage med hjem og bruge.*

#### DAG 1

##### Engagement og ejerskab gennem involvering

Når man formidler et budskab, man ønsker andre skal tage til sig, kan man benytte sig af forskellige metoder; bl.a. forankring, vende-drøftelser, konstruktiv tingslagning, lyt & byt, knastbehandling og ladebygning. Vi afprøver sådanne metoder på os selv og præciserer sammen, hvor i arbejdsmiljørådgiverens indsats de er relevante.

##### At skabe involvering lavmælt og overbevisende

I mindre grupper øver vi den kunst at sætte involverende processer i gang med et antal deltagere. Hvis man ikke skal slå ud med armene og proklamere "Nu skal I alle sammen være aktive!" (for det reagerer folk af og til imod), hvad skal man så gøre? Man skal introducere det, der skal til at ske, så diskret som muligt og med øjet på bolden: Det udbytte deltagerne skal have – og ikke facilitators afvikling af en spændende "øvelse". Det øver vi.

#### DAG 2

##### En drejebog at facilitere ud fra

Hvis man skal gennemføre en workshop med budskaber, som deltagerne skal tage til sig, skal det tilrettelægges ordentligt. Det gør man bedst ved hjælpe af en såkaldt drejebog, der er facilitators eget detaljerede program for workshoppen. Her beskriver man de oplæg og involverende processer, man har planlagt for dagen. Vi laver parvist drejebøger for kommende, reelle arrangementer, præsenterer et par af dem for hinanden 'live' og evaluerer og kvitterer for hinandens arbejde dermed.

##### At involvere derhjemme

Vi ser nærmere på deltagerne løbende "hjemmearbejde" i lyset af metoder til involvering. Har alle deltagerne sikret sig opbakning og medejerskab på hjemmefronten? Vi behandler hinandens udfordringer hermed i en fælles 'knastbehandling' – i sig selv jo en involverende videndelingsproces.



## Modul 3 – Den motiverende arbejdsmiljørådgiver

### *Styrk folks egen indre-motivation*

19. – 20. marts 2019

Med Kenneth Agerholm, Signe Bonnen og Ib Ravn

*At skabe bedre arbejdsmiljø handler i høj grad om at få folk til selv at føle sig motiveret for fornuftig adfærd. De skal gøre det rigtige - også når du vender ryggen til. Udfordringen er, at ydre-motivation gennem belønning og straf ofte opleves som et forsøg på kontrol – noget næsten alle reagerer på med modstand. På dette modul lærer du i stedet at arbejde med indre-motivation ved at styrke menneskers naturlige behov for selvbestemmelse, kompetence og samhørighed.*

#### DAG 1

##### **Indre, ydre og integreret motivation**

Mennesker motiveres let, når en aktivitet er interessant og spændende i sig selv. Er den ikke det, tyr ledere ofte til belønning, diskrete trusler eller andre ubehagelige sanktioner for at få opgaven udført. Men mellem lyst og tvang ligger der en tredje motivationstype: Integreret motivation. Her accepterer mennesker at gøre det fornuftige, selv om det ikke er nydelsesfuldt i sig selv. Denne type motivation er nøglen i meget sikkerhedsarbejde og vi øver os i at opdage den og give den plads.

##### **At motivere ved at yde behovsstøtte**

Når mennesker trives, er inspirerede og trygge er de naturligt motiverede til at gøre forskellige ting. At motivere andre er således ikke at prikke til dem med stok eller en gulerod, men sikre at de sidder i førersædet i deres eget liv, oplever at de er gode til at håndtere arbejdslivets udfordringer og deltager i et varmt og givende fællesskab med kolleger. At støtte andre menneskers behov for autonomi, kompetence og samhørighed er således kongevejen til motivering. Vi undersøger motivationspsykologien og deler vores egne bedste erfaringer med motivationsarbejdets udfordringer og faldgruber.

#### DAG 2

##### **Motivation i praksis**

Vi uddyber førstedagens motivationspsykologiske indblik gennem en række cases og øvelser, hvor deltagerne bringer deres egne gode og dårlige erfaringer i spil.

##### **Arbejdsmiljørådgivning i motivationspsykologisk belysning**

Deltagernes fortløbende indsætter inden for arbejdsmiljørådgivning gennemlyses motivationspsykologisk. Vi hører om deltagerens tilgange til formidling, videndeling, rådgivning, facilitering og coaching og undersøger om de er motivationspsykologisk toptunede. Hvor kan man ud fra gårsdagens begrebsapparat tage bedre fat om hverdagens udfordringer som arbejdsmiljørådgiver.

## Modul 4 – Din personlige kommunikation

### *Relationer, kommunikation og kropssprog*

29.– 30. april 2019

Med Signe Bonnen og Ib Ravn

*På dette modul får du trænet din mundtlige kommunikation og din fremtoning som faciliterende rådgiver. Du får redskaber til at opbygge relationer med dem, du arbejder med, og øver at være styrende samtidig med, at du giver plads til andre. På modulet arbejder vi bl.a. med dialogisk design af kommunikation og med selve fremførelsen; kropssprog, mimik og stemme.*

#### DAG 1

**Vær den troværdig rådgiver, som lytter**

Dialogisk kommunikation handler om at tænke og agere som skiftevis afsender og modtager. Derfor starter vi dagen med at fokusere på lytterens rolle i kommunikationssituationen.

**Skru op og ned for dit kropssprog**

Både når du lytter og når du skal holde oplæg har kropssproget stor betydning. Med din krop og stemme kan du skrue op og ned, og du kan variere mellem at give power og skrue ned. Vi sætter fokus på hele kroppen og øver, hvordan du kan udnytte dine volumenknapper.

**Præsenter dig og dit budskab**

Din start, din opbygning og din afslutning har stor betydning for, hvordan dit budskab kommer igennem. Vi træner at opbygge præsentationen af et budskab, så du kan levere det klart og med skarphed.

#### DAG 2

**Opbyg stærke relationer til kunder og samarbejdspartnere**

Det er nemmer at holde godt fast på nuværende kunder, end det er at skaffe nye. Derfor er det vigtigt at opbygge stærke relationer til dine kunder, samarbejdspartnere og interessenter. Du modtager og øver tricks til, hvordan du kan forstærke dine relationer.

**Disponer, vær konkret og fortæl historier**

Vi husker ikke alt, hvad der bliver sagt, så hvordan kan du sikre, at det du siger bliver husket? Rådene er at være konkret, fortælle i billeder og historier, men det er lettere sagt end gjort. Derfor øver vi, hvordan dit oplæg bedre klæber til dine tilhørere.

**Samtale med chefen**

Vi slutter dagen af med at sætte fokus på den samtale, du skal have med din nærmeste leder: Hvad vil du tale om og hvordan vil du gøre det?

## Modul 5 – Sådan påvirker du adfærd

### Brug nudging og adfærdsdesign

3. – 4. juni 2019

Med Kenneth Agerholm, Signe Bonnen og Nanna Munk

*Det er svært at få andre til ændre adfærd: Mennesker ønsker at gøre det rigtige, men gør det ofte ikke. På dette modul arbejder vi med observation og analyse af en situation for at forstå baggrunde for adfærd. Med nye psykologiske indsigter kan vi skabe målbare adfærdsændringer. Nudging og adfærdsdesign er en del af dette modul.*

#### DAG 1

##### Hvad styrer adfærd?

Adfærdsdesign er en tilgang og en metodik, der bruger viden fra "behavioral economics" til at skabe forandringer. Mange kender det fra termer som nudging og adfærdsøkonomi. I stedet for at informere går man helt konkret efter at skabe handling. Eksempelvis når man sætter salaten foran kødet i kantinen, så tager de fleste mere salat og lidt mindre kød - uden at tænke mere over det. Hvordan kan vi designe løsninger, når det gælder sikkerhed og sundhed på arbejdspladsen? Adfærdspsykologien tilbyder forståelser for, hvad der er afgørende, når vi tager en beslutning – og nye metoder til at anvende denne viden.

##### Centrale begreber i adfærdspsykologien

Vi mennesker er mere irrationelle end vi kan lide at tænke om os selv! For at uddybe, hvad der ligger bag det udsagn, åbner vi for menneskets "black box" og kigger på de biases / forforståelser, der både kan lede os på afveje og som vi kan bruge til vores fordel i arbejdsmiljøarbejdet. Vi dykker ned i centrale modeller og begreber fra adfærdspsykologien som priming, anker og framing.

#### DAG 2

##### Metoder i adfærdsdesign

Med adfærdsdesignerens metoder skal vi træne at diagnosticere arbejdsmiljøproblemer på nye måder. Vi skal observere og analysere konkrete situationer og udfordringer, vi arbejder med til daglig. Med de nye redskaber vil vi prøve at afsløre årsager og sammenhænge, der før var skjulte. På den baggrund skal vi træne i at skabe nye typer af løsninger baseret på adfærdsdesign.

##### Eksperimenter og træning

Her bruger vi de lærte redskaber og nye indsigter. Vi træner metoderne på de konkrete opgaver du står med. Du får feedback på dine observationer, analyser og adfærds løsninger og sparrer med andre på uddannelsen. Vi når også at tale om, hvordan du kan måle om dine løsninger ændrer folks adfærd.

## Modul 6 – Find orden i kaos

### Vær professionel, når planen ikke holder

21. – 22. august 2019

Med Kenneth Agerholm og Nanna Munk

*Lær hvordan du kan handle professionelt og sikkert, når dine planer går i vasken, fordi du fx oplever modstand eller noget uventet sker. På modulet får du værktøjer til at improvisere for bedre at kunne navigere i hverdagens kaos. Du bliver bedre til at holde det kølige overblik og fravige planen for at fange og handle på "det, der er brug for lige nu". Komplexitetsteori og improvisations-værktøjer er en del af dette modul.*

#### DAG 1

##### Find orden i kaos; vær professionel, når planen ikke holder

Efter 5 moduler har du lært at designe processer og bruge mange typer af faciliteringsredskaber til at skabe forandring. Vi har i store træk antaget, at processen kan tilrettelægges og styres. Men virkeligheden er for det meste langt mere kaotisk, planen holder ofte ikke og hvad gør du så?

##### Improvisation som rådgiverkompetence

De bedste rådgivere er mestre i at improvisere, ændre tilgang og smede deres egne faciliteringsredskaber undervejs. Denne eftermiddag får du redskaber til at kunne overskue ellers uoverskuelige situationer i dit rådgivningsarbejde, så du altid kan handle professionel og har evnen til at improvisere.

#### DAG 2

##### Hvad er modstand og hvordan håndterer du det?

Modstand rummer meget energi, men det kan være ubehageligt, når du leder en proces og en eller flere i gruppen giver dig eller processen modstand. Vi kigger på, hvad modstand er og hvorfor ordet "modstand" kan være et problem i sig. Du får inspiration til, hvordan du bedst læser og navigerer i de svære situationer og bringer dem til succes.

##### Eksperimenterende udvikling

De bedste løsninger forudsætter, at man er villig til at eksperimentere, tage ved lære, tilrette og prøve igen. Vi dykker ned i, hvordan du kan facilitere en mere eksperimenterende tilgang til udvikling på de arbejdspladser, du rådgiver.

## Modul 7 – Værdiskabelse og synlighed

### *Synliggør værdien for dem, du arbejder for og med*

**24. – 25. september 2019**

**Med Kenneth Agerholm, Signe Bonnen, Ib Ravn og Nanna Munk**

*På dette sidste modul arbejder vi med, hvordan værdi skabes og opleves for kunden, medarbejderne og ledelsen. Vi fletter de 6 foregående moduler sammen og fokuserer på, hvordan du omsætter din egen læring til oplevet værdi for dem, du arbejder for og med. Hele uddannelsen slutter med en eksamen, der foregår på sidste dag i dette modul.*

#### **DAG 1**

##### **Eksamen**

Alle på holdet fremlægger deres eksamenscase og samler dermed op på den læring, der har været på forløbet. Hvordan omsættes inspirationen fra de forskellige tænkninger, modeller og værktøjer til konkret værdi for dem, du arbejder for og med?

#### **DAG 2**

##### **Synliggørelse af rådgiverens værdi**

Det er et paradoks, at den vellykkede facilitering også er næsten usynlig. Når du lykkes med en faciliterende tilgang, vil folk i høj grad opleve, at de løser problemerne selv, og at det oven i købet var let! Hvordan gør du din indsats synlig for kunden og arbejdsgiveren, når du som faciliterende ekspert i høj grad får dem "til at løse problemerne" selv?

##### **Afslutning på we:LIFT**

Vi fokuserer på den læring, hver enkelt deltager har fået på uddannelsen og sender hinanden godt ud af døren med en plan for det videre arbejde med rådgivningsrollen- og arbejdet.



## Èn uddannelse – fire undervisere



### Ib Ravn

Forsker på DPU ved Aarhus Universitet i organisatoriske videnprocesser. Arbejder med facilitering, lærende møder og motiverende processer. Varetager temaklyngen "Facilitering af videnprocesser" på DPU. Forfatter til fire bøger om møder og videndeling, bl.a. "Facilitering: Ledelse af møder der skaber værdi og mening" (Hans Reitzel, 2011).



### Nanna Munk

Organisationskonsulent med speciale i samarbejde, organisatoriske læringsprocesser og facilitering. Uddannet cand.mag. i medievidenskab fra Københavns Universitet. Nanna har bl.a. undervist for Roskilde Universitet, Ledernes Kompetencecenter og AP Pension. Hun arbejder som konsulent i Danmark og Norge og underviser på Arbejdsmiljøakademiets 2-dages forløb "Procesfacilitering"



### Kenneth Agerholm

Organisationskonsulent med speciale i facilitering, innovation, mødeledelse, forandringsledelse og brugerinddragelse. Arbejder med private og offentlige virksomheder. Ekstern lektor på AB Business School Riga og Roskilde Universitet. Underviser bl.a. i facilitering, "Creative Thinking" og brug af adfærdspsykologi i forandringsprocesser.



### Signe Bonnen

Kommunikationskonsulent med speciale i mundtlig kommunikation, brugerrettet skriftlig kommunikation, facilitering og adfærdspsykologi. Uddannet cand.comm. fra Roskilde Universitet, nu beskikket censor samme sted. Signe har en fortid fra arbejdsmiljøområdet, bl.a. i NFA, VFA og Arbejdstilsynet.

## Hvad kræver uddannelsen?

### Undervisning:

14 undervisningsdage fra kl. 09.30 – 16.00, fordelt på 7 moduler, med hver 2 sammenhængende undervisningsdage. Dagene er med lækker forplejning til morgen og frokost og afholdes som eksternat uden overnatning, centralt i København.

### Læsning af litteratur:

Der udleveres litteraturlister til hvert modul, så du kan læse mere, hvis du er interesseret i at dykke ned i teorien. Læsning er ikke obligatorisk, men vi anbefaler, at du læser nogle af teksterne for at understøtte din læring på forløbet.

### Opgaver mellem modulerne:

Der vil være opgaver mellem modulerne, der kobler undervisningen med dit arbejdsliv. Det vil sige, at du kan arbejde med dine egne udfordringer og cases. Du skal regne med at bruge 2-3 timer mellem modulerne på dette case-arbejde.

### Hvad kræves af din arbejdsplads?

Uddannelsen lægger op til, at du har tre møder af en halv time med din nærmeste leder: Én efter første modul, én efter fjerde modul og én efter 6 modul. Derudover anbefaler vi, at du vælger en eller to "medsammensvorne" på din arbejdsplads, som du løbende formidler viden fra uddannelsen til. På den måde lærer du at formidle dine erkendelser, og din arbejdsplads får glæde af, at flere personer får viden fra uddannelsen.

### Eksamen:

Uddannelsen sluttet med en case-baseret eksamen, der skal bestå for at få certificering fra uddannelsen. Du skal beregne mellem 10-15 timer til at forberede eksamen. Eksamensopgaven er så vidt muligt knyttet til en opgave, du har i dit arbejdsliv, og du vil derfor kunne "løse en rigtig opgave" i forbindelse med eksamen.

### Certificering:

For at få certificering fra uddannelsen kræves, at du deltager på alle moduler, løser opgaverne mellem modulerne og består eksamen på sidste modul. Ferie, barn syg eller andet fravær skal du så vidt muligt undgå på undervisningsdage. Hvis du bliver ramt af sygdom på en dag, hvor der er undervisning, laves en individuel aftale mht. certificering



## Praktisk info:

### Priser

*Alle priser er ekskl. moms*

**Ordinær pris:** 46.000 kr.

**Medlemspris:** 42.000 kr.

### Betaling kan ske i 2 rater:

rate: Halvdelen af beløbet betales senest den 1. december 2018

rate: Den resterende halvdel betales senest den 21. januar 2019

Tilmelding er bindende fra den 1. december 2018. Du finder mere info om uddannelsen under ovenstående faner eller kontakt Arbejdsmiljørådgiverne på tlf. 30 48 58 16 eller mail:

[info@bamr.dk](mailto:info@bamr.dk)

Kurserne afholdes centralt i København - nærmere info følger. Obs: eksternat uden overnatning.