

Belastningspsykologi fra et ledelsesperspektiv

Et lederkursus, som styrker dig i at skabe et sundt psykisk arbejdsmiljø for dine medarbejdere og dig selv!

Kom til et berigende, inspirerende og nærværende lederkursus, og bliv klædt på med belastningspsykologisk viden og konkrete belastningspsykologiske ledelsesværktøjer.

Som leder er det essentielt at kunne spotte, hvad der gør indtryk og dermed potentielt belaster, så du proaktivt kan støtte dine medarbejdere i at forebygge mental slagside i form af f.eks. udbrændthed, omsorgstræthed, forråelse eller traumatisering - og ultimativt er i risiko for en sygemelding.

Indhold

Ledelseskurset strækker sig over 2 dage. På de to dage vil du sammen med andre ledere lære om de formelle krav til et godt psykisk arbejdsmiljø og få indsigt i belastningspsykologi baseret på forskning og konkrete cases. Vi vil i løbet af de 2 dage arbejde med:

- **Hvordan du som leder forebygger potentielle belastninger på gruppe og individniveau** – herunder hvordan du kortlægger forskellige risiko-faktorer på din arbejdsplads (Bæredygtighedsanalysen mm.)
- **Hvilke konkrete forebyggelsesredskaber du kan trække på i forskellige situationer** (IGLO-U ideer, Fiskerbænken)
- **Hvordan du spotter tidlige tegn på belastning hos dine medarbejdere** (klassiske faresignaler på individ- og gruppeniveau, Rød-grøn-blå-modellen)
- **Hvad du skal være opmærksom på i forhold til ledelse af forskellige typer af medarbejdere**, når de er belastede
- **Og sidst – men mindst lige så vigtigt som alt det ovenstående! – hvordan du passer på dig selv**, så du som leder kan blive ved med at være den bedste leder for dine medarbejdere

Vi vil på kurset prioritere at arbejde med cases, som tager udgangspunkt i de problemstillinger og konkrete situationer I som ledere møder i jeres dagligdag. Kurset er derfor tilrettelagt til **maksimalt 20 deltagere**, så vi både har tid til at dele ledelseserfaringer og at blive klog på egne styrker og faldgruber, som leder i et felt med høje følelsesmæssige krav.

Målgruppe

Kurset er for dig, der er leder af ansatte i mentale højrisikjob. Altså job, hvor man f.eks. er vidne til andre menneskers skæbner, eller hvor man bliver konfronteret med udadreagerende adfærd, trusler, krænkende handlinger og overgreb eller måske ligefrem ulykker og død. Det kan være, du er leder indenfor social og sundhed, børn og unge, skole og dagtilbud, politi eller beredskab, retsvæsnat eller måske medieverdenen. Fælles for alle er, at I er ledere for medarbejdere ansat i job med høje følelsesmæssige krav.

Kursets indhold og teori er baseret på Grundbog i Belastningspsykologi skrevet af Rikke Høgsted, autoriseret psykolog og specialist i kriser og traumer. Rikke har med udgangspunkt i mere end 20 års praktisk erfaring fra arbejdspladser, hvor man arbejder med høje følelsesmæssige krav, skabt en grundbog, hvor teori og forskning trækkes ned på jorden og ind på arbejdspladserne med det formål at formidle viden og redskaber og belastningspsykologi, som alle kan bruge.



Undervisere

Rikke Rye Hahn, sundheds- og organisationspsykolog og mange års erfaring med rådgivning af offentlige ledere, samt Mette Obelitz erhvervs- og organisationspsykolog med mange års ledererfaring. Begge er erfarne konsulenter i [Institut for Belastningspsykologi](#).



Tid: Tirsdag d. 31. oktober og onsdag d. 1. november 2023, begge dage kl. 09.00 – 16.00
Sted: Ferdinand, Rahbeks Allé 21, 1801 Frederiksberg C.
Pris: 7.995 kr. ekskl. moms.

Prisen inkluderer: **Fuld forplejning** (morgenmad, frokost og eftermiddagskage), et eksemplar af **Grundbog i Belastningspsykologi** samt en **implementeringspakke** bestående af 10 eksemplarer af Pixi-bogen i Belastningspsykologi + en Rød-Grøn-Blå-plakat.

Lyder dette kursus som noget for dig? Så kan du tilmelde dig ved at udfylde kontaktformularen på vores hjemmeside: <https://belastningspsykologi.dk/index.php/2023/05/17/vil-du-gerne-blive-klogere-pa-belastningspsykologi-fra-et-ledelsesperspektiv/>

Har du spørgsmål til kurset, er du velkommen til at kontakte kursuskoordinator Susanne Holm på mail: susanne@belastningspsykologi.dk eller tlf. 24 602 690.



Forebyggelse er en holdsport, som lykkes, når alle i organisationen forstår hver deres rolle og ansvar og løfter i flok!