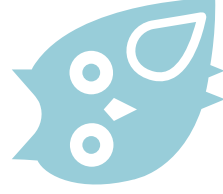


# Hvordan har dit forhold til dit arbejde evt. udviklet sig over tid?

**BFA**  
Branche  
Fællesskab  
Arbejds miljø  
Velfærd og Offentlig administration



TRIVSEL & MOTIVATION



Hvordan har dit forhold til dit arbejde evt. udviklet sig over tid?

” Jeg er i en proces med at acceptere, at det ikke bliver super-godt hver dag. Samt at jeg ikke kan redde alle. Jeg er blevet nødt til at distancere mig fra mit arbejde, selvom jeg ikke bryder mig om det.”

Lærer, 40-44 år

**BFA**  
Branche  
Fællesskab  
Arbejds miljø  
Velfærd og Offentlig administration

Hvordan har dit forhold til dit arbejde evt. udviklet sig over tid?

” Jeg er blevet dygtigere og mere erfaren. Det gør, at jeg kan bruge helikopterperspektivet mere. Men jeg har også mere ansvar nu. Så samtidig med, at jeg er bedre til at give slip, når jeg holder fri, har jeg flere bolde i luften nu - så jeg må huske mig selv på, at ingen er uundværlig, og at det skal nok gå, og tingene løser sig altid på den ene eller den anden måde.”

Underviser, 50-54 år

TRIVSEL & MOTIVATION



TRIVSEL & MOTIVATION



Hvordan har dit forhold til dit arbejde evt. udviklet sig over tid?

” Jeg er i tiltagende grad presset af al den undervisning, der skal leveres. Skruen strammes år for år. Jeg opfatter det i stigende omfang mit arbejde som en ydelse, der bare skal fyres af. Når jeg så står i klasselokalet, giver det meste mening igen - heldigvis...”

Lektor, 40-44 år

**BFA**  
Branche  
Fællesskab  
Arbejds miljø  
Velfærd og Offentlig administration

**BFA**  
Branche  
Fællesskab  
Arbejds miljø  
Velfærd og Offentlig administration

- **Tag et kort på skift.**

Læs udsagnet op.

Hvordan genkender du udsagnet?

Hvilke refleksioner sætter det i gang hos dig?

- **Hav efterfølgende en runde ved bordet, hvor I på skift melder ind.**

Tag derpå et nyt kort.

- **Når I har talt om minimum seks kort, så drøft i gruppen:**

Hvilke forhold i vores arbejde giver

arbejdsglæde?

Får vi øje på problemstillinger i vores

arbejdsmiljø, der skal følges op på?

Hvad kan vi selv gøre? Hvad må vi bede

arbejdsmiljøgruppen om at tage sig af?



**TRIVSEL & MOTIVATION**



Branche  
Fællesskab  
Arbejdsmiljø  
Velfærd og Offentlig administration

## Sådan bruger I dialogkortene

**Brug kortene** til at dele erfaringer med, hvordan I trives med arbejdet på jeres arbejdsplads. Skab et trykt rum, hvor I får tid til at tale og til at lytte til hinanden: om det, der motiverer jer, og om det, der frustrerer eller er svært i jeres arbejde. Drøft, hvad I selv kan følge op på, og inddrag arbejdsmiljøgruppen, når I får øje på arbejdsmiljøproblemer.

### Inden I går i gang:

**Til arbejdsmiljøgruppen:** I kan hente flere citater på

[godtpsykiskarbejdsmiljo.dk/dialogkort](https://godtpsykiskarbejdsmiljo.dk/dialogkort).

Det er også jeres opgave i arbejdsmiljøgruppen at følge op på dialogen og bringe arbejdsmiljøproblemer, som I ikke selv kan løse, videre til højere niveau.

**Gruppetørrelse:** 4-5 personer i hver gruppe. Det kan fx være et team eller en gruppe, der kender hinanden allerede, eller det kan være grupper, der dannes midlertidigt på en temadag.

- **Tag et kort på skift.**

Læs udsagnet op.

Hvordan genkender du udsagnet?

Hvilke refleksioner sætter det i gang hos dig?

- **Hav efterfølgende en runde ved bordet, hvor I på skift melder ind.**

Tag derpå et nyt kort.

- **Når I har talt om minimum seks kort, så drøft i gruppen:**

Hvilke forhold i vores arbejde giver

arbejdsglæde?

Får vi øje på problemstillinger i vores

arbejdsmiljø, der skal følges op på?

Hvad kan vi selv gøre? Hvad må vi bede

arbejdsmiljøgruppen om at tage sig af?



**TRIVSEL & MOTIVATION**



Branche  
Fællesskab  
Arbejdsmiljø  
Velfærd og Offentlig administration

- **Tag et kort på skift.**

Læs udsagnet op.

Hvordan genkender du udsagnet?

Hvilke refleksioner sætter det i gang hos dig?

- **Hav efterfølgende en runde ved bordet, hvor I på skift melder ind.**

Tag derpå et nyt kort.

- **Når I har talt om minimum seks kort, så drøft i gruppen:**

Hvilke forhold i vores arbejde giver

arbejdsglæde?

Får vi øje på problemstillinger i vores

arbejdsmiljø, der skal følges op på?

Hvad kan vi selv gøre? Hvad må vi bede

arbejdsmiljøgruppen om at tage sig af?



**TRIVSEL & MOTIVATION**



Branche  
Fællesskab  
Arbejdsmiljø  
Velfærd og Offentlig administration

## TRIVSEL & MOTIVATION



**Hvordan har dit forhold til dit arbejde evt. udviklet sig over tid?**

» Fra at have fundet min helt rette hylde og mærke, man fagligt kunne rykke noget. Til at føle sig fagligt utilstrækkelig det meste af tiden, da der kommer flere og flere arbejdsopgaver, der ikke handler om de unge, men administrative opgaver og sparerunder.»

**Undervisere, 45-49 år**



## TRIVSEL & MOTIVATION



**Hvordan har dit forhold til dit arbejde evt. udviklet sig over tid?**

» Jeg er blevet mindre optaget af, hvad der er formelt korrekt og mere optaget af, hvad der kan lade sig gøre og hjælpe, hvor der er brug for det.»

**Pædagogisk leder, 45-49 år**



## TRIVSEL & MOTIVATION



**Hvordan har dit forhold til dit arbejde evt. udviklet sig over tid?**

» Det er blevet stadigt sværere at føle for det faglige indhold i pensum og især den opgivende holdning, der kommer til udtryk ved, at man lader eleverne bestå med blot 30 % rigtige svar. Kun få elever mestrer de underliggende niveauer. De kan fortsætte uden forståelse af det grundlæggende. Vi sender sorteper videre til de videregående uddannelser, der vider sig. Det føles ikke tilfredsstillende.»

**Lærere, 55-59 år**



## TRIVSEL & MOTIVATION



**Hvordan har dit forhold til dit arbejde evt. udviklet sig over tid?**

» Jeg er blevet meget mere cool med årene. I stand til ikke at lade alt gå under huden og blive personligt. Jeg er blevet mere systematisk i mit arbejde. Ved i højere grad, hvad der virker. Jeg er blevet mere opmærksom på vigtigheden af relationerne mellem mig og den enkelte elev - og bruger det som redskab.»

**Lærere, 50-54 år**



- **Tag et kort på skift.**

Læs udsagnet op.

Hvordan genkender du udsagnet?

Hvilke refleksioner sætter det i gang hos dig?

- **Hav efterfølgende en runde ved bordet, hvor I på skift melder ind.**

Tag derpå et nyt kort.

- **Når I har talt om minimum seks kort, så drøft i gruppen:**

Hvilke forhold i vores arbejde giver arbejdsglæde?

Får vi øje på problemstillinger i vores arbejdsmiljø, der skal følges op på?

Hvad kan vi selv gøre? Hvad må vi bede arbejdsmiljøgruppen om at tage sig af?



**TRIVSEL & MOTIVATION**



Branche  
Fællesskab  
Arbejdsmiljø  
Velfærd og Offentlig administration

- **Tag et kort på skift.**

Læs udsagnet op.

Hvordan genkender du udsagnet?

Hvilke refleksioner sætter det i gang hos dig?

- **Hav efterfølgende en runde ved bordet, hvor I på skift melder ind.**

Tag derpå et nyt kort.

- **Når I har talt om minimum seks kort, så drøft i gruppen:**

Hvilke forhold i vores arbejde giver arbejdsglæde?

Får vi øje på problemstillinger i vores arbejdsmiljø, der skal følges op på?

Hvad kan vi selv gøre? Hvad må vi bede arbejdsmiljøgruppen om at tage sig af?



**TRIVSEL & MOTIVATION**



Branche  
Fællesskab  
Arbejdsmiljø  
Velfærd og Offentlig administration

- **Tag et kort på skift.**

Læs udsagnet op.

Hvordan genkender du udsagnet?

Hvilke refleksioner sætter det i gang hos dig?

- **Hav efterfølgende en runde ved bordet, hvor I på skift melder ind.**

Tag derpå et nyt kort.

- **Når I har talt om minimum seks kort, så drøft i gruppen:**

Hvilke forhold i vores arbejde giver arbejdsglæde?

Får vi øje på problemstillinger i vores arbejdsmiljø, der skal følges op på?

Hvad kan vi selv gøre? Hvad må vi bede arbejdsmiljøgruppen om at tage sig af?



**TRIVSEL & MOTIVATION**



Branche  
Fællesskab  
Arbejdsmiljø  
Velfærd og Offentlig administration

- **Tag et kort på skift.**

Læs udsagnet op.

Hvordan genkender du udsagnet?

Hvilke refleksioner sætter det i gang hos dig?

- **Hav efterfølgende en runde ved bordet, hvor I på skift melder ind.**

Tag derpå et nyt kort.

- **Når I har talt om minimum seks kort, så drøft i gruppen:**

Hvilke forhold i vores arbejde giver arbejdsglæde?

Får vi øje på problemstillinger i vores arbejdsmiljø, der skal følges op på?

Hvad kan vi selv gøre? Hvad må vi bede arbejdsmiljøgruppen om at tage sig af?



**TRIVSEL & MOTIVATION**



Branche  
Fællesskab  
Arbejdsmiljø  
Velfærd og Offentlig administration

- **Tag et kort på skift.**

Læs udsagnet op.

Hvordan genkender du udsagnet?

Hvilke refleksioner sætter det i gang hos dig?

- **Hav efterfølgende en runde ved bordet, hvor I på skift melder ind.**

Tag derpå et nyt kort.

- **Når I har talt om minimum seks kort, så drøft i gruppen:**

Hvilke forhold i vores arbejde giver arbejdsglæde?

Får vi øje på problemstillinger i vores arbejdsmiljø, der skal følges op på?

Hvad kan vi selv gøre? Hvad må vi bede arbejdsmiljøgruppen om at tage sig af?



**TRIVSEL & MOTIVATION**



Branche  
Fællesskab  
Arbejdsmiljø  
Velfærd og Offentlig administration

## TRIVSEL & MOTIVATION



Hvordan har dit forhold til dit arbejde evt. udviklet sig over tid?

» Overordnet har jeg efterhånden gemt idealisten væk, fx når det gælder curriculum-udvikling og udvikling af nye uddannelser. Jeg har indset, at jeg, hvad undervisnings-relaterede opgaver angår, mere er logistics manager i en pølsefabrik. Mest styret af de administrative processer, der sætter rammen.»

**Lektor, 60-64 år**



## TRIVSEL & MOTIVATION



Hvordan har dit forhold til dit arbejde evt. udviklet sig over tid?

» På grund af øget topstyring og centralt satte præstationsmål, er inddragelse og indflydelse aldrig en selvfølge, og man må altid arbejde omkring en fare for, at de ydre krav gør arbejdet meningsløst. Sådan var det ikke under den tidligere universitetslov, hvor demokrati var det bærende.»

**Lektor, 45-49 år**



## TRIVSEL & MOTIVATION



Hvordan har dit forhold til dit arbejde evt. udviklet sig over tid?

» Jeg er blevet mindre usikker og mere effektiv i fx forberedelsen. Til gengæld har jeg fået øjnene op for flere udfordringer og føler større ansvarlighed over for elever end i begyndelsen, hvor jeg var optaget af at få dagligdagen til at køre.»

**Lærer, 30-34 år**



## TRIVSEL & MOTIVATION



Hvordan har dit forhold til dit arbejde evt. udviklet sig over tid?

» Jeg har efter en stress-sygemelding fået et mere realistisk syn på min opgave. Jeg har valgt at koncentrere mig om min undervisning og går ikke ind i såkaldt pædagogisk udviklingsarbejde. Måske er jeg blevet mere kynisk og egoistisk, men det handler om overlevelse i jobbet.»

**Lektor 45-49 år**



- **Tag et kort på skift.**

Læs udsagnet op.

Hvordan genkender du udsagnet?

Hvilke refleksioner sætter det i gang hos dig?

- **Hav efterfølgende en runde ved bordet, hvor I på skift melder ind.**

Tag derpå et nyt kort.

- **Når I har talt om minimum seks kort, så drøft i gruppen:**

Hvilke forhold i vores arbejde giver arbejdsglæde?

Får vi øje på problemstillinger i vores arbejdsmiljø, der skal følges op på?

Hvad kan vi selv gøre? Hvad må vi bede arbejdsmiljøgruppen om at tage sig af?



**TRIVSEL & MOTIVATION**



Branche Fællesskab Arbejdsmiljø Velfærd og Offentlig administration

- **Tag et kort på skift.**

Læs udsagnet op.

Hvordan genkender du udsagnet?

Hvilke refleksioner sætter det i gang hos dig?

- **Hav efterfølgende en runde ved bordet, hvor I på skift melder ind.**

Tag derpå et nyt kort.

- **Når I har talt om minimum seks kort, så drøft i gruppen:**

Hvilke forhold i vores arbejde giver arbejdsglæde?

Får vi øje på problemstillinger i vores arbejdsmiljø, der skal følges op på?

Hvad kan vi selv gøre? Hvad må vi bede arbejdsmiljøgruppen om at tage sig af?



**TRIVSEL & MOTIVATION**



Branche Fællesskab Arbejdsmiljø Velfærd og Offentlig administration

- **Tag et kort på skift.**

Læs udsagnet op.

Hvordan genkender du udsagnet?

Hvilke refleksioner sætter det i gang hos dig?

- **Hav efterfølgende en runde ved bordet, hvor I på skift melder ind.**

Tag derpå et nyt kort.

- **Når I har talt om minimum seks kort, så drøft i gruppen:**

Hvilke forhold i vores arbejde giver arbejdsglæde?

Får vi øje på problemstillinger i vores arbejdsmiljø, der skal følges op på?

Hvad kan vi selv gøre? Hvad må vi bede arbejdsmiljøgruppen om at tage sig af?



**TRIVSEL & MOTIVATION**



Branche Fællesskab Arbejdsmiljø Velfærd og Offentlig administration

- **Tag et kort på skift.**

Læs udsagnet op.

Hvordan genkender du udsagnet?

Hvilke refleksioner sætter det i gang hos dig?

- **Hav efterfølgende en runde ved bordet, hvor I på skift melder ind.**

Tag derpå et nyt kort.

- **Når I har talt om minimum seks kort, så drøft i gruppen:**

Hvilke forhold i vores arbejde giver arbejdsglæde?

Får vi øje på problemstillinger i vores arbejdsmiljø, der skal følges op på?

Hvad kan vi selv gøre? Hvad må vi bede arbejdsmiljøgruppen om at tage sig af?



**TRIVSEL & MOTIVATION**



Branche Fællesskab Arbejdsmiljø Velfærd og Offentlig administration

## TRIVSEL & MOTIVATION



**Hvordan har dit forhold til dit arbejde evt. udviklet sig over tid?**

» Som ung betød arbejdet og det at være en succes og blive opfattet som dygtig af min ledelse mere for min identitet. I dag hviler jeg mere i oplevelsen af, at jeg gør mit arbejde godt - at jeg har megen erfaring. De mange nedskæringer og udbudspolitikken på mit område (sprogcenter - dansk for voksne udlændinge) har helt klart gjort det sværere at bevare gejsten og glæden ved jobbet. »

**Lærer, 50-54 år**



## TRIVSEL & MOTIVATION



**Hvordan har dit forhold til dit arbejde evt. udviklet sig over tid?**

» Mere erfaring giver mig mere lyst til at eksperimentere. Men den pressede tid udfordrer mulighederne herfor. Tænkte tidligere at jeg ville være underviser resten af mit arbejdsliv. Det er jeg ikke længere så sikker på. »

**Lektor, 40-44 år**



## TRIVSEL & MOTIVATION



**Hvordan har dit forhold til dit arbejde evt. udviklet sig over tid?**

» Det er let. New public management-bølgen udløste en lavine, der nu ruller for fuld udblæsning. Siden omkring 2010 er det kun en forringelse af uddannelsessektoren på alle fronter, der er foregået. Endnu mere præcist har de sidste 5-6 år for alvor vist, hvorfor det er en dårlig idé at køre uddannelsessektoren som en privat institution. Vi bløder, og ungenerationer bliver ikke samlet op... »

**Lærer, 40-44 år**



## TRIVSEL & MOTIVATION



**Hvordan har dit forhold til dit arbejde evt. udviklet sig over tid?**

» Jeg er blevet mere sikker og erfaren, hvilket gør at jeg ikke tager modgang og modstand så tungt. Undervisningen interesserer mig stadig, men det er ikke livet om at gøre, som det var da jeg var ung: arbejdet er en del af mit liv, men det er ikke mit liv. Jeg bliver dog stadig ked af det, når jeg ikke har tid nok til at gøre arbejdet ordentligt. »

**Lektor, 45-49 år**



- **Tag et kort på skift.**

Læs udsagnet op.

Hvordan genkender du udsagnet?

Hvilke refleksioner sætter det i gang hos dig?

- **Hav efterfølgende en runde ved bordet, hvor I på skift melder ind.**

Tag derpå et nyt kort.

- **Når I har talt om minimum seks kort, så drøft i gruppen:**

Hvilke forhold i vores arbejde giver arbejdsglæde?

Får vi øje på problemstillinger i vores arbejdsmiljø, der skal følges op på?

Hvad kan vi selv gøre? Hvad må vi bede arbejdsmiljøgruppen om at tage sig af?



**TRIVSEL & MOTIVATION**



Branche  
Fællesskab  
Arbejdsmiljø  
Velfærd og Offentlig administration

- **Tag et kort på skift.**

Læs udsagnet op.

Hvordan genkender du udsagnet?

Hvilke refleksioner sætter det i gang hos dig?

- **Hav efterfølgende en runde ved bordet, hvor I på skift melder ind.**

Tag derpå et nyt kort.

- **Når I har talt om minimum seks kort, så drøft i gruppen:**

Hvilke forhold i vores arbejde giver arbejdsglæde?

Får vi øje på problemstillinger i vores arbejdsmiljø, der skal følges op på?

Hvad kan vi selv gøre? Hvad må vi bede arbejdsmiljøgruppen om at tage sig af?



**TRIVSEL & MOTIVATION**



Branche  
Fællesskab  
Arbejdsmiljø  
Velfærd og Offentlig administration

- **Tag et kort på skift.**

Læs udsagnet op.

Hvordan genkender du udsagnet?

Hvilke refleksioner sætter det i gang hos dig?

- **Hav efterfølgende en runde ved bordet, hvor I på skift melder ind.**

Tag derpå et nyt kort.

- **Når I har talt om minimum seks kort, så drøft i gruppen:**

Hvilke forhold i vores arbejde giver arbejdsglæde?

Får vi øje på problemstillinger i vores arbejdsmiljø, der skal følges op på?

Hvad kan vi selv gøre? Hvad må vi bede arbejdsmiljøgruppen om at tage sig af?



**TRIVSEL & MOTIVATION**



Branche  
Fællesskab  
Arbejdsmiljø  
Velfærd og Offentlig administration

- **Tag et kort på skift.**

Læs udsagnet op.

Hvordan genkender du udsagnet?

Hvilke refleksioner sætter det i gang hos dig?

- **Hav efterfølgende en runde ved bordet, hvor I på skift melder ind.**

Tag derpå et nyt kort.

- **Når I har talt om minimum seks kort, så drøft i gruppen:**

Hvilke forhold i vores arbejde giver arbejdsglæde?

Får vi øje på problemstillinger i vores arbejdsmiljø, der skal følges op på?

Hvad kan vi selv gøre? Hvad må vi bede arbejdsmiljøgruppen om at tage sig af?



**TRIVSEL & MOTIVATION**



Branche  
Fællesskab  
Arbejdsmiljø  
Velfærd og Offentlig administration

- **Tag et kort på skift.**

Læs udsagnet op.

Hvordan genkender du udsagnet?

Hvilke refleksioner sætter det i gang hos dig?

- **Hav efterfølgende en runde ved bordet, hvor I på skift melder ind.**

Tag derpå et nyt kort.

- **Når I har talt om minimum seks kort, så drøft i gruppen:**

Hvilke forhold i vores arbejde giver arbejdsglæde?

Får vi øje på problemstillinger i vores arbejdsmiljø, der skal følges op på?

Hvad kan vi selv gøre? Hvad må vi bede arbejdsmiljøgruppen om at tage sig af?



**TRIVSEL & MOTIVATION**



Branche  
Fællesskab  
Arbejdsmiljø  
Velfærd og Offentlig administration



## TRIVSEL & MOTIVATION



Hvordan har dit forhold til dit arbejde evt. udviklet sig over tid?

» Tja, idealismen er afgået ved døden, eller den skal i hvert fald have kunstigt åndedræt jævnligt. Mange flere udefrakommende irritationsmomenter. Jeg føler i mange tilfælde at jeg udfører noget ligegyldigt »paperback pushing« arbejde, hvor tiden kunne være brugt fornuftigt.»

Lærer, 50-54 år

**BFA**

Branche  
Fællesskab  
Arbejds miljø  
Velfærd og Offentlig administration



- **Tag et kort på skift.**

Læs udsagnet op.

Hvordan genkender du udsagnet?

Hvilke refleksioner sætter det i gang hos dig?

- **Hav efterfølgende en runde ved bordet, hvor I på skift melder ind.**

Tag derpå et nyt kort.

- **Når I har talt om minimum seks kort, så drøft i gruppen:**

Hvilke forhold i vores arbejde giver arbejdsglæde?

Får vi øje på problemstillinger i vores arbejdsmiljø, der skal følges op på?

Hvad kan vi selv gøre? Hvad må vi bede arbejdsmiljøgruppen om at tage sig af?

