

Arbejdstidsspillet



BRANCHEARBEJDSMILJØRÅDET

Social & Sundhed

Din arbejdsplads er ofte ramt af fravær, og din leder ringer derfor ret ofte til dig på dine fridage. Du kan mærke, det tærer på familielivet.

Hvad gør du?

- 1) Taler med din leder og beder om at få færre akut-opkald i fremtiden.
- 2) Taler med din TR/SR om at få taget problemet op på et MED-udvalgsmøde.
- 3) Ingenting - det er en del af jobbet, som familien må acceptere.

Du vil gerne gå til en holdsport, men de skiftende arbejdstider gør det umuligt at følge træningen og komme til kampe.

Hvad gør du?

- 1) Snakker med din leder om at få et særligt vagtskema, hvor der tages specielt hensyn til dig.
- 2) Starter en generel snak om tilrettelæggelsen af arbejdstid på dit arbejde.
- 3) Dropper holdsporten og køber kort til et fitnesscenter.

Hvis du skal udføre dit job, så du selv synes, det er i orden, har du meget travlt hver dag. Du føler ofte, at du svigter, hvis du skal holde dine pauser.

Hvad gør du?

- 1) Springer pauserne over og tager en sandwich eller en kop kaffe på vej mellem to opgaver.
- 2) Holder fast i pauserne og lader brugerne vente.
- 3) Taler med din leder om at få bedre sammenhæng i dagen.

Du har svært ved at få din arbejdstid og fritid til at balancere og føler, at det slider på dig. Du kan se, at nogle kolleger stortrives med den måde, vagterne ligger på, mens andre har det som dig.

Hvad gør du?

- 1) Taler med dine kolleger om at give plads til jeres forskellige behov i vagtplanlægningen.
- 2) Taler med din leder eller TR/SR om at få en særlig ordning, der er mindre belastende for dig.
- 3) Fortsætter uændret, men overvejer at søge væk.

Du har problemer i dit parforhold. Din partner viser dig en undersøgelse, der viser, at skilsmiseprocenten er høj for folk med arbejdstider som dine.

Hvad gør du?

- 1) Tænker, at den undersøgelse ikke angår dig og fortsætter uændret.
- 2) Søger nyt arbejde med faste arbejdstider.
- 3) Beslutter, at du vil holde lidt mere fri sammen med din partner.

Dit barn er sløjt. De fleste af dine kollegaer den dag er unge og uerfarne – de får en hård dag, hvis du bliver hjemme hos dit barn. Din leder er syg.

Hvad gør du?

- 1) Afleverer dit barn i institution, så du ikke svigter kollegerne.
- 2) Ringer til din gode kollega og lader din afgørelse afhænge af, hvad hun siger til, at du evt. bliver hjemme.
- 3) Bliver hjemme hos dit barn.

Du ved godt, det slider på helbredet med 12 timers vagter, men du er glad for kun at arbejde hver 3. weekend.

Hvad gør du?

- 1) Tager en snak med din leder om at få kortere vagter, selvom det betyder flere weekendvagter.
- 2) Finder et arbejde uden weekendvagter.
- 3) Vælger at fortsætte med de lange vagter velvidende, at det kan skade helbredet på lang sigt.

Du oplever, at hver morgen er et kapløb med uret. Du skal ofte styrte ud af døren og aflevere børnene, som de første i institutionen.

Hvad gør du?

- 1) Tvinger din mand på andre arbejdstider, så han kan aflevere.
- 2) Du tager en snak med din leder om muligheden for at møde lidt senere, så morgenen kan blive bedre for alle.
- 3) Du kommer til den erkendelse, at det er alle forældres lod og fortsætter kapløbet.

Du har i lang tid kun haft dagvagter. Du savner den selvstændighed og faglige udvikling, som aftenarbejde tidligere har givet dig.

Hvad gør du?

- 1) Går til din leder og beder om flere aftenvagter.
- 2) Beder din leder give dig mere ansvar i arbejdet.
- 3) Du begynder selv at tilrettelægge dit arbejde uden din leder.

Der er meget sygdom på din arbejdsplads. Især er der mange, som melder sig syge op til weekenderne.

Hvad gør du?

- 1)** Ingenting. Det er ledelsens problem. De må tage fat i sygeproblematikken.
- 2)** Skælder ud på kollegaerne. Det kan ikke være rigtigt, at de altid er syge i weekenden.
- 3)** Foreslår din TR/SR, at I indfører 3-2-2-modellen, så I kan hvile ordentligt ud mellem vagterne.

Du har haft rigtig mange skæve vagter den seneste tid, og flere venter forude. Men du er ved at være kørt træet.

Hvad gør du?

- 1) Snakker med din leder om at få fast dagarbejde i en periode.
- 2) Melder dig syg for at undgå at gå helt ned med flaget.
- 3) Holder ud og håber, at trætheden går over.

Du har i mange år været i fast aftenvagt på din arbejdsplads. Det passer dig godt, og du kan lide aftenrytmen. Nu har MED-udvalget besluttet, at alle skal arbejde skift på dag og aften eller dag og nat.

Hvad gør du?

- 1) Siger op. Du kan altid få aftenarbejde et andet sted eller få job i et vikarbureau.
- 2) Går til din tillidsrepræsentant for at få ændret beslutningen, så det bliver frivilligt.
- 3) Beslutter dig for at give den nye arbejdstid en chance, selvom du frygter, at det høje tempo i dagvagten vil være for hårdt.

”Kender du mig?”

Deltagere: 2

Regler: Spillet går ud på at gætte, hvilket af tre mulige svar, som ens kollega vil give på et bestemt dilemma. Spillet udspiller sig som et samarbejde, hvor opgaven hele tiden er at have flere rigtige end forkerte svar.

Spillet: To kolleger skiftes til at trække et kort ud af bunken med balancekort. Spørgeren læser kortet for sig selv og laver derefter en note på et stykke papir med det svar, som hun tror, kollegaen vil give. Alt dette foregår skjult. Derefter læses kortet højt – både dilemma og svarmuligheder. Hvis der er match mellem spørgeren og svarerens gæt tildes et point. Spørger og svarer begrundes svarene overfor hinanden – før rollerne byttes. De første to dilemmaer er ”gratis”. Point-regnskabet tæller altså først efter det tredje dilemma. Spillet fortsætter, indtil man når et aftalt antal kort igennem. (og man har vundet – i fællesskab) ... eller når man pludselig har flere forkerte end rigtige svar (og man har tabt til spillet).

”Kulturen hos os”

Deltagere: 3-8

Regler: Spillet er et kultur og netværks-spil, hvor det drejer sig om at aflæse den generelle holdning på arbejdspladsen.

Spillet: Der udnævnes en spilleleder, der håndterer bunken med balancekort. Spillelederen læser et kort op – samt de tre svarmuligheder. Herefter skriver samtlige spillere den svarmulighed ned på et stykke papir, som hver enkelt mener, er det svar, som hovedparten af kollegerne vil svare. Man skal altså ikke svare efter personlig preference – men istedet forsøge at gengive arbejdsstedets / kollegernes generelle holdning til dilemmaet. De mange sedler afsløres samtidigt – og spillelederen noterer fordelingen af svar.

Er der stor entydighed i svarene – eller er der stor spredning? På baggrund af det individuelle svar, giver hver enkelt spiller en kortfattet begrundelse for sit svar.

Spillelederen samler op, hvorefter der er fem minutters diskussion af dilemmaet.

”Debat-spillet”

Deltagere: 4-20

Regler: Balancekortene bruges som diskussionsoplæg. På et personalemøde trækkes tilfældige kort ud af balancekortsbunken. Dilemmaerne og de angivne svarmuligheder bruges som afsæt for en diskussion i personalegruppen. De nødvendige rammer for diskussionen opsættes inden ”spillet” går igang.

Spillet: Der udnævnes en debatleder, der håndterer bunken med balancekort. Debatlederen trækker et tilfældigt kort. Hun læser kortets dilemma – samt de tre svarmuligheder højt. Der afsættes fem minutter til diskussion af dilemmaet og svarmulighederne i relation til arbejdspladsen. Det er debatlederens ansvar at ”holde diskussionen i luften”, at være ordstyrer og at stille uddybende spørgsmål. Når de fem minutter er gået, får kollegaen til højre tildelt rollen som debatleder.

Skriv dit eget dilemma her:

Hvad gør du?

1)

2)

3)

Du har haft jævnlige nattevagter i nogle år. Nu er du blevet gravid og læser, at der kan være forskellige risici for gravide, der har natarbejde.

Hvad gør du?

- 1) Prøver at passe på dig selv, så godt du kan under omstændighederne.
- 2) Går til din leder og TR/SR og foreslår en fleksibel vagtplanlægning, der tager hensyn til gravide.
- 3) Undersøger om der er en politik for natarbejde og gravide på din arbejdsplads.

Du arbejder på nattevagt og føler dig uden for det faglige og sociale fællesskab på din arbejdsplads. Din leder arbejder aldrig om natten og har ikke forståelse for problemet.

Hvad gør du?

- 1) Beslutter dig for at bruge mindst mulig energi på dit arbejde og får dig en hobby, du kan bruge tiden om natten på.
- 2) Inviterer din leder til at bruge en nat på arbejde med dig, så hun får indblik i nattevagternes vilkår.
- 3) Går til din TR/SR for at få hende til at tage det op som et fælles anliggende.

Det er svært at få folk til at tage nattevagterne på dit arbejde, og du er heller ikke selv glad for dem.

Hvad gør du?

- 1)** Ingenting
- det er ledelsens problem.
- 2)** Går til din leder med forslag om frugtordning, powernap og andre forbedrede fysiske forhold for nattevagterne.
- 3)** Foreslår dine kolleger, TR/SR og leder, at I finder andre måder at organisere og fordele arbejdet om natten på.

På din arbejdsplads arbejder nattevagterne 7 nætter i træk, hvorefter de har 7 fridage. Det er efterhånden hårdt for dit helbred.

Hvad gør du?

- 1)** Går til din leder og foreslår at I ændrer på vagtplanlægningen, så I kun arbejder 4 nætter i træk.
- 2)** Snakker med din TR/SR om du har ret til at blive flyttet til dagarbejde.
- 3)** Affinder dig med situationen, men begynder at se dig om efter et andet job.

På din arbejdsplads er der en ”dårlig kemi” mellem nattevagterne og dagvagterne – det er derfor svært at få nogen til at dække vagter på tværs. Der er problemer med at få vagtplanen til at gå op, og I frygter, at ledelsen vil tvinge en ordning igennem.

Hvad gør du?

- 1)** Passer dit arbejde og håber, at du ”klarere frisag”.
- 2)** Taler med ledelsen og TR/SR om at arrangere et fælles seminar, hvor I kan lære hinanden at kende.
- 3)** Siger ja til en masse vagter på ”det andet hold” for på den måde at virke som foregangsperson for de andre.

På din arbejdsplads er det ofte nødvendigt at indkalde folk til ekstra weekend- og nattevagter. Det har betydet et meget stort sygefravær blandt de, som tager ekstra vagter.

Hvad gør du?

- 1)** Taler med din TR/SR om at lave et oplæg til medarbejderne om vigtigheden af at kunne sige fra, hvis man ikke kan klare en ekstra vagt.
- 2)** Går til din ledelse og kræver at de gør noget ved sygefraværet blandt weekendvagterne.
- 3)** Gør hvad du kan for selv at undslå dig de ekstra vagter.

Nogle af dine kolleger er glade for kun at have nattevagter. Nu vil ledelsen have, at ingen kun må arbejde om natten, hvilket betyder, at I andre skal have flere nattevagter.

Hvad gør du?

- 1) Accepterer de ekstra vagter du skal have ud fra et overordnet sundhedsperspektiv.
- 2) Går til TR/SR og lederen for at få det, som det var tidligere.
- 3) Stiller forslag om indførelse af fleksible vagtplaner, så der kan findes andre måder at gøre det på.

Du har arbejdet på fast nattevagt i 15 år, trives med det og har indrettet dit liv på det. Du har netop deltaget i en helbredsundersøgelse og fået konstateret, at du er ved at udvikle sukkersyge. Lægen fraråder dig at arbejde om natten.

Hvad gør du?

- 1)** Går til din leder og beder om at få ændret dine arbejdstider.
- 2)** Tænker, at hvis du ellers lever sundt, går det nok og fortsætter med dit arbejde.
- 3)** Overvejer at skifte til et helt andet arbejde, da du synes, arbejdet om dagen er for hårdt.

Du arbejder alene om natten og er efter et sammenstød med en beboer begyndt at føle dig utryg på nattevagten.

Hvad gør du?

- 1) Hører din leder om du kan flyttes til en anden afdeling.
- 2) Går til din leder og beder, om I kan være to om natten i en periode.
- 3) Foreslår på et personalemøde at I diskuterer problemerne igennem - både årsager og virkninger.