

Lærerveiledning

Leksjon 1 – Hva er arbeidsmiljø?



Forberedelse før leksjonen:

Les gjennom denne lærerveiledningen før leksjonen, slik at du vet når det er på tide å vise filmer og hvilket materiale du må skrive ut i forveien.

Bilde 1

Instruksjon:

Du forteller om leksjonspakken og hvorfor vi gjør dette.

Leksjonspakken har som hensikt å gi elevene et innblikk i hva arbeidsmiljø er og hvordan det påvirker oss i hverdagen.

Gjennom seks leksjoner vil elevene lære seg å bli mer bevisste om faktorer på arbeidsplassen som påvirker deres psykiske og fysiske helse, og dermed blir bedre forberedt for et langt og friskt arbeidsliv. Elevene vil i løpet av leksjonspakken få høre en forskers syn på emnene som presenteres.

Om prosjektet – Arbeidsmiljøkunnskap for unge

Prosjektet Arbeidsmiljøkunnskap for unge er finansiert av Nordisk ministerråds arbeidsmiljønett og har som formål å øke kunnskapen om arbeidsmiljø hos unge i Norden.

Leksjonsmaterialet i seks deler er utviklet av en prosjektgruppe bestående av ungdomsskolelærere, studie- og yrkesveileder, arbeidsmiljøforskere, kommunikasjonsfolk og analytikere.

Leksjonene har blitt testet på ungdomsskoleelever ved Kunsthøgskolen i Sørøst, Sverige.

Les mer om prosjektet på nettsiden til Myndigheten for arbeidsmiljøkunnskap.

Formål

Gi en kort introduksjon til hvordan dette skolematerialet har blitt til og hvordan det er utviklet.

Bilde 2

Instruksjon:

Nordisk ministerråd er de nordiske regjeringenes offisielle samarbeidsorgan.

Nordisk ministerråd arbeider for felles nordiske løsninger innen områder der de nordiske landene kan oppnå større resultater ved å samarbeide enn ved å løse oppgavene hver for seg.

Et godt arbeidsliv spiller en sentral rolle for utviklingen av de nordiske velferdssamfunnene, for næringslivet og for hvert individ.

Et felles nordisk arbeidsmarked utgjør en hjørnestein i det nordiske samarbeidet. Samarbeidet omfatter sysselsetting og arbeidsmarked samt arbeidsmiljø og arbeidsrett.

Om Nordisk ministerråd

Nordisk ministerråd arbeider for felles nordiske løsninger innen områder der de nordiske landene kan oppnå større resultater ved å samarbeide enn ved å løse oppgavene hver for seg.

Et godt arbeidsliv spiller en sentral rolle for utviklingen av de nordiske velferdssamfunnene, for næringslivet og for hvert individ.

Samarbeidet omfatter sysselsetting, arbeidsmarked og arbeidsmiljø og arbeidsrett.

Formål:

Å gi en kort innføring i hva Nordisk ministerråd er.

Bilde 3

Mål med leksjon 1:

I denne første leksjonen skal elevene forstå hva begrepet arbeidsmiljø innebærer og kunne navngi noen ulike arbeidsmiljøfaktorer som kan påvirke hvordan man har det på jobben. Elevene skal kjenne til at det finnes to ulike deler av arbeidsmiljø: fysisk og psykososialt.

Etter at du har holdt denne introduksjonen, viser du en kort film med eksempler på ulike arbeidsmiljøer.

Hva er arbeidsmiljø?

Nordiska
ministerrådet

LEKSJON 1 AV 6 – Arbeidsmiljøkunnskap for unge

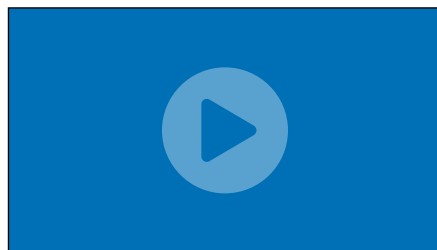


Bilde 4

Instruksjon:

Be elevene om å være oppmerksomme på hva de ser i filmen.

Start filmen.



Formål:

Filmene viser hvordan ulike arbeidsmiljøer kan være – de ser forskjellige ut, alle gjør forskjellige ting, med det er allikevel et arbeidsmiljø.

Bilde 5

Instruksjon:

1. Still et åpent spørsmål til elevene: Hvordan tror dere at arbeidsmiljøet kan påvirke oss? Bruk gjerne filmen som ble vist tidligere som inspirasjon. Lytt til hva elevene svarer.

2. Klikk frem og still spørsmålet: Hvor stor del av vår våkne tid tilbringer vi på jobben (i gjennomsnitt)?

La elevene gjette, og klikk deretter frem svaret. Svar: Omtrent 1/3 av vår våkne tid – gjelder for Sverige og er inkludert helger, helligdager og fire ukers ferie.

Her er noen eksempler du kan gi til elevene om hvordan arbeidsmiljøet kan påvirke:

- Hvis man som ung sitter eller løfter feil, kan det forårsake skader og besvær som kan føre til at de ikke kan fortsette i jobben sin.
- Høye krav og forventninger til å lykkes i jobben eller studiene øker risikoen for stress, som kan gi både psykiske og fysiske plager.
- Det er viktig å beskytte hørselen som ung, slik at det ikke fører til nedsatt hørsel senere, og at man ufrivillig må bytte yrke på grunn av dette.



Formål:

Gi en introduksjon og forklaring på begrepet arbeidsmiljø, og be elevene om å diskutere hva som kan inngå i dette emnet.

Lærerveiledning

Leksjon 1 – Hva er arbeidsmiljø?



Bilde 6

Instruksjon:

Fortell at arbeidsmiljø vanligvis deles i to deler (aspekter), fysisk og psykososialt.

Fysisk arbeidsmiljø

Hvordan kroppen påvirkes av å jobbe.

Psykososialt arbeidsmiljø

Hvordan vi mentalt og sosialt påvirkes av å jobbe.



Formål:

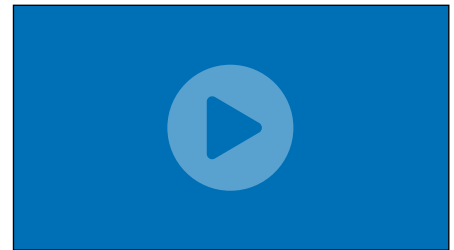
Å styrke elevenes kunnskap om begrepet arbeidsmiljø – forklar at det påvirker oss fysisk og psykososialt.

Bilde 7

Instruksjon:

Start filmen.

Be elevene være oppmerksomme på hva de ser, da de etter filmen skal diskutere hva som inngår i fysisk arbeidsmiljø.



Formål:

I filmen vil elevene få se eksempler på hva fysisk arbeidsmiljø er.

Bilde 8

Instruksjon:

1. La elevene tenke over hva de så i filmen og hvordan det kan kobles til fysisk arbeidsmiljø. Spør elevene hvilke faktorer de tror regnes som fysisk arbeidsmiljø.

Hvis elevene har noen forslag, så ta det opp og prat om dem.

2. Klikk frem eksempler og introduser faktorene.

Ergonomi og belastning

Hvordan du sitter, står og går.

Hvilket utstyr du bruker, og hvordan du for eksempel løfter og bærer tunge ting.

Lyd, lys og luft

Hvordan du opplever dine fysiske omgivelser, blir du blendet av sterkt lys? Er det passe varmt?

Teknikk, redskaper, farlige stoffer og sikkerhet

Hvordan hjelpemidler for å utføre arbeidet påvirker oss. Alt fra data-programmer til beskyttelsesutstyr.



Lærerveiledning

Leksjon 1 – Hva er arbeidsmiljø?



Bilde 9

Instruksjon:

Start filmen.

Be elevene være oppmerksomme på hva de ser, da de etter filmen skal diskutere hva som inngår i psykososialt arbeidsmiljø.



Formål:

I filmen vil elevene få se flere forskjellige faktorer innen psykososialt arbeidsmiljø. Dette er en forberedelse til den kommende gruppediskusjonen om emnet.

Bilde 10

Instruksjon:

1. La elevene tenke over hva de så i filmen og hvordan det kan kobles til psykososialt arbeidsmiljø. Spør elevene hvilke faktorer de tror regnes som psykososialt arbeidsmiljø. Hvis elevene har noen forslag, så ta det opp og prat om dem.

2. Klikk frem eksempler og introduser faktorene.

Stress og krav

Stress kan oppstå i forbindelse med konflikter, tidspress og forandringer og mangel på hvile.

Lederskap

Det er viktig å få støtte, ros og oppmuntring av sjefen og kollegaene, og at dere som jobber sammen, kommuniserer tydelig.

Trivsel

Ha fellesskap, utviklende oppgaver, innflytelse og være en del av en sammenheng.



Formål:

Ge en introduksjon til vad som inngår i begreppet psykososial arbeidsmiljø.

Bilde 11

Instruksjon:

Start filmen

Formål:

Forsker David Hallman vil kortfattet forklare hvorfor arbeidsmiljø er en kunnskap som elevene kan ta med seg gjennom resten av livet.





Bilde 12

Instruksjon:

1. Elevene skal nå diskutere i par eller i gruppe ut fra spørsmålene på bildet.

Her er spørsmålene:

- Hva slags arbeidsmiljø har du på skolen?
- Har du vært på andre arbeidsplasser og sett andre arbeidsmiljøer? Hvordan opplevde du arbeidsmiljøet der?

Hvis elevene trenger eksempler på arbeidsplasser, kan du veilede dem ved å spørre om de har hatt utplasseringsuke, hatt sommerjobb eller deltatt i foreningsarbeid.

Diskusjonsparet/gruppen skal velge ut to eksempler fra diskusjonen, og fortelle om det for hele klassen.

2. **Skriv overskriftene «Fysisk» og «Psykososialt» på tavlen.**

Elevene skal forsøke å finne et eksempel fra det psykososiale arbeidsmiljøet og et eksempel fra det fysiske arbeidsmiljøet.

Velg deretter en av disse to presentasjonsformene:

- diskusjonsparet/gruppen går frem og skriver sine eksempler på tavlen under den passende kategorien.
- diskusjonsparet/gruppen sier sine eksempler muntlig og du skriver dem på tavlen under den passende kategorien.

Når alle gruppene har skrevet opp sine eksempler på tavlen, sammenfatter og kommenterer du kort de eksemplene som er gitt. Når du sammenfatter diskusjonen, kan du ta utgangspunkt i følgende spørsmål:

- Hvilke arbeidsmiljøfaktorer har elevene møtt?
- Var det flest fysiske eller flest psykososiale arbeidsmiljøfaktorer som ble gitt som eksempel? Hva kan det komme av?



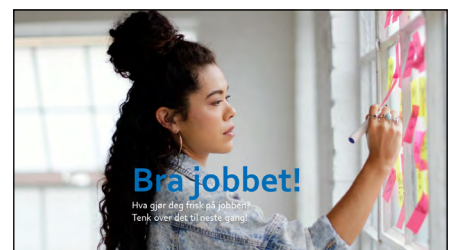
Formål:

Få elevene att hitta exempel utifrån sina egna erfarenheter av arbetsmiljö.

Bilde 13

Instruksjon:

Nå er leksjon 1 ferdig, og til neste gang kan elevene tenke over spørsmålet: Hva gjør deg frisk på jobben?



Formål:

Gi et innblikk i hva som venter neste gang når vi går videre med hva som gjør en frisk og hva som kan være en risiko i arbeidsmiljøet.