

Lärarhandledning

Lektion 1 – Vad är arbetsmiljö?



Förberedelser inför lektionen

Läs igenom denna lärarhandledning innan lektionen så att du vet när det är dags att visa filmer och vilket material du måste ha skrivit ut i förväg.

Bild 1

Instruktion

Du berättar om lektionspaketet och varför vi gör detta.

Lektionspaketet syftar till att ge eleverna en inblick i vad arbetsmiljö är för något och hur det påverkar oss i vårt vardagliga liv.

Genom sex lektioner kommer eleverna lära sig att bli medvetna om faktorer på arbetsplatsen som påverkar deras psykiska och fysiska hälsa och därmed bli bättre förberedda för ett långt och friskt arbetsliv.

Om projektet – Arbetsmiljökunskap för unga

Projektet Arbetsmiljökunskap för unga är finansierat av Nordiska ministerrådets arbetsmiljösektors och syftar till att öka kunskaperna om arbetsmiljö hos ungdomar i Norden.
Lektionsmaterialet i 6 delar är framtaget av en projektgrupp bestående av föreläsare, studie- och yrkesvägledare, arbetsmiljöforskare, kommunikatörer och analytiker.
Lektionerna har testats på högskoleleveler vid Kunskapsakademien i Sundsvall, Sverige.
Läs mer om projektet på Myndigheten för arbetsmiljökunskaps webbplats.



Syfte

Ge en kort introduktion till hur detta skolmaterial har kommit till och hur det tagits fram.



Bild 2

Instruktion

Nordiska ministerrådet är de nordiska regeringarnas officiella samarbetsorgan.

Nordiska ministerrådet arbetar för gemensamma nordiska lösningar inom områden där de nordiska länderna kan uppnå större resultat genom att samarbeta än genom att lösa uppgifterna var för sig.

Ett bra arbetsliv spelar en central roll för utvecklingen av de nordiska välfärdssamhällena, för näringslivet och för individen.

En gemensam nordisk arbetsmarknad utgör en hörnsten i det nordiska samarbetet. Samarbetet omfattar sysselsättning och arbetsmarknad samt arbetsmiljö och arbetsrätt.

Om Nordiska ministerrådet –

Nordiska ministerrådet arbetar för gemensamma nordiska lösningar inom områden där de nordiska länderna kan uppnå större resultat genom att samarbeta än genom att lösa uppgifterna var för sig.
Ett bra arbetsliv spelar en central roll för utvecklingen av de nordiska välfärdssamhällena, för näringslivet och för individen.
Samarbetet omfattar sysselsättning och arbetsmarknad samt arbetsmiljö och arbetsrätt.



Syfte

Ge en introduktion till vad Nordiska ministerrådet är för något.



Bild 3

Mål med lektionen

Syftet med den första lektionen är att få eleverna förstå vad begreppet arbetsmiljö innebär. De ska även kunna namnge några olika arbetsmiljöfaktorer som kan påverka hur man har det på jobbet.

Eleverna ska känna till att det finns två olika delar av arbetsmiljö: fysisk och psykosocial.

Efter att du har gett den här introduktionen visar du en kort film med exempel på olika arbetsmiljöer.

Vad är arbetsmiljö?



Syfte

Ge en introduktion till vad lektionen innehåller.



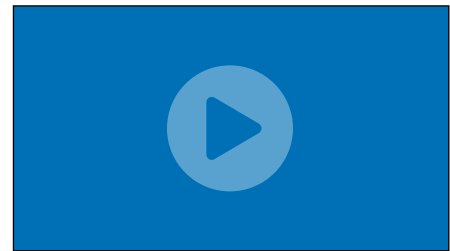


Bild 4

Instruktion

Filmen visar hur olika arbetsmiljöer kan vara – de ser olika ut, alla gör olika saker, men det är ändå en arbetsmiljö.

1. Säg till eleverna att vara uppmärksamma på vad de ser i filmen.
2. Starta filmen.



Syfte

Filmen visar hur olika arbetsmiljöer kan vara – de ser olika ut. Alla gör olika saker, men det är ändå en arbetsmiljö.

Bild 5

Instruktion

1. Ställ en öppen fråga till eleverna: Hur tror ni att arbetsmiljön kan påverka oss? Använd gärna filmen som visats innan som uppslag. Lyssna in elevernas svar.

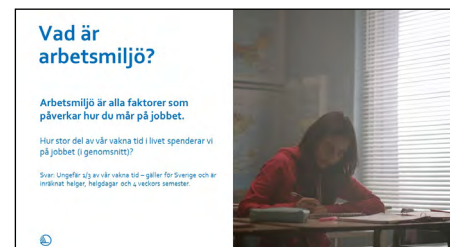
2. Klicka fram och ställ frågan: Hur stor del av vår vakna tid spenderar vi på jobbet (i genomsnitt)?

Låt eleverna gissa och klicka sedan fram svaret.

Svar: Ungefär 1/3 av vår vakna tid – gäller för Sverige och är inräknat helger, helgdagar och 4 veckors semester.

Här är några exempel som du kan ge till eleverna om hur arbetsmiljön kan påverka:

- Sitter eller lyfter de fel nu som ung kan det orsaka skador och besvär som kan leda till att de inte kan fortsätta med sitt jobb.
- Höga krav och förväntningar på att lyckas med jobbet eller studierna ökar risken för stress som kan ge både psykisk och fysisk ohälsa.
- Det är viktigt att skydda hörseln som ung så att det inte leder till hörselnedsättning senare och att på grund av detta ofrivilligt behöva byta yrke.



Syfte

Ge en introduktion och en förklaring av begreppet arbetsmiljö och få eleverna att börja diskutera vad som kan ingå i detta ämne.

Lärarhandledning

Lektion 1 – Vad är arbetsmiljö?



Bild 6

Instruktion

Berätta att arbetsmiljö brukar delas upp i två delar (aspekter), fysisk och psykosocial.

Fysisk arbetsmiljö

Hur kroppen påverkas av att arbeta.

Psykosocial arbetsmiljö

Hur du mentalt och socialt påverkas av att arbeta.



Syfte

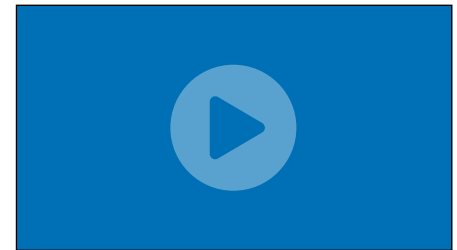
Fördjupa kunskaperna om begreppet arbetsmiljö – förklara att det påverkar oss fysiskt och psykosocialt.

Bild 7

Instruktion

Starta filmen.

Be eleverna vara uppmärksamma på vad de ser eftersom de efter filmen kommer att få diskutera vad som ingår i fysisk arbetsmiljö.



Syfte

Ge en introduktion till vad som ingår i begreppet fysisk arbetsmiljö.

Bild 8

Instruktion

1. Låt eleverna fundera kring vad de såg i filmen och hur det kan kopplas till fysisk arbetsmiljö. Fråga eleverna vilka faktorer de tror räknas in i fysisk arbetsmiljö.

Om eleverna tar upp några förslag, fånga upp deras förslag och prata kring dessa.

2. Klicka fram exempel och introducera faktorerna.

Ergonomi och belastning

Hur du sitter, står och går.

Vilken utrustning du använder, och hur du till exempel lyfter och bär tunga saker.

Ljud, ljus och luft

Hur du upplever din fysiska omgivning, blir du bländad av starkt sken?

Är det lagom varmt?

Teknik, redskap, farliga ämnen och säkerhet

Hur hjälpmedel för att utföra arbeten påverkar oss. Allt från dataprogram till skyddsutrustning.



Syfte

Ge en introduktion till vad som ingår i begreppet fysisk arbetsmiljö.

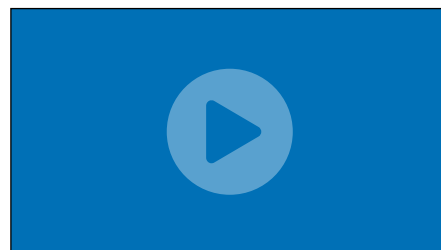


Bild 9

Instruktion

Starta filmen.

Be eleverna vara uppmärksamma på vad de ser eftersom att de efter filmen kommer att få diskutera vad som ingår i psykosocial arbetsmiljö.



Syfte

Ge en introduktion till vad som ingår i begreppet psykosocial arbetsmiljö.



Bild 10

Instruktion

1. Låt eleverna fundera kring vad de såg i filmen och hur det kan kopplas till psykosocial arbetsmiljö. Fråga eleverna vilka faktorer de tror räknas in i psykosocial arbetsmiljö.

Om eleverna tar upp några förslag, fånga upp deras förslag och prata kring dessa.

2. Klicka fram exempel och introducera faktorerna.

Stress och krav

Stress kan uppkomma av konflikter, tidspress och förändring och avsaknad av återhämtning.

Ledarskap

Det är viktigt att man känner stöd från chef och kollegor, får beröm och uppskattning och att det är en tydlig kommunikation i arbetsgruppen.

Trivsel

Gemenskap, utvecklande uppgifter, att man känner att man har inflytande och är del av ett sammanhang.



Syfte

Ge en introduktion till vad som ingår i begreppet psykosocial arbetsmiljö.



Bild 11

Instruktion

Starta filmen.

Forskare David Hallman kommer i korthet förklara varför arbetsmiljö är kunskap som eleverna kan ta med sig genom resten av livet.





Bild 12

Instruktion

1. Eleverna ska nu diskutera i par eller i grupp utifrån frågorna på bilden.

Frågorna är dessa:

- Vilken arbetsmiljö har du i skolan?
- Har du varit på andra arbetsplatser och sett andra arbetsmiljöer? Hur upplevde du arbetsmiljön där?

Behöver eleverna exempel på arbetsplatser kan du vägleda dem genom att fråga om de har varit på prao, har sommarjobbat eller varit med i någon föreningsverksamhet.

Diskussionsparet/gruppen ska i sin diskussion välja ut två exempel som de har pratat om och berätta i helklass.

2. Skriv rubrikerna "Fysisk" och "Psykosocial" på tavlan.

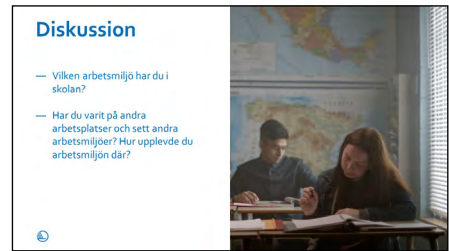
Eleverna ska försöka hitta ett exempel från den psykosociala arbetsmiljön och ett exempel från den fysiska arbetsmiljön.

Välj sedan en av dessa två redovisningsformer:

- diskussionsparet/gruppen går fram och skriver sina exempel på tavlan under passande kategori.
- diskussionsparet/gruppen säger sina exempel muntligt och du skriver upp dem på tavlan under passande kategori.

När alla grupper har skrivit upp sina exempel på tavlan sammanfattar och kommenterar du kort de exempel som har getts. När du sammanfattar diskussionen kan du utgå ifrån följande frågor:

- Vilka arbetsmiljöfaktorer har eleverna mött?
- Var det flest antal fysiska eller psykosociala arbetsmiljöfaktorer som gavs som exempel? Vad kan det bero på?



Syfte

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

Bild 13

Instruktion

Nu är lektion 1 avklarad och till nästa gång kan eleverna fundera över frågan: Vad gör dig frisk på jobbet?



Syfte

Ge en inblick i vad som väntar härnäst när vi går vidare med vad som gör en frisk och vad som kan vara en risk i arbetsmiljön.