

Välkommen tillbaka – Förberedelser för dig som ska leda workshoppen

SAMMANFATTNING AV WORKSHOPFÖRBEREDELSE

Detta dokument sammanfattar förberedelser inför genomförande av utbildningen "Arbeta vidare med Välkommen tillbaka". Här får du som ska leda arbetet en summering av upplägget, vanliga frågor, praktiska förberedelser, olika stödmaterial samt vad som kan vara bra att tänka på inför att du ska hålla i workshoppen.

Varför en workshop om att bli välkomnad tillbaka?

Att skapa en kultur där frågor kring stress och ohälsa avdramatiseras är en framgångsfaktor för att kunna bedriva ett bättre rehabiliteringsarbete. Ett första steg till att göra detta är att börja prata om frågorna. Denna digitala tjänst varvar teori och forskning med reflektion i smågrupper.

HUR GÅR DET TILL?

Upplägg på workshoppen

Materialet för hela workshoppen förmedlas i kapitel 1-5 på utbildningssidan. Varje kapitel innehåller kortare föreläsningsfilmer eller summerande texter samt diskussionsövningar att genomföra i små grupper. För att bredda perspektiven i diskussionerna finns en fördel i att lokala parter såsom fack, skyddsombud och arbetsgivare finns representerade i samtalen, samt också personer med olika roller, funktioner och positioner i er organisation.

Rollen som facilitator

För att genomföra utbildningen på bästa sätt bör en eller flera personer facilitera arbetet och läsa in sig på tjänstens upplägg i förväg. I detta inkluderas att läsa igenom samt välja ett eller flera fiktiva fall som används i kapitel 4.

Tänk på dig själv som en samtalsledare som leder gruppens diskussion där alla får komma till tals. Ni skapar tillsammans värde under övningarna, i form av ny gemensam kunskap och nya idéer.

Det kan uppkomma olika sakfrågor under workshoppen som berör era nuvarande arbets sätt. Ta därför gärna fram relevant information inför workshoppen för att kunna ge svar på dessa frågor. Det kan exempelvis innefatta var medarbetare kan vända sig om de behöver stöd av personer eller policys, vem som är skyddsombud, hur man kontaktar företagshälsovården, eller vad ni har för existerande riktlinjer för rehabilitering.

VANLIGA FRÅGOR

Hur mycket tid krävs?

De angivna tiderna är beräknade på sammanlagd tid, det vill säga inklusive föreläsningsvideon samt genomförande av tillhörande övning. Detta är rekommenderade tider, som ni kan behöva anpassa till er verksamhet. Du behöver också lägga till lite tid för att starta upp och avsluta workshoppen. Är ni en stor grupp kan det vara bra att lägga till lite extra tid för övningarna. Om ni vill kan ni dela upp workshoppen i flera tillfällen.

Beräknad tidsåtgång per kapitel:

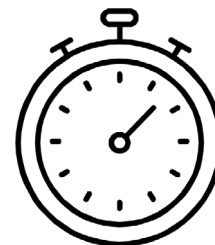
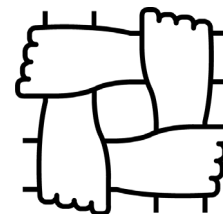
Kapitel 1: Ca 35 minuter

Kapitel 2: Ca 50 minuter

Kapitel 3: Ca 40 minuter

Kapitel 4: Ca 60 minuter

Kapitel 5: Ca 30 minuter



Välkommen tillbaka – Förberedelser för dig som ska leda workshoppen

PRAKTISKA FÖRBEREDELSE

Vad är en lagom storlek på grupp?

Övningarna fungerar bra att genomföra i olika gruppstorlekar. Är ni många kan ni med fördel dela in er i mindre smågrupper vid respektive gruppövning. Ca 3–5 personer brukar vara en lagom storlek för smågrupper. Inga förkunskaper krävs.

Indelning i smågrupper

För att skapa en bra och sammanhängande dialog och trygghet i gruppen rekommenderas ni att arbeta i samma mindre grupp konstellationer genomgående i hela workshoppen. Detta ger deltagarna möjlighet att hänvisa tillbaka till tidigare diskussioner och direkt ta vid där den tidigare diskussionen avslutades.

Utrustning

Ha tillgång till en dator eller mobil med internetuppkoppling. Ha gärna en stor bildskärm tillgänglig, med tillhörande ljud för filmerna. Testa att all teknisk utrustning fungerar innan ni kör igång.

Digitalt genomförande

Sitter ni inte fysiskt tillsammans på samma plats går övningarna bra att genomföra ändå. Ni kan antingen titta på filmerna i förväg, eller löpande under workshoppen. Om ni väljer det senare rekommenderas ni att titta på filmerna på egen hand (du som leder workshoppen kan dela länken till utbildningssidan, t ex i chatten). Diskussionerna i övningarna genomför ni sedan i valfri digital mötesplattform.

Om möjligt kan ni göra anteckningar i ett gemensamt dokument, förslagsvis genom att använda de färdiga arbetsbladen.



Genomförande av övningar i kapitel 3

I kapitel 3 presenteras teorin i textform. Besluta gärna i förväg om du som facilitator läser texten högt för deltagarna eller om deltagarna ges tid för att läsa texten enskilt. Ta då i beaktande att alla läser olika snabbt och att det därför kan vara bra att ha en paus i anslutning till läsningen.

Genomförande av övningar i kapitel 4

Kapitel 4 baseras på att alla grupper arbetar med ett fiktivt fall. Via länken i kapitel 4 finner du bifogat ett antal olika varianter som du som facilitator kan välja mellan. Facilitatorn bör i förväg välja vilka eller vilket av fallen som gruppen ska arbeta med. De fiktiva fallen finns också länkade i kapitel 4 så att deltagare enkelt kan öppna upp texten och läsa på egen hand vid genomförande. Ett alternativ är också att du som faciliterar workshoppen skriver ut den/de fall som du valt till övningstillfället.

Dokumentation av gruppdiskussioner

Det finns många sätt att dokumentera övningarna på. Om workshoppen genomförs fysiskt är det bra att skriva ut anteckningsmaterialet i förväg samt ha pennor redo för anteckningar.

Kommer ni att jobba i flera mindre grupper, är det bra om varje grupp kan få minst ett exemplar vardera. Det går även att anteckna i materialet digitalt eller i ett annat delat dokument, som gruppen sedan kan spara och arbeta vidare med.

Välkommen tillbaka – Förberedelser för dig som ska leda workshoppen

MER MATERIAL

Bakgrundsmaterial

Välkommen tillbaka finns även som avropningsbar workshoptjänst. Om du vill ta del av workshopsmaterialet som används för den avropningsbara tjänsten Välkommen tillbaka kan du öppna pdf:en på utbildningssidan.

Du kan även dela materialet med deltagarna för att erbjuda dem möjligheten att läsa igenom den teori som presenteras i respektive video, men det går lika bra att genomföra utbildningen utan att dela workshopmaterialet.



KOM IHÅG!

Ni är redan ett steg på vägen genom att ha bestämt er för att genomföra denna workshop. Bra!

Tänk på att ni genom att genomföra denna workshop bygger upp förväntningar om en fortsatt prioritering av rehabiliteringsfrågor. Se därför till att ni har en tydlig tanke om hur ni skall arbeta vidare med all den kunskap som genereras under genomförandet.

