

Afslutningsrapport: AMFF projektnummer 30-2013-09

## Dit Arbejdsliv Nu

Afprøvning, evaluering og udvikling af [www.ditarbejdsliv.nu](http://www.ditarbejdsliv.nu)  
som undervisningsmateriale på erhvervsuddannelser  
i Danmark  
*Udviklingsprojekt*

Af

Arbejdsmedicinsk Klinik  
Hospitalsenheden Vest  
- *Universitetsklinik*

Herning

Marts 2015

Marts 2015  
Rev. november 2015

Dit Arbejdsliv Nu.

Afprøvning, evaluering og udvikling af [www.ditarbejdsliv.nu](http://www.ditarbejdsliv.nu)  
som undervisningsmateriale på erhvervsuddannelser i Danmark

Afslutningsrapport  
AMFF projektnummer 30-2013-09

Helene Meldgaard Pedersen, forsker  
Regine Grytnes, ph.d., forsker  
Gritt Bennedsen, formidler  
Lars Peter Andersen, ph.d., seniorforsker

Arbejdsmedicinsk Klinik, Hospitalsenheden Vest - *Universitetsklinik*

regionmidtjylland **midt**

---

## Indholdsfortegnelse

1. Dansk resumé	4
2. English summary	5
3. Formål	6
4. Metode og udførelse	9
5. Opnåelse af projektets formål og hensigt	12
6. Erfaringer og konklusioner	14
7. Perspektivering	16
8. Formidling	18

## 1. Dansk resumé

Udviklingsprojektet har haft til formål at afprøve og evaluere formidlingsitet [www.ditarbejdsliv.nu](http://www.ditarbejdsliv.nu) i forhold til dets kvalitet og anvendelighed som undervisningsmateriale indenfor psykisk arbejdsmiljø på erhvervsuddannelser. Efter afprøvningen var hensigten at færdigudvikle sitet i overensstemmelse med didaktiske og pædagogiske principper.

Hjemmesiden [www.ditarbejdsliv.nu](http://www.ditarbejdsliv.nu) er et interaktivt site, som giver konkrete eksempler på problemer i det psykiske arbejdsmiljø og mulige måder at håndtere disse på. Dette sker via et samspil mellem tre elementer på hjemmesiden: et *Dilemmaspil*, *Case historier* og en vidensbank: "*Viden om*".

Analyserne af observationer og interviews fra afprøvningen blandt elever og lærere peger på at brug af hjemmesiden i undervisningen i psykisk arbejdsmiljø skaber aktivitet, engagement, identifikation og refleksion hos eleverne. Brugen af hjemmesidens enkelte dele - fra spil (engagement) til case historier (identifikation) til viden om (information) - gjorde, at eleverne blev præsenteret for mange forskellige emner i det psykiske arbejdsmiljø. Der er blevet udviklet nye scener til dilemmaspillet, nye case historier og nyt materiale til vidensbanken, hvilket øger anvendeligheden og relevansen af hjemmesiden.

---

## 2. English summary

The purpose of the project has been to test and evaluate the site [www.ditarbejdsliv.nu](http://www.ditarbejdsliv.nu) in relation to its quality and applicability as teaching material in relation to psychosocial work environment issues in VET (Vocational Education and Training) education. Subsequently the intention has been to develop the site in accordance with pedagogical and didactic principles in VET education.

[www.ditarbejdsliv.nu](http://www.ditarbejdsliv.nu) is an interactive site that gives concrete examples of challenges in the psychosocial work environment and it point to possible ways of dealing with these. The site builds on interplay between three elements: *a dilemma game*, *case stories* and *a knowledge bank*.

The analysis of observations and interviews from the test illustrates that the site, when being used in the education of psychosocial work environment, creates activity, engagement, identification and reflexion on behalf of the VET students. By using the different elements on the site – from the game (engagement) to case stories (identification) to knowledge (information) – the students dealt with many themes in relation to the psychosocial work environment. As a result of the test, new scenes have been developed for the dilemma game, new case stories and new material for the knowledge bank have been added, developments which enhances the usability and the relevance of the site.

## 3. Formål

Mere end hver sjette elev angiver problemer i det psykiske arbejdsmiljø som årsag til enten at opgive uddannelsen eller overveje at gøre dette. Af den grund ligger der et stort potentiale i på længere sigt at klæde erhvervsskoleeleverne bedre på i forhold til det psykiske arbejdsmiljø og give dem en erfaring og en refleksivitet, som kan hjælpe dem fremadrettet.

Nærværende udviklingsprojekt har haft til formål at afprøve og evaluere formidlingsitet [www.ditarbejdsliv.nu](http://www.ditarbejdsliv.nu) i forhold til dets kvalitet og anvendelighed som undervisningsmateriale indenfor psykisk arbejdsmiljø på erhvervsuddannelser. Efter afprøvningen var hensigten at færdigudvikle sitet i overensstemmelse med didaktiske og pædagogiske principper. Formålet var at etablere et virkelighedsnært undervisningsmateriale, som lever op til kravene for erhvervsskolernes arbejdsmiljøundervisning, med henblik på at styrke unges og nyansattes kompetencer i forhold til håndtering af det psykiske arbejdsmiljø i deres første job eller praktikplads. Målet har været, at alle dele af sitet bliver frit tilgængeligt for alle: lærere, elever, fagprofessionelle og andre interessenter.

### 3.1 Om [www.ditarbejdsliv.nu](http://www.ditarbejdsliv.nu)

I 2014 udviklede Arbejdsmedicinsk Klinik i Herning hjemmesiden, [www.ditarbejdsliv.nu](http://www.ditarbejdsliv.nu). Hjemmesiden er et interaktivt site, som giver konkrete eksempler på problemer i det psykiske arbejdsmiljø og mulige måder at håndtere disse på. Dette sker via et samspil mellem tre elementer på hjemmesiden: Et *Dilemmaspil*, *Casehistorier* og en vidensbank: "*Viden om*".

Dilemmaspillet er bygget op som scener fra en arbejdsdag, der starter, fra man siger godmorgen til sine kolleger, til man bliver bedt om at arbejde over. Spilleren støder på 10 animerede dilemmaer, som han eller hun skal tage stilling til. Hvert dilemma udløser et nyt dilemma afhængigt af, hvad spilleren svarede i det foregående. Spilleren kan hver gang vælge mellem tre muligheder, som hver repræsenterer en handlemåde: En aktiv, en konfronterende og en passiv. De tre handlemåder præsenteres som lige 'rigtige', men alle har fordele og ulemper.

## FORMÅLET MED HJEMMESIDEN

- At engagere og motivere eleverne ved at forholde sig til dilemmaer i det psykiske arbejdsmiljø ved at deltage i et spil
- At eleverne kan reflektere over egne og andres handlinger ved at deltage i spillet og at de kan identificere sig med andre unge via casebeskrivelserne
- At hjemmesiden kan bidrage til, at unges viden om psykisk arbejdsmiljø kan omsættes i handlekompetencer i deres praktikker og fremtidige arbejde
- At eleverne får en større viden og evne til at reflektere over de mange elementer, som udgør et godt psykisk arbejdsmiljø
- At eleverne medtager en form for stedfortrædende erfaring og viden, som kan bruges aktivt i deres arbejdsliv.

Casehistorierne stammer fra et bredt udsnit af interviews med unge nyansatte. Ti af casehistorierne danner baggrund for spillets dilemmaer, og derudover kan man navigere rundt i mange andre historier, opdelt i emner som fx mobning, overarbejde og omgangstone. Casehistorierne er ikke animerede eller interaktive, men er udelukkende en gengivelse af, hvad den pågældende unge har fortalt, og med dennes egne ord, vendinger og udtryk.

Den tredje del af hjemmesiden er en vidensbank. Denne del beskriver og forklarer de temaer, som er en del af spillet, casebeskrivelserne og det psykiske arbejdsmiljø. I denne del forklares de tre handlemåder, og hvilke fordele og ulemper der er ved at handle eksempelvis aktivt i en given situation. Derudover behandles andre temaer, som fx hvad det betyder at kunne sætte grænser, og hvorfor forholdet til en chef har så stor betydning for det psykiske arbejdsmiljø. Den viden, som præsenteres her, er genereret ud fra Arbejdsmedicinsk Kliniks

Øvrige forskning om unge og arbejdsmiljø, fra klinikkens arbejdspsykologer og deres kliniske erfaring og fra øvrig forskning på området.

Hensigten med materialet var at skabe engagement hos de unge ved at tage deres erfaringer i arbejdslivet alvorligt og opbygge undervisningsmaterialet ud fra disse erfaringer. Hjemmesiden præsenterer eleverne for dilemmaer og situationer, som andre unge har oplevet, og som de derfor kan genkende sig selv i. Ved at bruge et digitalt læringsmiddel har målet været at aktivere og motivere eleverne til at engagere sig i undervisningen i psykisk arbejdsmiljø med en platform som de kender fra deres dagligdag.

Formålet med projektet har været at afprøve materialet til den planlagte målgruppe og efterfølgende at evaluere og udvikle materialet på baggrund af afprøvningen. Afprøvningen er foretaget med de metoder, vi havde forestillet os, og efterfølgende er hjemmesiden blevet udviklet.



---

## 4. Metode og udførelse

### 1. AFPRØVNING, EVALUERING OG UDVIKLING

Sitet blev anvendt til undervisning i psykisk arbejdsmiljø på 3 erhvervsskoler. I alt blev 4 erhvervsskoleklasser undervist i materialet. Det drejede sig om frisørelever, malerelever, tømrerelever og sosu-elever. Formålet med projektet var at evaluere og udvikle sitet, og dette blev gjort i to omgange.

#### a. Lærerne afprøver spillet

I den første afprøvning blev lærerne bedt om at gennemgå og vurdere sitet og komme med kommentarer til det. Både i forhold til hvor brugbart, det var for dem som undervisere, og i forhold til hvordan de forestillede sig, at eleverne ville tage imod materialet. Forskeren holdt møde med hver enkelt lærer, hvor denne præsenterede sin feedback og forslag til sitet, og hvor sitet efterfølgende blev diskuteret ift. indhold, anvendelighed og forbedringer.

Kommentarer og feedback blev efterfølgende behandlet af arbejdsgruppen og på baggrund af dette blev de første ændringer og tilretninger af sitet foretaget. Der blev bl.a. ændret ved nogle af dilemmaerne, både ift indhold og baggrund, og informationsmaterialet til læreren blev også ændret og uddybet.

Før afprøvningen ude på skolerne blev to pædagogiske konsulenter inddraget for at kommentere på pædagogiske og didaktiske elementer i hjemmesiden. Derudover kom de med forslag til selve afprøvningen, både ift indhold i undervisningen og evaluering af undervisningen.

#### b. Eleverne afprøver spillet

Et par uger før afprøvningen holdt forskeren holdt møde med hver lærer for at diskutere undervisning og afprøvning af sitet i undervisningssituationen. Lærerne blev opfordret til at komme med deres eget bud på, hvordan de ville anvende sitet i undervisningen, så projektgruppen kunne få en fornemmelse af sitets forskellige anvendelsesmuligheder, og for bedre at kunne vurdere, hvilken yderligere information lærerne havde brug for i forbindelse med anvendelse af sitet i undervisningen. Den endelige undervisningsplan blev udarbejdet i samarbejde mellem den enkelte lærer og forskeren.

Forskeren observerede selve undervisningen for at vurdere sitets brugbarhed ift undervisning i psykisk arbejdsmiljø. I observationen blev der registreret, hvor meget tid eleverne brugte på sitet, hvorvidt de udtrykte koncentration, interesse og engagement, hvordan stemningen og aktivitetsniveauet var i klassen, samspillet mellem elever og lærere, og endelig hvordan lærerne havde valgt at anvende og formidle sitet i undervisningen.

## 2. INTERVIEWS

Efter undervisningen blev der foretaget interviews med lærere og elever. Eleverne blev interviewet i fokusgrupper på 3 til 5 personer i direkte forlængelse af undervisningen for at få deres umiddelbare reaktion og oplevelse af sitet. I interviewene blev der bl.a. spurgt til, hvordan eleverne havde oplevet hjemmesiden i forhold til relevans, engagement, identificering og aktivitet. Formålet med at interviewe i fokusgrupper var desuden at få eleverne til indbyrdes at diskutere og reflektere over brugen af hjemmesiden for derigennem at få dem til at nuancere og eksplicite deres holdninger. Lærerne blev interviewet individuelt 1 til 2 uger efter afprøvningen, så de i mellemtiden havde mulighed for at reflektere over brugen af materialet. Interviewene med lærerne lagde vægt på deres oplevelse af materialets anvendelighed og relevans, manglende emner eller forfejlet vinkling af dilemmaer og historier, deres oplevelse af elevernes reaktioner og deres generelle oplevelse af at bruge materialet, sammenlignet med, hvad de ellers bruger.

## 3. DATABEHANDLING

Efter afprøvningen blev interviewene transskriberet. Transskriptionerne blev kategoriseret og analyseret i forhold til de forskellige elementer på hjemmesiden. Observation fra undervisningen og elevernes udtalelser fra fokusgruppe interviewene blev analyseret i forhold til, hvordan eleverne havde oplevet at bruge spillet: om de havde udvist engagement og aktivitet; deres grad af identifikation med problematikkerne og efterfølgende refleksioner over deres handlemåder; deres oplevelse af relevans og genkendelse i temaer og historier og deres holdning til og forståelse af psykisk arbejdsmiljø. Også lærernes oplevelse og anvendelse af hjemmesiden i undervisningen blev behandlet. Her var det især deres måde at anvende hjemmesiden på i undervisningen, både ift den måde, de formidlede indholdet for eleverne,

---

fx hvilke diskussionspunkter de rejste, og hvordan de fik inddraget eleverne i undervisningen på. Derudover var det henholdsvis deres oplevelse af at undervise i hjemmesiden og af elevernes reaktioner på undervisningen. Analyserne er løbende blevet diskuteret i projektgruppen i forhold til formål og fokus i projektet.

#### **4. UDVIKLING AF SITE**

På baggrund af databehandlingen blev hjemmesiden rettet til: Dilemmaspillet blev ændret i forhold til baggrund og design, da det blev tydeligt, at det gjorde en stor forskel for flere elever, at de kunne genkende deres egen arbejdsplads i spillet. Dette gjorde sig også gældende ift dilemmaerne, hvor ikke alle var lige relevante, og hvor især tømrerne manglede dilemmaer, de kunne spejle sig i. Derfor blev nye dilemmaer tilføjet, nogle blev sløffet, og nogle dilemmaer blev ændret. Der blev også udarbejdet nye casehistorier, så flere fag blev repræsenteret. Endelig er strukturen på hjemmesiden og i casehistorierne blevet revideret, så den både blev mere anvendelig for lærerne og relevant for eleverne. Hvor casehistorierne før var placeret tilfældigt, er de nu blev inddelt efter temaer og emner, så man lettere kan finde dem. Programmør- og design udviklerne, Mouseketeers, har været involveret i selve dilemmaspillets design og tekniske udvikling.

## 5. Opnåelse af projektets formål og hensigt

På baggrund af afprøvning og analyser er sitet blevet færdigudviklet i overensstemmelse med didaktiske og pædagogiske principper på følgende måde:

Interviewene og observationerne pegede på flere gode elementer i hjemmesidens samlede design og brugervenlighed. Der var også kritikpunkter, som projektgruppen efterfølgende har ændret eller kommer til at ændre inden sitet forventes endeligt færdigt den 1. juni 2015.

**Tekst og design af scenerne i dilemmaspillet.** Brugervenligheden afhænger i høj grad af, at eleverne ikke unødigt forstyrres af scenernes design eller tekstens tilgængelighed. Vi oplevede bl.a. nogle gange, at scenernes baggrund forstyrrede eleverne unødigt, hvis de ikke lignede elevernes eget fag. Det har betydet, at flere baggrunde er blevet ændret i en mere neutral og almen retning, fx er kontorbaggrunden visse steder udskiftet med en kaffe- frokost-stue. Det har designmæssigt været en balancegang at ramme scenernes baggrund sådan, at de både indikerer en handling, men ikke var fagspecifik i sit udtryk. De samme tanker og overvejelser har gjort sig gældende i spilfigurernes design.

Ud over selve det grafiske design af spillet, er teksten blevet gennemgået af projektgruppen af flere omgange. Dels skulle teksten præsentere nogle af de begreber, vi gerne vil have, at eleverne tager med sig (som fx aktiv handlemåde) og dels skulle teksten ikke forhindre flowet og tilgængeligheden, især for de elever, som har læsevanskeligheder. Efter at teksterne er blevet tilrettet, vil den blive speaket, sådan at spillet både rammer dem, som ingen læsevanskeligheder har og dem, som gerne vil have læst teksten op. For kvalitetens skyld er teksten blevet indtalt af en skuespiller og forventes færdig 1. maj 2015.

Casehistorierne er ikke blevet indtalt, eftersom det var for stor en udgiftspost. I stedet har vi anvendt "Adgang for alle"-programmet. Dette er et gratis program, som Digitaliseringsstyrelsen har udviklet, og som nogle skoler er vant til at bruge. Det var et fåtal af de elever, der deltog i afprøvningen, der var ordblinde eller havde meget svært ved at læse, og vi er derfor ikke helt klar over, hvad det ville have af konsekvenser for dem.

**App.** Flere og flere skoler bruger tablets og Apple-produkter i undervisningen. Da spillet oprindeligt er designet i Flash, har videreudviklingen af både site og spil indebåret en app-udvikling. App'en vil være færdig 1. juni, og vil være gratis og tilgængelig på både App-store og Google Play.

---

**Udvælgelse af scener til dilemmasplet.** Som rapporten flere gange kommer ind på, så er – og har det været – en balancegang at udvælge de rigtige dilemmaer til spillet; de må hverken være for konkrete eller for abstrakte eller fagspecifikke. I udviklingsprocessen har det betydet, at nogle dilemmaer er blevet taget ud og nye er blevet skrevet (på baggrund af nye interviews) og tegnet (fx scene 9: Overarbejde) for bedre at matche elevernes virkelighed.

**Mangler ved hjemmesiden.** Nogle af eleverne havde svært ved at identificere sig med materialet. Dette var især tilfældet for tømrereleverne, da deres fag ikke var tilstrækkeligt repræsenteret i dilemmaer eller casehistorier. Flere elever havde som tidligere nævnt også svært ved at identificere sig med de mere generelle dilemmaer, alene fordi de ikke syntes, figuren eller baggrunden lignede noget fra deres arbejdsplads.

Hjemmesiden blev også af nogle elever kritiseret for at være for 'simpel', idet de syntes, der skulle være bedre muligheder for, at være interaktiv som bruger. Til de mere pædagogiske og didaktiske kritikpunkter hører, at underviserne kan have svært ved at tjekke, hvor meget den enkelte elev har lært gennem case historierne, da der til hjemmesiden ikke hører materiale, der kan 'teste' denne viden. Og endelig er der den ovennævnte diskussion, om hvorvidt eleverne har brug for mere konkret rådgivning.

Hjemmesiden har gennem spil og case historier dog vist sig at 'fange' og engagere eleverne i undervisningen i psykisk arbejdsmiljø. Ved at bruge et spil som indgang, blev eleverne positivt opmærksomme på aktiviteten og emnet, og ved selv at spille spillet blev de ansporet til at forholde sig aktivt til de forskellige dilemmaer. I denne proces har de i praksis integreret ny viden om udfordrende situationer fra arbejdslivet med deres eksisterende viden og erfaringer.

Formål og hensigt med projektet er opnået, da de tre dele på hjemmesiden spiller sammen på en måde, så de tilsammen udgør et materiale, der får eleverne til at engagere sig i undervisningen og aktivt og reflekterende at forholde sig til problematikker og tematikker indenfor psykisk arbejdsmiljø.

## 6. Erfaringer og konklusioner

Analyserne af observationer og interviews fra afprøvningen peger på at brug af hjemmesiden i undervisningen i psykisk arbejdsmiljø skabte identifikation og refleksion hos eleverne. Brugen af hjemmesidens enkelte dele - fra spil (engagement) til casehistorier (identifikation) til viden om (information) - gjorde, at eleverne kom rundt om mange forskellige emner i det psykiske arbejdsmiljø. De enkelte læringselementer opsummeres i følgende punkter:

### **SPIL OG LEG**

Dilemmaspillet fangede elevernes opmærksomhed. Ved at præsentere dem for et spil blev de positivt stemt overfor undervisningen fordi der blev skabt en forventning om at man skulle i gang med noget sjovt. Et fag, som ellers kan være alvorligt og tungt, fik en lettere indpakning, og det gav dem lyst til at gå i gang.

Erfaringen var dermed, at alene det, at man forventer, det skal være sjovt, giver et større engagement og interesse fra starten, og denne motivation var tydelig under observationen i klasselokalet. Derudover skabte spilsituationen en positiv forventning og genkendelighed hos eleverne, som gjorde dem parate til at gå 'ind i' spillet. Det betød, at de accepterede spillets præmisser, både i form af spillets regler og det, at de selv var en 'brik' i spillet. Det gjorde, at de accepterede den måde at snakke om og forholde sig til problematikker i psykisk arbejdsmiljø, som spillet anviste, så i stedet for at lære om de forskellige handlemuligheder, anvendte eleverne handlemulighederne som en del af det at spille spillet.

### **DILEMMASPILLET**

Et væsentligt resultat fra afprøvningen var, at elevernes motivation blev fastholdt, fordi de spillede det individuelt, idet det betød, at alle var aktive. De læringsprocesser, der gik i gang i spillet var: Identifikation med personen i dilemmaerne; refleksion over mulige handlemåder samt fordele og ulemper ved dem; refleksion over egne handlemåder; øvelse i at tage valg 'hvad ville jeg gøre'. Derigennem blev der åbnet for en nysgerrighed om at høre om andres valg i lignende situationer. Et væsentligt kritikpunkt af hjemmesiden relaterer sig til de tre handlemåder, da nogle af lærerne efterlyste mere håndfaste forslag til hvordan man hand-

---

lede rigtigt. Det er en vigtig pointe, men formålet med hjemmesiden har været at skabe et virkelighedsnært undervisningsmateriale, der skal hjælpe eleverne til selv at reflektere over, hvad der ville være en hensigtsmæssig handling, fordi det er den situation, de står i, når de er på arbejdspladsen. Idéen ved at bruge hjemmesiden på skolen er at skabe en tryk ramme, hvor eleven kan 'træne' sig i at stole på sine egne følelser, finde sine egne grænser og vælge med de konsekvenser, et valg afstedkommer. Det handler ikke om at finde den 'rigtige' løsning, men at lære om, hvordan man selv ville og kunne handle.

### **CASEHISTORIERNE**

I denne del af sitet fungerede historierne som et spejl for elevernes egne erfaringer. Det handlede om at genkende sig selv i andres fortællinger, for derigennem at på en oplevelse af, at de selv og i deres valg og handlinger ikke var forskellige fra andre mennesker, og dermed at skabe en accept af egne handlinger og valg. Hvor dilemmaspeillet stiller eleverne spørgsmålet: 'hvad ville du gøre i sådan en situation', så fik eleverne gennem casehistorierne en slags svar herpå af andre unge: 'jeg gjorde sådan her'. I denne fase identificerede eleverne sig med den fortællende og reflekterede over, hvad han eller hun selv ville have gjort. Elevens handlemåder oplevedes dermed som legitime, fordi eleverne gennem historierne kunne se, at de reagerede og følte ligesom andre unge. Elevernes reaktioner på casehistorierne kom som en stor overraskelse for lærerne. Eleverne var generelt ikke læselystne, og en lærer udtrykte overraskelse over at casehistorierne i det hele taget blev brugt af eleverne. I forskergruppen havde vi set historierne som et slags appendiks til dilemmaspeillet, men afprøvningen viste, at de havde en meget vigtig funktion i selve undervisningen.

## 7. Perspektivering

Resultaterne fra projektet viser, at der er et stort potentiale i at undervise i psykisk arbejdsmiljø på erhvervsskoler ud fra det beskrevne afsæt. Et sikkert arbejdsmiljø, psykisk eller fysisk, praktiseres i situationen og i den konkrete kontekst, hvor der opstår udfordringer eller dilemmaer. I sådanne situationer er det ikke altid arbejdsmiljøområdets regler, der ligger til grund for handling men snarere den enkelte medarbejders tidligere erfaringer og oplevelser, som bruges som en referenceramme for mulige måder at handle på.

Gennem dilemmaspelet og historierne fra det virkelige liv, har det vist sig, at de unge medtager en form for stedfortrædende erfaring, som de potentielt kan bruge som referenceramme i deres kommende arbejdsliv.

Det er således blevet tydeligt, at hjemmesiden udfylder et tomrum i undervisningsmateriale i psykisk arbejdsmiljø. Først og fremmest i forhold til at fange elevernes interesse og give dem mulighed for identifikation, refleksion og italesættelse af vigtige områder. Desuden er det overskueligt for lærerne at bruge, samtidig med at materialet indeholder mange aspekter og temaer, de kan tage udgangspunkt i, når de skal undervise. Interessen for materialet er kommet fra fire meget forskellige uddannelses retninger, hvilket peger på, at hjemmesiden har en generel appel til de unge på erhvervsuddannelserne. Det betyder også, at der ligger et stort potentiale i at videreudvikle på hjemmesiden, sådan at spillet og hjemmesiden i endnu højere grad målrettes den nye erhvervsskolereform, hvis primære ændring i forhold til nuværende er, at alle skoler får fire nye hovedindgange til erhvervs fagene i Danmark.

Undervisning i psykisk arbejdsmiljø på erhvervsskolerne handler om at give den enkelte elev redskaber til at begå sig på en fremtidig arbejds- eller praktikplads. Det er derved tilpasset et individperspektiv, hvor den enkelte elev lærer at forholde sig aktivt til arbejdsmiljøet. Det er imidlertid vigtigt at holde sig for øje, at det ikke er elevens men arbejdspladsens ansvar, at der er et godt arbejdsmiljø. Formålet er derfor ikke at lægge ansvaret for trivsel på den enkelte unge, men at give eleverne nogle handlinger at trække på, hvis de skulle støde på udfordringer i fremtiden, og hjemmesiden skal ses i en samlet kontekst med dette overordnede perspektiv på arbejdsgiver og den unge elev.



---

En ændring til et bedre arbejdsmiljø på de forskellige arbejdspladser sker ikke hurtigt, og udover en indsats fra den enkelte arbejdsplads, afhænger det af mange andre faktorer, herunder økonomiske og politiske strømninger og tiltag. Men det er også afgørende, hvilken holdning eleverne har med sig fra erhvervsskolerne, og de kan derved have en rolle at spille i forhold til, hvilke forhold de vil og ikke vil indordne sig under. Derfor handler det ikke kun om den enkelte elevs holdning til arbejdsmiljøet, men også om den praksis, der udspiller sig på skolen, og især den måde arbejdsmiljøet i talesættes og defineres i de forskellige klasser, da det kan være med til at skabe en kultur omkring arbejdsmiljøet på skolen, som kan give eleverne gode erfaringer i håndtering og forståelse af det psykiske arbejdsmiljø.

## 8. Formidling

Udviklingsprojektet Dit Arbejdsliv Nu er i sig selv et formidlingsprojekt. Det betyder, at megen formidling om hjemmesiden helt naturligt er foregået - og foregår - via de kontakter og skoler, som har været med i udviklingen og afprøvningen.

Hjemmesiden som undervisningssite blev færdig 1. august 2015, og app'en "Dit Arbejdsliv" er klar til gratis download på AppStore og Google Play.

Upload af materialer og site på [www.emu.dk](http://www.emu.dk) – Danmarks Læringsportal (EUD Tube).

I begyndelsen af juni 2015 udsendes et inspirationsbrev og folder om sitet, spillet og evalueringens resultater til alle erhvervsskoler i Danmark, stilet de enkelte skolars arbejdsmiljøundervisere.

Formålet er at give de lærere, som ikke har stiftet bekendtskab med sitet, en introduktion til [www.ditarbejdsliv.nu](http://www.ditarbejdsliv.nu) (udsendt materiale er vedlagt som bilag 1a og 1b).

Den primære formidling af [www.ditarbejdsliv.nu](http://www.ditarbejdsliv.nu) foregår direkte til erhvervsskoler, arbejdsmiljøundervisere og andre fagprofessionelle. Det er denne målgruppe, som først og fremmest har interesse i spillet og sitet.

### ØVRIG FORMIDLING

Pressemeddelelse: Psykisk arbejdsmiljø er det vigtigste, (bilag 2)  
sendt til Videncenter for Arbejdsmiljø og Uddannelsesbladet

*Deltagelse i møder, konferencer mm*

**Præsentation på AMFF's konference 14. januar 2015.**

**Forskningens dag, HEV. 27. aug. 2015.** Posterbidrag, Kongrescentret, Herning

**Gamification, arbejdsmiljø og læring. 29. okt. 2015.** Kalvebod Brygge, København. Arrangeret af IDA.

---

**BAR- netværksmøde om unge og arbejdsmiljø.** 17. sept. 2015. København.

Samarbejde med VFA. I forlængelse af ovenstående er det aftalt, at VFA, via bl.a. Erling the Lærning, videreformidler sitet.

Samarbejde med BAR-området. På nuværende tidspunkt pågår samarbejdsopstart med flere af Branchearbejdsmiljørådene om vidensdeling og formidlingssamarbejde.

#### *Omtaler, nyhedsbreve og notitser*

Herning Folkeblad: 8. Juli 2015; Erhvervsskoleelever skal lære mere om psykisk arbejdsmiljø

Fredericia Dagblad: 24. Juni 2015; Erhvervsskoleelever skal lære mere om psykisk arbejdsmiljø

Horsens Folkeblad: 24. Juni 2015; Erhvervsskoleelever skal lære mere om psykisk arbejdsmiljø

Arbejdsmiljøviden.dk: 16. Juni 2015; Dilemmaspil klæder unge på til at håndtere psykisk arbejdsmiljø

#### *Udsendelser af pjece og følgebrev*

Sent den 4. august til alle erhvervsskoler i Danmark (67)

#### *Videnskabelig artikel*

Bare et spil? Perspektiver i at bruge serious games i arbejdsmiljøundervisningen på erhvervsskoler; Submitteret medio juni 2015 til Tidsskriftet Læring og Medier (LOM) <http://ojs.statsbiblioteket.dk/index.php/lom>; Helene Meldgaard Pedersen, Gritt Bennedsen, Regine Grytnes

#### *Bilag*

Bilag 1a og 1b: Materiale udsendt til erhvervsskolerne

Bilag 2: Pressemeddelelse "Psykisk arbejdsmiljø er det vigtigste"

# Bilag 1a og 1b:

Dit Arbejdsliv Nu  
Arbejdsmedicinsk Klinik  
Gl. Landevej 61  
DK-7400 Herning  
Tel. +45 78 43 35 00  
[www.ditarbejdsliv.nu](http://www.ditarbejdsliv.nu)  
[www.arbejdsmedicin-midt.dk](http://www.arbejdsmedicin-midt.dk)

## Undervisere i arbejdsmiljø på erhvervsuddannelserne

Herning 4. august 2015

### Nyt undervisningsmateriale om psykisk arbejdsmiljø

#### - målrettet elever på erhvervsuddannelserne

At skabe et godt psykisk arbejdsmiljø kan være udfordrende – både for de unge selv og for de, som skal undervise i emnet. På den ene side er der regler om APV'er og retningslinjer om mobning – og på den anden side den virkelighed, som de unge selv oplever på deres første arbejde eller praktikplads.

På baggrund af mange års forskning i unges arbejdsliv og uddannelsesveje har Arbejdsmedicinsk Klinik i Herning, sammen med spiludviklerfirmaet Mouseketeers i Aarhus udviklet et dilemmaspil med tilhørende materiale;  
[www.ditarbejdsliv.nu](http://www.ditarbejdsliv.nu).

Hjemmesiden indeholder interaktivt dilemmaspil, historier og cases fra det virkelige liv, forslag til undervisningsmaterialer og undervisningsforløb samt introduktionstekster til både elever og undervisere.

Alle dele på hjemmesiden er gratis, ligesom app'en, der kan hentes på både App Store og Google Play.

Hjemmesiden med tilhørende materiale er gennem det sidste år blevet afprøvet og evalueret på flere erhvervsskoler og derefter videreudviklet. Det skete med støtte fra Arbejdsmiljøforskningsfonden.

Vi håber, at I i fremtiden vil få glæde af den nye hjemmeside.

Med venlig hilsen

Gritt Bennedsen, forskningsformidler  
Regine Grytnes, ph.d. antropolog, forsker  
Helene Meldgaard Pedersen, antropolog, forskningsassistent

**midt**  
regionmidtjylland

# DitArbejdsLiv .NU



## UNDERVISNINGSMATERIALE OM PSYKISK ARBEJDSMILJØ



## DitArbejdsLiv .NU

### HVORFOR EN HJEMMESIDE OM PSYKISK ARBEJDSMILJØ

Hjemmesiden og det medfølgende digitale materiale er udviklet af en gruppe forskere, kommunikationsfolk og spildesignere fra Arbejdsmedicinsk Klinik i Herning og Mouseketeers i Aarhus.

Arbejdsmedicinsk Klinik har i flere år forsket i unges arbejdsliv, og i 2013 blev det, med støtte fra Arbejdsmiljøforskningsfonden, muligt at evaluere og udvikle [www.ditarbejdsliv.nu](http://www.ditarbejdsliv.nu).

Hjemmesiden er nu afprøvet i undervisningen - ude i virkeligheden. I løbet af det næste år, vil hjemmesiden løbende blive tilpasset den nye erhvervsskolereform, igen på baggrund af erfaringer og løbende evalueringer i skolernes daglige praksis.

Kontakt os gerne, hvis du ønsker yderligere information eller har spørgsmål til brugen af hjemmesiden:

Med venlig hilsen

#### Dit ArbejdsLiv Nu

Gritt Bennedsen, forskningsformidler

Regine Grytnes, ph.d. antropolog, forsker

Helene Meldgaard Pedersen, antropolog, forskningsassistent



Arbejdsmedicinsk Klinik  
Hospitalsenheden Vest - Universitetsklinik  
[griben@rm.dk](mailto:griben@rm.dk) / [www.ditarbejdsliv.nu](http://www.ditarbejdsliv.nu) / +45 7843 3500

[WWW.DITARBEJDSLIV.NU](http://WWW.DITARBEJDSLIV.NU) er et nyt gratis undervisningsmateriale om psykisk arbejdsmiljø, målrettet elever på erhvervsuddannelserne i Danmark.

[WWW.DITARBEJDSLIV.NU](http://WWW.DITARBEJDSLIV.NU) rummer:

- Et interaktivt dilemmaspil, der inddrager unges egne erfaringer fra praktikpladser og jobforløb
- Virkelige historier, fortalt af de unge selv, om alt det, man møder når man er ny på arbejdsmarkedet
- Undervisningsmaterialer og forslag til undervisningsforløb
- Grundig introduktion til både undervisere og elever
- Faktasider om tal og forskning
- Gode links til emner og materialer om psykisk arbejdsmiljø

[WWW.DITARBEJDSLIV.NU](http://WWW.DITARBEJDSLIV.NU) er:

- Et undervisnings-site, som tager de unge, emnet og undervisningen seriøst - tilsat spil og sjov
- Udviklet over tid i samarbejde med arbejdsmiljø-undervisere fra danske erhvervsskoler og fagkonsulenter fra Undervisningsministeriet og Metropolskolen

**DIT ARBEJDSLIV NU** kan downloades gratis som app fra både App Store og Google Play!



**Psykisk arbejdsmiljø  
er det vigtigste,  
for man gider ikke stå op,  
hvis det er nederen...**

Elev, bygningsmaler

### MATERIALET I UNDERVISNINGEN

Hjemmesiden og det digitale materiale understøtter arbejdsmiljøundervisningen.

Materialet kan fx bruges i faget **Arbejdspladskultur**, som omhandler normer, roller, adfærd. [Ditarbejdsliv.nu](http://Ditarbejdsliv.nu) underbygger fagets hensigt om at styrke elevens kompetence til at bearbejde, reflektere, diskutere og handle hensigtsmæssigt i forhold til arbejdspladens problemstillinger i både sociale, kulturelle, psykiske aspekter og kan således styrke elevens forudsætninger for at indgå på en arbejdsplads.

Derudover kan materialet bruges i forbindelse med faget **Arbejdsplanlægning**, med fokus på udvikling af elevernes kompetencer til at håndtere samarbejde og konflikter. [Ditarbejdsliv.nu](http://Ditarbejdsliv.nu) er tilrettelagt med fokus på elevens undersøgende, eksperimenterende, kollaborative og reflekterende evner.

## Bilag 2:

### **”Psykisk arbejdsmiljø er det vigtigste, for man gider ikke stå op, hvis det er nederen”**

*”Der, hvor jeg er nu, er omgangstonen også meget bedre. Her råber vi ikke af hinanden. Det andet sted var tonen hård, og hvis du havde lavet noget galt, så råbte de altså. Hvor her, har de den holdning, at hvis du kommer og fortæller, at du har lavet noget, jamen så bliver de ikke sure. Vi er jo kun mennesker. Nogle gange så kunne man godt blive lidt sur, irriteret eller ked af det, hvis man blev behandlet dårligt. Der var da dage, hvor jeg kørte hjem, og var træt af det hele og ikke havde lyst til at komme dagen efter”.*

Historien stammer fra hjemmesiden [www.ditarbejdsliv.nu](http://www.ditarbejdsliv.nu), som er et nyt undervisningssite om psykisk arbejdsmiljø målrettet undervisningen på erhvervsuddannelserne. Hjemmesiden tager udgangspunkt i den nyeste forskning om unge, arbejdsliv og psykisk arbejdsmiljø – men vigtigst, så tager hjemmesiden og det digitale undervisningsmateriale udgangspunkt i de unge selv; i deres egne oplevelser, erfaringer og tanker. Problemer i det psykiske arbejdsmiljø kan ikke blot opleves som et tabu at snakke om – det kan også være udfordrende at undervise i.

#### **Dagens Dilemma**

”Vi oplever alle forskellige dilemmaer, som knytter sig til det psykosociale arbejdsmiljø, hver dag på vores arbejde. Skal vi tage en given konflikt, skal vi lade være? Skal vi spørge om hjælp og er det OK at sige fra, hvis vores chef ikke taler ordentligt? Rent formelt er der regler og retningslinjer, der skal følges, men den virkelighed, som møder de unge i deres første job eller praktikforløb er sjældent sort eller hvid. Og lige netop derfor tager dette undervisningsmateriale udgangspunkt i de unge selv og giver dem en platform for, sammen med deres underviser, at arbejde med psykisk arbejdsmiljø”, fortæller Gritt Bennedsen, formidlingsmedarbejder og en del af forskergruppen bag [www.ditarbejdsliv.nu](http://www.ditarbejdsliv.nu).

Materialet er bygget op omkring de daglige dilemmaer, som vi møder på arbejdspladsen.

Omdrejningspunktet er et interaktivt dilemmaspil, hvor spilleren – altså eleven – bliver ledt igennem en dags arbejde på en fiktiv arbejdsplads og løbende støder på forskellige små dagligdagsdilemmaer. Eleven bliver bedt om at vælge tre handlemuligheder, som hverken er mere eller mindre rigtige end de andre, men som er baseret på, hvordan man realistisk vil reagere. Afhængig af, hvad man vælger, så udsættes eleven for et nyt dilemma.

”Udover at eleven ledes igennem en dag fyldt med dilemmaer, så knyttes der til hvert dilemma an til en virkelig historie, som eleverne kan læse. Eleverne og underviseren kan også læse videre i andre virkelige historier, ligesom de kan læse mere om den viden, som ligger bag de forskellige handlemuligheder og emner. Målet med det samlede undervisningsmateriale er at give eleven mulighed for at opnå en stedfortrædende erfaring, få sat ord på de svære ting i det psykiske arbejdsmiljø og give underviseren et materiale, som umiddelbart kan bruges i undervisningen”, siger Gritt Bennedsen.

### **Hver sjette praktikant har ondt i det psykiske arbejdsmiljø**

Tidligere forskning har vist, at op mod hver sjette elev eller praktikant har så ondt i det psykiske arbejdsmiljø, at de enten overvejer at stoppe – eller er stoppet – på deres uddannelse. Og det er der ingen, der kan være tjent med, siger Regine Grytnes, antropolog og ph.d. og en af forskerne bag materialet.

”Sikkerhed i både det fysiske og det psykiske arbejdsmiljø praktiseres forskelligt fra arbejdsplads til arbejdsplads. Og derudover er der, for de unge, stor forskel på det, de lærer på uddannelserne, og så den virkelighed, de skal operere i, når de står derude. Det er dette hul, vi i undervisningsmateriale, forsøger at lukke”, fortæller hun.

”I materialet trækker vi andres unges praktiske erfaringer ind. På den måde kan eleverne forbinde sig selv med andre og de kan identificere sig med historierne. Ved at tage udgangspunkt i andres erfaringer, giver historierne en genkendelighed, som gør eleverne nysgerrige og videbegærlige og interesserede i emnet. Vi har kunnet se, at materialet på den måde giver eleverne et udgangspunkt for at snakken om regler eller problemer på en måde, som giver mening for den enkelte. Det er lettere at omsætte til praksis på denne måde. Det er ikke en viden, man kan læse sig til, og det er en lærdom, som kan være svær at teste, men som potentielt kan give eleverne kompetence til at reflektere over egen praksis og handle i konkrete situationer i forhold til det psykiske arbejdsmiljø”, fortæller Regine Grytnes.

### **Testet, afprøvet og udviklet**

Helene Meldgaard Pedersen, som også er antropolog, har af flere omgange været ude på forskellige erhvervsuddannelser og afprøvet materialet i samarbejde med underviserne. Ligeledes har hun gennemført fokusgruppeinterview med eleverne, for at undersøge, på hvilken måde og med hvilket udbytte, materialet kan anvendes i undervisningen.

”Resultaterne peger på, at eleverne gennem arbejdet med hjemmesiden identificerer sig med de dilemmaer og historier, de møder og på den baggrund reflekterer over egen rolle og praksis i relation til psykisk arbejdsmiljø. Både elever og lærere har taget endog vældigt godt imod materialet, og de kommentarer og rettelser, de er kommet med, har vi indarbejdet i hjemmesiden”, fortæller hun.

”Derudover har vi, så godt det har kunnet lade sig gøre i denne reform-tid, tilpasset materialet til den virkelighed, der er på skolerne. Og fremadrettet har vi, heldigvis, fået yderligere støtte til at tilpasse materialet til den nye erhvervs-skolereform”, siger Helene Meldgaard Pedersen.

### **Om [www.ditarbejdsliv.nu](http://www.ditarbejdsliv.nu)**

Hjemmesiden er baseret på den forskning i unge, uddannelse og arbejdsliv, som Arbejdsmedicinsk Klinik i Herning har haft i flere år. Hjemmesiden er et resultat af et udviklingsprojekt, støttet af Arbejdsmiljøforskningsfonden. Alt materiale er gratis og den kan også downloades som app til android og IOS styresystemer.

Marts 2015  
rev. november 2015

regionmidtjylland **midt**