

## **TekSam temadag "Kollektiv stress og håndteringsstrategier"**

Når vi taler om stress, har vi ofte fokus på forhold i arbejdsmiljøet eller forhold hos individet, som kan være medvirkende til, at vi udvikler stress, men ofte er vi ikke opmærksomme på, hvordan vi påvirker hinanden på arbejdspladserne, når vi oplever travlhed eller føler os stressede.

Udvikler vi på vores arbejdsplads, i vores faggrupper eller sociale grupperinger fælles måder at vurdere vores arbejdsmiljø på og fælles måder at håndtere vores belastninger på arbejdet?

Hvordan udvikles disse fælles forholdemåder og fælles håndteringsstrategier og hvordan har det indflydelse på vores udvikling af stress?

### **Datoer:**

21. maj Hotel Scandic, Søndre Ringvej 33, 4000 Roskilde

26. maj Hotel Scandic, Hadsundvej 200, 9220 Aalborg

27. maj Hotel Scandic, Kokholm 2, 6000 Kolding

### **Program:**

12.30-13.00 Registrering og let frokost (sandwich, øl og vand)

13.00-13.15 Velkomst v/TekSam

13.15-13.45 Hvad er stress?

Hvorfor udvikler man stress?

Hvad er risikofaktorerne i arbejdsmiljøet og hos individet?

v/Tanja Kirkegaard

13.45-14.15 Stress som et kollektivt fænomen

v/Tanja Kirkegaard

14.15-14.30 Kaffepause

14.30-15.45 Hvad skal man være opmærksom på i forhold til stress som kollektivt fænomen?

V/Tanja Kirkegaard

15.45-16.00 Afslutning/evaluering v/TekSam

Der vil i afviklingen af temadagen være rig mulighed for udveksling af egne erfaringer med de øvrige deltagere.

**Tanja Kirkegaard** psykolog på Arbejdsmedicinsk klinik, Regionshospitalet Herning.

Psykolog Tanja Kirkegaard har netop forsvaret sin ph.d. afhandling om 'Kollektiv stress'. Studiet fokuserer på, hvordan sociale og kulturelle processer indvirker på, hvordan medarbejdere vurderer deres arbejdsbetingelser og handler i forhold til dem.

Stress er blevet et stigende problem hos mange mennesker og på mange arbejdspladser. Der har både i litteraturen samt i den populære forståelse af stress været meget fokus på de individuelle faktorer, der kan forklare menneskers udvikling af stress såsom individets grad af sårbarhed, grad af perfektionisme, tidligere oplevelser med stress osv.

Formålet med denne ph.d. var at undersøge, hvordan sociale og kulturelle processer på arbejdspladsen påvirker vores måde at forstå stress, at vurdere vores arbejdsbetingelser samt påvirker vores måde at handle i forhold til stress.