

November 2024

GODT I GANG NYHEDSBREV



Vores nye kollega, Josefine Nørgaard

"Når forandring rammer, kræver det både omsorg og forståelse – ikke kun for dem, der skal videre, men for hele fællesskabet, som må tilpasse sig nye rammer. Med åben dialog og støtte kan vi skabe tryghed i usikkerheden og styrke hinanden gennem processen."

Forandring fryder

Man siger, at forandring fryder, men når vi kigger på vores hjerne, er det ikke altid tilfældet. Forandring kræver mere energi og tvinger os til at forholde os til situationen frem for at køre på autopilot.

Forandring kan også skabe usikkerhed og bekymring for det nye, hvilket kan sætte det mentale beredskab på overarbejde.

Ovenstående understreger vigtigheden af at tage hensyn til vores hjerne i forandringsprocesser og tilbyde os selv og dem omkring os forståelse og omsorg.

Forandring og Besparelser

Godt i Gang er opmærksom på de besparelser, som rammer Randers Kommune nu og i den kommende tid. En sådan periode kan være præget af bekymring, usikkerhed, afmagt osv., hvilket kan være vigtigt at håndtere som arbejdsplads. Man kan blive påvirket på individuelt plan, men også som gruppe i form af konflikter eller misforståelser.

Med besparelserne følger afskedigelser og omplaceringer. Begge dele kan være livsomvæltende for den, som bliver ramt, og kan medføre bekymringer, følelsesmæssige reaktioner og påvirke selvværdet. Vi ønsker at støtte og hjælpe i de reaktionsmønstre, der kan opstå, med et særligt "Kom godt videre"-forløb. Forløbet indebærer tre samtaler med medarbejderen, som er blevet afskediget eller omplaceret, og vil have et ressourcefokus. Prisen for forløbet er 2.000 kr., og det betales af arbejdspladsen.

Besparelser og afskedigelser påvirker hele arbejdspladsen, og både før, under og efter at de er effektueret, kan der være behov for vigtige samtaler og initiativer, som kan hjælpe alle bedst muligt gennem processen. Fra lederen, som skal træffe de svære beslutninger, til medarbejderne, der skal udfylde nye roller og tilpasse sig nye rammer. Det er vigtigt med et helhedsperspektiv i denne proces.

Godt i Gang tilbyder at komme ud med et oplæg med titlen "Belastning i en forandringstid," hvor vi vil skabe et rum med fokus på åbenhed og dialog om de belastninger og følelser, som I hver især oplever. Vi vil fortælle om forandringsprocesser og de almindelige reaktionsmønstre, der ses i sådanne situationer. Vi vil også hjælpe med at facilitere en god forandringsproces i jeres team/arbejdsplads og styrke fællesskab og psykologisk tryghed. Indsatsen har en timepris på 1.500 kr., og der vil være afsat 1,5 time.

PERSONALENYT

Psykolog Cecilie Overgaard har fået nyt job og har derfor sagt farvel til Godt i Gang.

Den 1. oktober startede vores nye kollega, Josefine Nørgaard, i Cecilies tidligere stilling.

Josefine er psykolog og har erfaring inden for arbejds- og organisationsområdet.

Vi er meget glade for at få hende med i teamet og håber, at I vil tage godt imod hende.

"Det handler om almene bekymringer og usikkerheder: Bliver jeg fyret? Mister jeg mine kolleger og teamet? Får jeg længere på arbejde? Kan mine kompetencer bruges i den nye virkelighed? Kan vi løse kerneopgaven med færre ressourcer? Hvordan bliver samarbejdet med den nye leder?"

Er I interesserede i oplægget "Belastning i en forandringstid", så skriv en mail, så kan vi tage en snak om, hvordan det kan tilpasses netop jeres specifikke situation og arbejdsplads.

Er I ramt af afskedigelser og ønsker at tilbyde medarbejderne et "Kom godt videre"-forløb, så skriv en mail til os, så ringer vi medarbejderen op og aftaler tid til den første samtale.

☎ 20 52 49 15

✉ godtigang@randers.dk



Byder fremtiden på temadage, fyraftensmøder eller andre arrangementer? Tænk os meget gerne ind!

Står jeres arbejdsplads over for nogle fællesdage i løbet af efteråret eller vinteren, er I meget velkomne til at tænke os ind. Vi tager rigtig gerne ud og afholder workshops, der er tilpasset netop de forhold, der er til stede på jeres arbejdsplads. Emner kunne for eksempel være psykologisk tryghed, teamidentitet, værdier eller noget helt andet. Vi kommer meget gerne ud til et møde, hvor vi kan drøfte, hvad der er mest relevant i jeres kontekst.

INDSATSER I GODT I GANG

Når man som leder og medarbejder i samarbejde vurderer, at man kunne have gavn af et forløb ved f.eks. en psykolog, coach, smerteforløb eller en ergonomisk indsats ved en fysioterapeut, kan man kontakte Godt i Gang og få en uforpligtende visitationssamtale med en psykolog.

Derudover er man som leder altid velkommen til at kontakte os for sparring eller ved ønske om andre indsatser, f.eks. mere teamfokuserede indsatser.

Du kan læse mere om Godt i Gang og vores forskellige indsatser på <https://broen.randers.dk/personale/arbejdsmiljoe/godt-i-gang/>.

Hvis du har brug for yderligere hjælp, er du velkommen til at sige til!