

COPINGSTRATEGIER



Individuelle eller kollektive?
Frivillige eller af nød?
Virker de overhovedet?

BRUG DIALOGKORTENE TIL AT STARTE EN SAMTALE OG UNDERSØGE, OM DER ER FORHOLD, SOM SKAL ÆNDRES

1. Sæt jer i en gruppe og spred kortene ud, så alle kan se dem.
2. Tag et valgfrit kort og læs citatet op.
3. Drøftelse: Vækker det genklang på jeres skole?
4. Giver det anledning til, at noget bør ændres? Skal arbejdsmiljøorganisationen eller ledelsen kontaktes? Skriv ned, så I husker at få fulgt op.
5. Tag et nyt kort

OBS:

Man kan også tage hver sit kort med og tale ud fra dem på en gåtur

JEG ER BLEVET MERE
KYNISK

JEG ER BLEVET MERE KYNISK

XP

“

Jeg er blevet mere kynisk og arbejder mindre nu, hvor vi tidsregistrerer. Tidligere arbejdede jeg mere end min årsnorm, men nu er det jo tydeligt, hvor meget tid jeg bruger hver uge, og således leverer jeg den kvalitet jeg kan indenfor tidsregistreringen. Før tidsregistreringen kunne jeg aldrig drømme om at møde uforberedt til en lektion. Nu sker det, at lektioner ikke er forberedt pga. tidspres.

(ID 406, LEKTOR, KVINDE, 55-59 ÅR)

”

KAN KUN HOLDE TIL
NEDSAT TID

KAN KUN HOLDE TIL NEDSAT TID

“

At jeg simpelthen bliver NØDT til at gå på nedsat tid for at kunne bevare arbejdsglæden — og for simpelthen fortsat at kunne holde til det. Noget jeg ellers principielt er imod, da jeg synes, det er helt urimeligt, at jeg bliver tvunget ned i tid og dermed ned i løn, for at kunne holde til jobbet.

(ID 499, UNDERVISER, KVINDE, 50-54 ÅR)

”

EFTERUDDANNELSE MOTIVERER

EFTERUDDANNELSE MOTIVERER

“

Jeg har for nyligt taget en efteruddannelse (½ år på RUC om matematikvanskeligheder). Det er meget, meget givende, hvis man midt i sit arbejdsliv får mulighed for at træde et skridt tilbage og reflektere. For mig betyder det at jeg nu ”ser alt det eleverne kan”, og ikke ”alt det de ikke kan”. Det er helt sikkert, at jeg er blevet en meget bedre lærer og undgår at blive en sur gammel lærer. Det får elever gavn af.

(ID 98, LEKTOR, KVINDE, 50-54 ÅR)

”

SKIFTE ELLER SLÅ
MIG TIL TÅLS?

SKIFTE ELLER SLÅ MIG TIL TÅLS?

“

Jeg synes ikke, der er nogen oplagte udviklingsmuligheder, så jeg tænker på om det er noget, jeg skal fortsætte med, eller om jeg skal blive på en god arbejdsplads og slå mig til tåls, og så i stedet bruge mine ressourcer andre steder.

(ID 61, GYMNASIELEKTOR, MAND, 45-49 ÅR)

”

BLIVER HER –
INDTIL VIDERE

BLIVER HER – INDTIL VIDERE



“

Jeg vil blive i denne stilling ind til min musikalske løbebane kan stå på egne ben. Det kan vare 3 år – eller 10 år – og hvis det aldrig sker, er det faktisk i orden. Jeg trives med at bidrage til samfundet med mit gymnasiale virke, samtidig med at jeg udvikler min egen kreative og kunstneriske platform.

(ID 183, LEKTOR I MUSIK OG IDRÆT, MAND, 55-59 ÅR)

”

NÅR ARBEJDSLIVET
BARE SKAL OVERSTÅS

NÅR ARBEJDSLIVET BARE SKAL OVERSTÅS

“

Jeg må desværre sige, at resten af mit arbejdsliv bare skal overstås. Jeg mener stadig, at jeg gør mit arbejde godt nok (det er også den melding, jeg får fra min ledelse), men arbejdsglæden er væk. Jeg har faktisk overvejet, om jeg kunne finde et helt andet job, men jeg kan ikke se, hvad det skulle være.

(ID 271, LEKTOR I MATEMATIK, MAND, 50-54 ÅR)

”