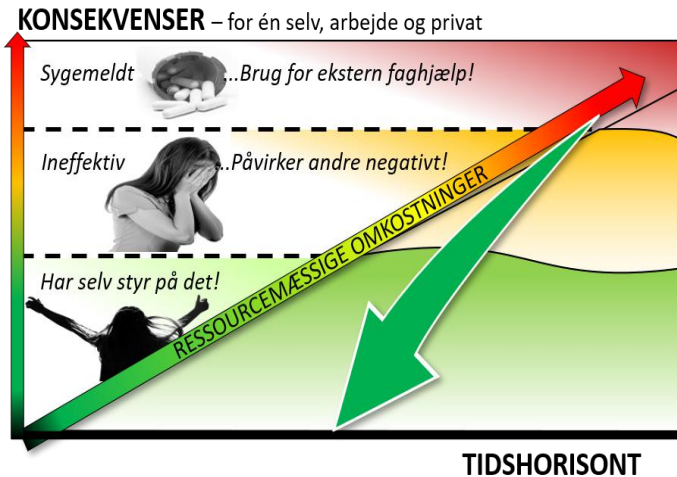


FOREBYGGELSE AF MENTALT FRAVÆR



FORMÅL

- Give øget fokus og nye værktøjer til at minimere det mentale fravær, herunder:
 - øge trivslen og produktiviteten
 - reducere stress
 - forebygge mentalt fravær
 - begrænse privatrelaterede udfordringer
 - effektive værktøjer
- Blive inspireret til at kigge på det, der ligger bag ved medarbejderens ord og handlinger, så de ikke bare symptombehandler og agere på det, de oplever.
- Dygtiggøres i at bruge MaxMee aktivt i deres dagligdag.
- En effektiv timeout - deltagerne rystes sammen og deler deres oplevelser og udfordringer.
- Fornyet energi og inspiration, og ikke mindst rustet med en solid plan at arbejde ud fra, når deltagerne er tilbage i deres team igen.
- "Coaching"-værktøjer.
- Øge medarbejdernes motivation.

INDHOLD

Dagen/dagene er overordnet bygget op med workshops:

- *Hvad er mentalt fravær?*
- *Status – Hvor er jeg og mit team i dag? Hvad kommer jeg/vi fra? Hvilke værktøjer har jeg/vi i dag?*
- *Hvad kan vi gøre noget ved, hvorfor, hvornår og hvordan? Herunder samtale træning!*

- *Hvordan holder jeg fast i mig selv og min energi?*
- *Fra mål til resultat – Hvad skal min plan være, når jeg kommer hjem, så jeg får resultaterne?*

VARIGHED

- Kurset kan gennemføres som et 1-, 2- eller 3-dages kursus efter behov, eller som seminar, hvis der er mange deltagere.

MÅLGRUPPE

- Målgruppen af deltagere er lederne, men kan også gennemføres og målrettes udvalgte medarbejdergrupper, stedfortrædere, arbejdsmiljø-repræsentanter, og div. Medarbejder indenfor omsorg.

FORBEREDELSE

- Find ud af så mange tal som muligt omkring, fravær, fraværslængde, effektivitet osv. Tænk over, hvor du syntes der mangler fokus, værktøjer, indsatser osv. omkring mentalt fravær.

UNDERVISER

Kurset gennemføres af Ole Bødtcher, ejer og stifter af Step-Up og MaxMee.

Ole Bødtcher har sammensat kurset ud fra hans mangeårige baggrund, som ledelseskonsulent, rådgiver og mental coach for elitesportsfolk.

Men især, fordi han i dén grad brænder for at sætte fokus på det store nationale behov for bedre forebyggelse af mentalt fravær, i stedet for at sætte ind, når først det er for sent.

Du får glæde af hans mange års erfaring og passion for at flytte mennesker, der bl.a. udspringer fra hans nysgerrighed og vedholdende drive efter at finde årsager og bryde uhensigtsmæssige mønstre.

Oles store erfaring er med til at sikre og hjælpe dig med at opdage usunde og begrænsende tanke- og handlemønstre - og erstatte dem med nogle sunde og skabende, som vil gøre en forskel for alle.