

SIKKERHEDSCOACHING

HVAD ER SIKKERHEDSCOACHING?

En fortrolig dialog om sikkerhed mellem en coach og en fokusperson / gruppe, hvor coachen inspirerer til at:

- Reflektere over og lære af egne erfaringer
- Udvikle handlemuligheder til at nå sine mål
- Løse problemer og tackle udfordringer
- Øge bevidstheden og ansvarligheden i forhold til virksomhedens sikkerhed

Coachen er en **katalysator**, som hjælper med at definere mål og handlinger. Ved at sætte ord på sine mål, skabes der motivation til at nå dem. På den måde bliver det nemmere at handle derefter.

Sikkerhedskoaching kan foregå individuelt og overfor grupper (se aktiviteterne **Individuel sikkerhedskoaching** og **Gruppebaseret sikkerhedskoaching**)

RETNINGSLINJER FOR SIKKERHEDSCOACHING:

- Coaching foregår på frivillig basis, derfor er det vigtigt, at møderne foregår i en positiv tone og at samarbejdet er i fokus
- Der tales om arbejde og erfaringer med forskellige arbejdsforhold
- Der er fokus på nutiden, og hvordan fremtiden kan formes ud fra mål og visioner
- Sikkerhedskoaching er handlingsorienteret: Målet er, at få fokuspersonen eller gruppen til at handle og tage ansvar for, at der sker ændringer
- Brug god tid til at få afklaret problemerne, inden der opstilles løsninger og mål. Vær opmærksom på ikke for hurtigt at fokusere på løsninger, der ender med ikke at virke, fordi problemet ikke er blevet rigtigt forstået
- Brug 'hv-spørgsmål' til at få afdækket og afgrænset emnet

SIKKERHEDSCOACHINGENS MÅL:

- Det vigtigste mål er, at fokuspersonen/gruppen bliver i stand til at skabe ændringer på sikkerhedsområdet. Ofte i samarbejde med kolleger eller andre
- Det er derfor vigtigt at få opstillet realistiske mål og handlinger
- Fokuspersonen eller gruppen definerer selv sine mål og handlinger. Målene skal være:
 - S**pecifikke - så man ved, hvad der skal gøres
 - M**ålbare - så det kan afgøres, om det er blevet gjort
 - A**tttractive - så man har lyst til at gøre det
 - R**ealistiske - så det kan lade sig gøre
 - T**idsbestemte - så der kan følges op
 - E**ffektive - så de afhjælper problemerne

SIKKERHEDSCOACHENS ROLLE

HVAD ER SIKKERHEDSCOACHENS ROLLE?

- Vær en katalysator for fokuspersonens eller gruppens egne evner til at forstå problemer og dilemmaer
- Kom ikke med løsninger og svar, men skab muligheden for, at fokuspersonen eller gruppen selv kommer frem til svarene
- Vær handlingsorienteret

En **sikkerhedscoach** kan være en ekstern konsulent, en central arbejdsmiljømedarbejder eller virksomhedens sikkerhedsleder.

Det er vigtigt for udbyttet af sikkerhedscoaching, at der er tillid og fortrolighed mellem coachen og fokuspersonen eller gruppens medlemmer. Derfor er det vigtigt ved valg af coach, at være opmærksom på, at personernes formelle og uformelle magtforhold kan påvirke fortroligheden.

ROLLEN SOM SIKKERHEDSCOACH:

- Lyt både til det, der bliver sagt og det, der ikke bliver sagt
- Vær opmærksom på fokuspersonens eller gruppemedlemmernes kropssprog og tonefald. Udstråler alle enighed og opbakning?
- Sørg for at få fokuspersonens eller gruppens nye adfærd og præstationer fastholdt gennem (små) succesoplevelser
- Anerkend at fokuspersonen eller gruppen er eksperter på deres egne arbejdsmiljøforhold
- Vær opmærksom på, om deltagerne viser modstand mod at deltage i coachingen. Tal om det, hvis det er tilfældet.

SIKKERHEDSCOACHENS SPØRGSMÅL:

- Brug positive formuleringer, som f.eks. *"Når du har nået målet..."*
- Stil åbne spørgsmål, der kan hjælpe fokuspersonen eller gruppen til selv at komme med løsninger, f.eks. *"Hvordan kunne man løse det?"*
- Brug hypotetiske spørgsmål, som f.eks. *"Hvordan vil den perfekte situation være?"*
- Stil kritiske 'hv-spørgsmål' – også til det, som bliver taget for givet, f.eks. *"Hvordan plejer dette at fungere?"*
- Udfordr vanetænkning, f.eks. *"Kunne du gøre det på en anden måde, end du plejer?"*