

PROGRAM

STRESSKONFERENCEN 2024

Hvordan behandler og forebygger vi stress?

Få den nyeste, forskningsbaserede viden, praksisnære værktøjer
og indblik i de seneste trends og tendenser.

Torsdag den 6. juni 2024

Cirkusbygningen, København



NECTO

Malene
Friis Andersen

IDA
Arbejdsmiljø

FONDEN
MENTAL SUNDHED

PROGRAM



SIDE 3

Åbningstale

Kaare Dybvad Bek, Minister for udlændinge og integration



SIDE 3

Fysiske breaks - i løbet af dagen

Lars Andersen, professor i muskel- og skeletbesvær og fysisk arbejdsbelastning på NFA



SIDE 4

Når Velfærdsarbejde bliver til Vantrivselsarbejde - kan man udøve velfærd, mens man undergraver sin egen?

Susanne Ekman, Ph.d., antropolog og lektor på RUC, prisvindende forsker



SIDE 5

90% ledelsesløs organisering i virkeligheden - en vej til mindre stress?

Ann-Christina Matzen Andreasen, forfatter og indehaver af Matzens Ledelsesudvikling



SIDE 6

Nyeste internationale hjerneforskning - Effekter af stress på kognitiv og social funktion afhænger af personlighed.

Carmen Sandi, Ph.d. og Professor på Det Nationale Institut for Teknologi i Lausanne, Schweiz



SIDE 7

7 etiske spørgsmål virksomheden bør stille sig selv, inden den vælger ny teknologi

Jeppe Z. N. Ajslev, Ph.d., og Seniorforsker på Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø

PROGRAM



SIDE 8

Et opgør med en usund politisk arbejdskultur

Karsten Lauritzen, branchedirektør hos DI, tidl. Skatteminister og folketingspolitiker



SIDE 9

Ledelsesarena: Hvem passer på lederne, når lederne passer på medarbejderne?

Paneldialog mellem videns- og erfaringspersoner ind i ledelsesarenaen



SIDE 10

Når lederen bliver en algoritme – om overvågning og algoritmeledelse på arbejdspladsen

Grit Munk, Digitaliseringspolitisk chef, IDA.



SIDE 11

Pause Power – hvordan vi får kvalitet i arbejdet og energi til livet

Pia Hauge, cand. mag, forfatter, foredragsholder og selvstændig ledelsesrådgiver

Åbningstale

Kl. 9.30–9.40



Kaare Dybvad Bek, Minister for udlændinge og integration

Kaare Dybvad Bek udgav i 2023 bogen "Arbejdets land". Bogen antændte en gevaldig diskussion om arbejdets betydning, arbejdets pris og arbejdets rolle for velfærdssamfundet.

Kaare Dybvad Bek sætter scenen for, om Arbejdets land også er trivslens eller stressens land?

Fysiske breaks

Vil forekomme i løbet af dagen



Lars Andersen, professor i muskel- og skeletbesvær og fysisk arbejdsbelastning på NFA

Lars Andersen har igennem mange år været en af de helt centrale forskere til at dokumentere, hvordan helt enkel fysisk træning på arbejdspladsen reducerer risikoen for sygefravær, nedslidning og tabt arbejdstid.

Lars Andersen vil give os et indblik i denne viden i praksis via en række fysiske breaks i løbet af konferencen.

Når Velfærdsarbejde bliver til Vantrivselsarbejde – kan man udøve velfærd, mens man undergraver sin egen?

Susanne Ekman, Ph.d., antropolog og lektor på RUC, prisvindende forsker

Kl. 9.50–10.25

Hvad er på spil på offentlige arbejdspladser, og hvorfor mon stress og sygefravær er mere udbredt her?

Oplægsholderen præsenterer os for sin omfattende forskning og beskriver, hvordan kroniske tilstande af urealistiske forventninger forplanter sig ud i arbejdsmiljøet og videre ind i vantrivsel hos både velfærdsarbejdere og -modtagere. Vi skal være forberedt på en konfronterende analyse af dysfunktionerne – måske vi *alle* må gribe i egen barm og ændre adfærd og udsyn, hvis de negative spiraler skal bremses?



Om oplægsholderen

Susanne Ekman er antropolog og lektor på RUC. Hun har i årevis forsket i konsekvenserne af urealistiske forventninger på arbejdspladserne, både i det private erhvervsliv og i det offentlige. Ekman er en meget aktiv formidler og debattør og har vundet flere priser for sin forskning.

90% ledelsesløs organisering i virkeligheden – en vej til mindre stress?

Ann-Christina Matzen Andreasen, forfatter og indehaver af Matzens Ledelsesudvikling

Kl. 10.30–11.00

Kan gentænkning af lederrollen og medarbejderrollen være en vej til at skabe bedre trivsel og opgaveløsning i det offentlige? I dette oplæg deler oplægsholder Ann-Christina Matzen Andreasen ud af sine konkrete ledelseserfaringer med at skabe en organisering, der er 90 % ledelsesløs.

En organisering, der betyder, at medarbejderne laver alt indholdet i virksomhedens strategi, de ansætter deres egne kollegaer og forhandler deres egen løn. Resultaterne er målbare i forhold til kvaliteten i ydelsen til borgerne, i arbejdsmiljøet, sygefraværet og økonomien.



Om oplægsholderen

Ann-Christina Matzen Andreasen er indehaver af Matzen Ledelsesudvikling og leder af JAC, der to år i træk er kåret som Europas Bedste Offentlige Arbejdsplads. Hun er medforfatter til flere udgivelser om 90% ledelsesløs organisation og en meget anvendt oplægsholder.

Nyeste internationale hjerneforskning – Effekter af stress på kognitiv og social funktion afhænger af personlighed.

Carmen Sandi, Ph.d. og Professor på Det Nationale Institut
for Teknologi i Lausanne, Schweiz

Kl. 11.35–12.10

Carmen Sandi forklarer i sit oplæg, hvordan stress både akut og kronisk påvirker hjernen og vores kognitive evner, samt hvordan vi forholder os til og interagerer med andre. Carmen vil diskutere, hvorfor vi ikke alle påvirkes ens af belastninger og stress med fokus på personlighedstræk, der definerer stressfølsomhed og ængstelighed.

Oplægget kortlægger centrale mekanismer i stresspåvirkninger af hjernen, der illustreres af Carmens prisbelønnede forskning indenfor stress blandt mennesker og gnavere.



Om oplægsholderen

Carmen Sandi er professor ved Det Nationale Institut for Teknologi i Lausanne, Schweiz. Hun har ydet banebrydende bidrag til forskning i, hvordan stress påvirker hjernens funktion. Carmen er grundlægger og medformand for The Global Stress and Resilience Network og er grundlægger og tidligere formand for det internationale neurovidenskabelige ALBA Network.

7 etiske spørgsmål virksomheden bør stille sig selv, inden den vælger ny teknologi

Jeppe Z. N. Ajslev, Ph.d., og Seniorforsker
på Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø

KI. 12.13–12.30

Teknologi har dybere betydning for arbejdsmiljøet, end vi i dag er bevidste om. Men hvordan vælger, fravælger og implementerer vi ny teknologi, der fungerer til arbejdende menneskers bedste?

Med udgangspunkt i analyser af overvågningsteknologier fortæller Jeppe Ajslev om et etisk framework, som konkret kan hjælpe ledere og medarbejdere med at kortlægge betydninger af nye teknologier i forhold til arbejdsmiljøet.



Om oplægsholderen

Jeppe Z. N. Ajslev er Seniorforsker på NFA. Han har arbejdet med nye teknologier og arbejdsmiljø i en række forskningsprojekter inden for omsorgsarbejde, psykiatri, bygge- og anlægsarbejde, lagerarbejde og vidensarbejde. Han har bl.a. fungeret som projektleder på en større kortlægning af arbejdsmiljømæssige udfordringer som følge af automatisering og digitalisering.

Et opgør med en usund politisk arbejdskultur

Karsten Lauritzen, branchedirektør hos DI,
tidl. Skatteminister og folketingspolitiker

KI. 13.25–13.45

Karsten Lauritzen har skrevet en vigtig bog om stress på Christiansborg og hvordan det politiske klima leder til stress.

Oplægget beskriver både strukturelle og kulturelle faktorer for stress blandt politikere og belyser indefra, hvordan medierne, arbejdstempoet, individualiseringen og andre faktorer er med til give stress for landets ledere, som vi har set i de seneste år. Karsten Lauritzen fortæller også om sin personlige rejse og erfaringer med stress i dansk politik.



Om oplægsholderen

Karsten Lauritzen var folketingsmedlem 2007–2022 for Venstre og er i dag branchedirektør hos DI. Han var Skatteminister fra 2015–2019. Karsten udgav i maj 2023 bogen: "Lad det gå langsomt: Et opgør med en usund politisk kultur", hvor han giver sine bud på, hvordan det parlamentariske arbejde i Danmark kan ændres, så der skabes en bedre politisk arbejdskultur.

Ledelsesarena: Hvem passer på lederne, når lederne passer på medarbejderne?

Paneldialog mellem videns- og erfaringspersoner ind i ledelsesarenaen

Kl. 13.50–14.30

I mange år er ledere i højere grad blevet set på som et redskab til medarbejderes trivsel. Men nu stiller flere forskningsprojekter, undersøgelser og bøger skarpt på, hvordan ledes stress og trivsel i høj grad påvirker både trivsel, kvalitet og produktivitet på arbejdspladsen.

Vi inviterer et panel af videns- og erfaringspersoner ind i ledelsesarenaen for at blive opdateret på den nyeste viden og høre erfaringer fra arbejdspladser, der arbejder med at forebygge at ledere bliver stressede.



Deltagere i panelet

Mette Kjærsgaard, Arbejdsmiljø København, Københavns Kommune.
Jan Heiberg Johansen, ledelsesrådgiver og ekstern lektor, Heiberg – ledelse, læring og analyse samt Institut for Politik og Samfund, Aalborg Universitet.
Lill Palmblad, Forfatter, erhvervspsykolog og ledelsesrådgiver – Palmblad Erhvervspsykologi og Better Worklife.
Tanja Kirkegaard, Ph.d. Lektor, Institut for Kommunikation og Psykologi, Aalborg Universitet.

Når lederen bliver en algoritme – om overvågning og algoritmeledelse på arbejdspladsen

Grit Munk, Digitaliseringspolitisk chef, IDA.

KI. 15.05–15.35

I Danmark bryster vi os generelt af et arbejdsmarked præget af stor tillid mellem ledelse og medarbejdere. Men i takt med den øgede digitalisering har arbejdspladser, virksomheder og ledere fået adgang til nye digitale ledelsesværktøjer, der indsamler store mængder data om de ansatte, og som kan bruges til at måle og kontrollere den enkelte medarbejders effektivitet og værdi for arbejdspladsen.

De nye ledelsesværktøjer vækker bekymring. For hvad sker der egentlig med tilliden og arbejdsmiljøet, hvis der indføres monitorering og overvågning på arbejdspladsen og ledelse af medarbejdere i stigende grad baseres på kontrol og rene data?



Om oplægsholderen

Grit Munk er Digitaliseringspolitisk chef, IDA. Ansvarlig for IDAs politik for cybersikkerhed, AI og dataetik. Hun er en del Cybersikkerhedspagten og diverse dataetiske netværk, sidder med i Standardiserings Politisk Forum og deltager i det globale standardiseringsarbejde for AI. Hun har desuden været med til at udarbejde et anbefalingskatalog om ansvarlig og værdiskabende anvendelse af medarbejderdata.



Pause Power – hvordan vi får kvalitet i arbejdet og energi til livet

Pia Hauge (cand. mag). er forfatter, foredragsholder og selvstændig ledelsesrådgiver

Kl. 15.45–16.10

I oplægget præsenteres vi for hjernepauser. HjernePauser kan være med til at genoplade stort set alle kognitive funktioner. HjernePauser er gratis og demokratiske – vi skal bare lige huske hvordan.

Fokus i oplægget er på, hvordan man skaber en pausepositiv kultur på arbejdspladsen, og deltagerne får konkrete gode råd.



Om oplægsholderen

Pia Hauge, cand. mag, er forfatter, foredragsholder og selvstændig ledelsesrådgiver med særlig fokus på bæredygtig ledelse. Hun er bogaktuel med *Pause Power – hvordan vi får kvalitet i arbejdet og energi til livet* (Gyldendal april 2024).

STRESSKONFERENCEN 2024

Stresskonferencen er et fagligt stærkt forum, hvor fagpersoner fra hele Danmark kan mødes for at holde sig opdateret på den nyeste forskningsbaserede viden om stress, stressforebyggelse og stressbehandling. Hvert år samler Stresskonferencen forskere og praktikere, som arbejder med forebyggelse og behandling af stress i Danmark.

Ambitionen er at sikre vidensdeling, udvikling og debat samt skabe rum for at kvalificere og videreudvikle forebyggende interventioner og behandlingsmetoder på området. Det sker ved at give deltagerne indblik i, hvad der rører sig indenfor forskningsområdet og tilbyde praksisnære og konkrete værktøjer, som kan bruges i deres arbejde med at forebygge og behandle stress.

Konferencen afholdes af **Fonden Mental Sundhed, Malene Friis Andersen, IDA Arbejdsmiljø og Necto**

Bag det faglige program står som altid **Yun Ladegaard, Malene Friis Andersen, og Christian Gaden Jensen.**