



bfa-i.dk



safesounds

*Lydhistorier der brænder sig fast*  
**November 2021**

## Vejledning og forslag til forløb

### Instruks i brugen SAFESOUNDS sikkerhedsværktøj

Denne vejledning er til dig, der skal præsentere sikkerhedsværktøjet for nogle kolleger. Lydhistorien er et værktøj, som kan anvendes som en del af det ulykkesforebyggende arbejde i virksomheden.

Vær opmærksom på, at lydhistorien benytter overraskelsesmomenter, der ikke skal afsløres før afspilningen. Du skal derfor være godt forberedt på indholdet, metoden, praktik og teknik inden mødet med kollegerne.

### Lidt om praktikken

#### Hvad skal man bruge af teknisk udstyr?

- Smartphone, PC, iPad eller lign.
- Lukkede hovedtelefon (optimalt) alternativt earphone til hver enkelt deltager.
- Internetforbindelse
- Papir og blyant

Sørg for at have de kabler og opladere, der er nødvendige til jeres IT og mobil udstyr klar til mødet. Det er en god ide at have en ekstra PC eller lignende gjort klar til afspilning, der hurtigt kan anvendes som reserve.

#### Hvor finder du lydfilen?

- Lydfilen findes på [www.bfa-i.dk](http://www.bfa-i.dk), se under menuen ulykker og vælg menupunktet 'Sikkerhedsværktøj til ulykkesforebyggelse'
- Der ligger både et link på hjemmesiden og en lydfil til download afhængigt af hvilket udstyr I anvender.
- Afprøv både link, fil og udstyr inden mødet.

#### Hvordan afspiller man lydfilen?

- Gør afspiller/mobilen og hovedtelefonerne klar
- Check at alle er kommet rigtigt på lydhistorien på sitet – uden at starte afspilning
- Alle skal starte introen samtidigt og dernæst sætte på pause, når signalet lyder og afvente igangsætning.
- Check at alle er klar
- Afspil nu



bfa-i.dk



safesounds

### Omsluttet af lyd

For at opnå den største oplevelse og sansepåvirkning af lydhistorien, skal deltagerne være omsluttet af lyden. Luk gerne øjnene. Hvis synssansen dirigerer oplevelsen, kommer man til at se sig omkring, bliver forstyrret og opmærksomheden på hørelsen nedsættes. Hvis man lukker øjnene, vil lyden omslutte hele kroppen og give en mere kropslig oplevelse.

Lyden skal helst være af en kvalitet som sikrer, at deltagerne kan fornemme situationer og stemninger. Derfor anbefales det at benytte lukkede hovedtelefoner. De sikrer en vis lyd kvalitet, større koncentration og skærmer lytteren fra omverden, som så kan opleve historien i sit eget rum. Mindre earphones kan anvendes, hvis andet ikke er muligt.

Lyt ikke på historien mens du kører bil, cykel eller andet, da det nedsætter opmærksomheden.

### Hvordan kan man bruge Safesounds lydhistorie?

Som underviser skal du forholde dig til antallet af deltagere i det fysiske rum og forbruget af tid inden oplægget.

Du skal også forholde dig til, **hvornår** du i undervisningen har tænkt dig at benytte lydhistorien og den bevægelse, den skaber blandt deltagerne. Du kan bruge den til at starte et forløb op med for at sætte dagsordenen med det samme og involvere deltagerne, eller du kan vælge at afspille lydfilen på et tidspunkt hvor du erfaringsmæssigt ved at deltagerne har nået et mætningspunkt. Lydhistorien vil her skabe et sanseligt pust som gør dem friske på endnu en omgang.

Der er forskellige typer af forløb, som forholder sig til elementerne: tid/det fysiske rum/deltagerne/tema. Det handler om at give deltagerne tid og mulighed for selv at reflektere og erobre sikkerhedsproblematikken, der er relevant for dem. Det giver deltagerne mod og lyst til at tale sammen om sikkerhed.

### Vigtige pointer - før du starter

Det er vigtigt at understrege at det er en dokumentarisk historie, og at de personer, der fortæller, selv har oplevet begivenheden. Det nævnes også i lydfilen, men det er meget vigtigt, at det også er forstået, da effekten ellers kan udeblive.

Man skal **ikke** fortælle hvad historien KONKRET handler om. Kun at temaet er sikkerhed generelt. De skal netop opleve "ulykkens natur" dvs. en almindelige hverdag på arbejdspladsen, der pludselig forandrer sig til kaos fra det ene øjeblik til det andet. Hvis du fortæller, at de skal høre om en ulykke svækker du oplevelsen af hverdag. Derfor er titlen på lydhistorien ikke "Ulykke", "Døden og..." men mere anonym og generel, i dette tilfælde "Fra Import til eksport".

Man skal som oplægsholder være klar over, at lydhistorien kan virke stærkt på deltagerne. Lytterne kan blive fyldt af følelser og minder fra tidligere hændelser, der dukker op i bevidstheden.



bfa-i.dk



safesounds

Overgangen fra deltagernes lytning til plenum skal være nænsom. Denne tilstand må ikke afbrydes ved spørgsmål eller tiltag, der "river" dem ud af det de lige er i.

Vær langsom og giv tid til, at deltagerne langsomt vender tilbage i plenum.

Det er en god ide at give dem tid til at være sig selv i et lille stykke tid. Derfor er en af de opgaver de får efterfølgende at skrive tanker, ideer, følelser, erindringer ned på en blok.

Lydfortællingen fungerer som en igangsætter af en (følelsesmæssig, personlig og faglig) involvering af deltagerne. Dette engagement tager de følgende forslag til forløb udgangspunkt i.

Fokus er, at du skal understøtte den bevægelse som deltagerne er sat i, så de selv støttes i at tage sikkerheds-stafetten og at de samtidigt er åbne for at dele erfaringer og oplevelser.

### **Forløb 1. En halv time til rådighed.**

Hvis man vælger at benytte lydhistorien til at starte med, skal deltagerne være nærværende fra starten.

Med omkring en halv time til rådighed og ved afvikling af kurset i et mindre lokale anbefales det, at man efter det individuelle arbejde;

Lytning + 3 min. til at skrive/tænke over historien går direkte til den fælles samtale.

Herefter skal mødelederen starte med at spørge ind til deltagernes konkrete reaktioner:

Eksempler på spørgsmål:

*Kunne du/I se det der skete?*

*Fik du nogle billeder af situationen?*

*Oplevede du at være til stede i situationen?*

*Hvilke situationer virker stærkest hos dig/jer?*

*Har du/I oplevet noget lignende?*

*eller andre situationer, hvor du eller dine kollegaer, kunne være kommet galt afsted?*

*Hvad kom du ellers til at tænke på, da du hørte historien?*

Underviseren samler ganske kort op og trækker så engagementet ind i forløbets næste tema.

## **Forløb 2. Ved mere end en halv time til rådighed.**

Efter at have gennemgået **Forløb 1** anbefales det, at sætte deltagerne sammen tre og tre. De skal tale sammen i 10 min. om situationerne i lydfortællingen og/eller, det de finder vedkommende (uden krav om skriftlig eller mundtlig aflevering).

Til denne del kan man med fordel udlevere spørgsmål som grupperne tager afsæt i.

Derefter samling og fælles dialog.

## **Forløb 3. Ved en mere end time til rådighed.**

Efter at have gennemgået Forløb 1 organiseres deltagerne i grupper af tre (20-30 min.). Opgaven er nu at deltagerne skal kommunikere indbyrdes og udveksle refleksioner og holdninger enten med udgangspunkt i historien, egne oplevelser, holdninger eller i det som de finder vedkommende. (Den tid som grupperne holdes i gang, afhænger af intensiteten)

Plenum (30-60 min.) hvor deltagerne sidder så alle nogenlunde kan se hinanden. Nu gennem trævles detaljer i situationerne, temaer, dilemmaer og aspekter fra lydhistorien og holdninger m.m. brydes. Her kommer kursuslederen ind med de temaer og perspektiver som "skal" gennemgås.

Til sidst en runde hvor alle eller de fleste kort svarer på hvordan forløbet har været. Perspektivet er snarere end en evaluering at nye vedkommende temaer dukker op.

## **Introducerer lydværktøjet og forløbene for deltagerne**

Forslag til introduktion og afvikling af et forløb i fire etaper

**1. Beskriv kort hvad der kommer til at ske;** "Det I nu skal høre, er en dokumentarhistorie. Den handler om en ganske almindelig hverdagssituation indenfor arbejdet med truck. Historien hedder "Fra Import til eksport" og har en varighed på 8 minutter. Den er en opvarmning til en samtale om sikkerhed i virksomheden. Bemærk, at de personer som deltager i historien selv har oplevet og været tæt på begivenheden. I skal ikke finde fem fejl men blot lytte til historien.

"Jeg vil foreslå, hvis I er med på det, at I efter at have hørt historien ikke taler sammen men i tre til fem minutter skriver lidt ned om jeres oplevelse, tanker, ideer eller følelser efter, at I har hørt historien. Det skrevne er kun til jer selv."

"Når I er færdige sætter I jer sammen tre og tre. Her kan I diskutere ting fra lydhistorien og/eller, hvad I synes er vedkommende. Efter et stykke tid samles vi alle sammen igen. Er I med på det?"

**2. Instruktion + klargøring af afspilning.** Man kan med fordel lukke øjnene

**3. afspilning. (9min.) + 10 sek. stilhed efter lydhistorien er slut.**

**4. Efterord efter 10 sek. stilhed:**

**5. individuelt arbejde;** skriv nu nogle tanker, ideer følelser eller andet ned til dig selv i de næste 5 min. som lyden forsætter (5 min.)

**6. Grupper af tre.** Underviseren går rundt og understøtter dialogen og fornemmer vigtige temaer til senere diskussion i plenum!

**7. Plenum.** Start med at spørge en deltager om, hvilke situationer i historien som gjorde størst indtryk og, hvad han eller hun kom til at tænke på. Start med spørgsmål de kan svare på. Derefter inviteres de andre til at deltage og komme med indlæg f.eks. de grupper, som har haft centrale temaer oppe. Det er vigtigt, hvis de begynder at tale indbyrdes til hinanden, at du understøtter deres dialoger ved at trække dig selv lidt tilbage (derved inviterer du andre til at deltage uden, at de henvender sig til underviseren). Der er mange konstruktive perspektiver i, at de SELV sender sikkerhedsbolden rundt i forsamlingen.

De temaer eller lign. som kursuslederen mener skal debatteres i fælleskabet kan nu tages op og vinkles i forhold til lydhistorien

**8. Afrunding.** En afsluttende perspektivrig runde. Underviseren spørger ind til den enkeltes oplevelser af forløbet. "Hvordan har det været at deltage i dette forløb?" "Hvad fik I ud af det?" Det afføder nye vedkommende situationer som rejser diskussioner + at alle får sagt noget til fællesskabet.