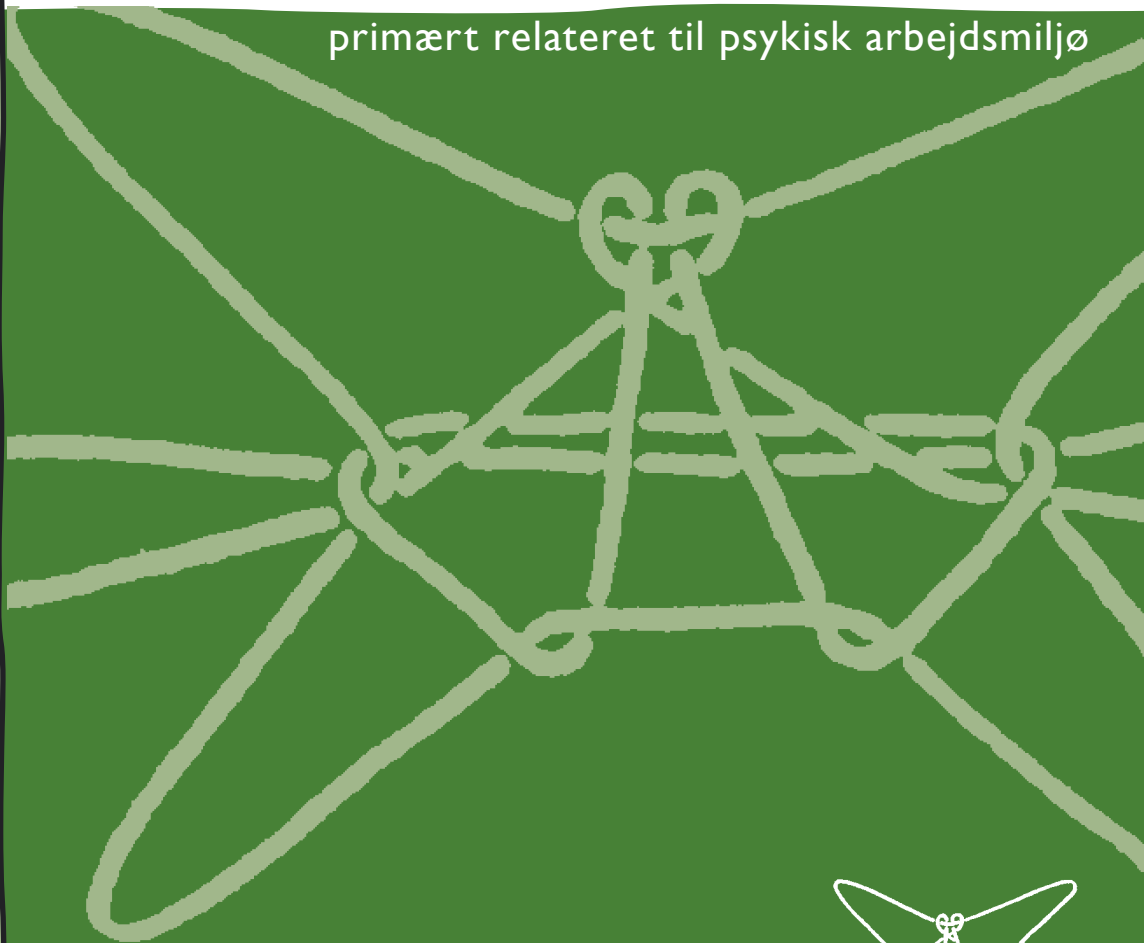


# ARBEJDSLIVSBEGREBER

primært relateret til psykisk arbejdsmiljø



## **Arbejds miljø terminologi**

*Primært relateret til psykisk arbejdsmiljø*

© Oqaasileriffik 2006

Lay-out: Tegnestuen Tita

Tryk: Athene Grafisk, Albertslund

ISBN: 87-990324-1-4

Oqaasileriffik/Sprogsekretariatet

Postboks 980

3900 Nuuk

Grønland

Tlf: +299 34 58 33

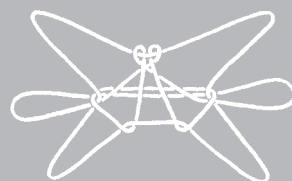
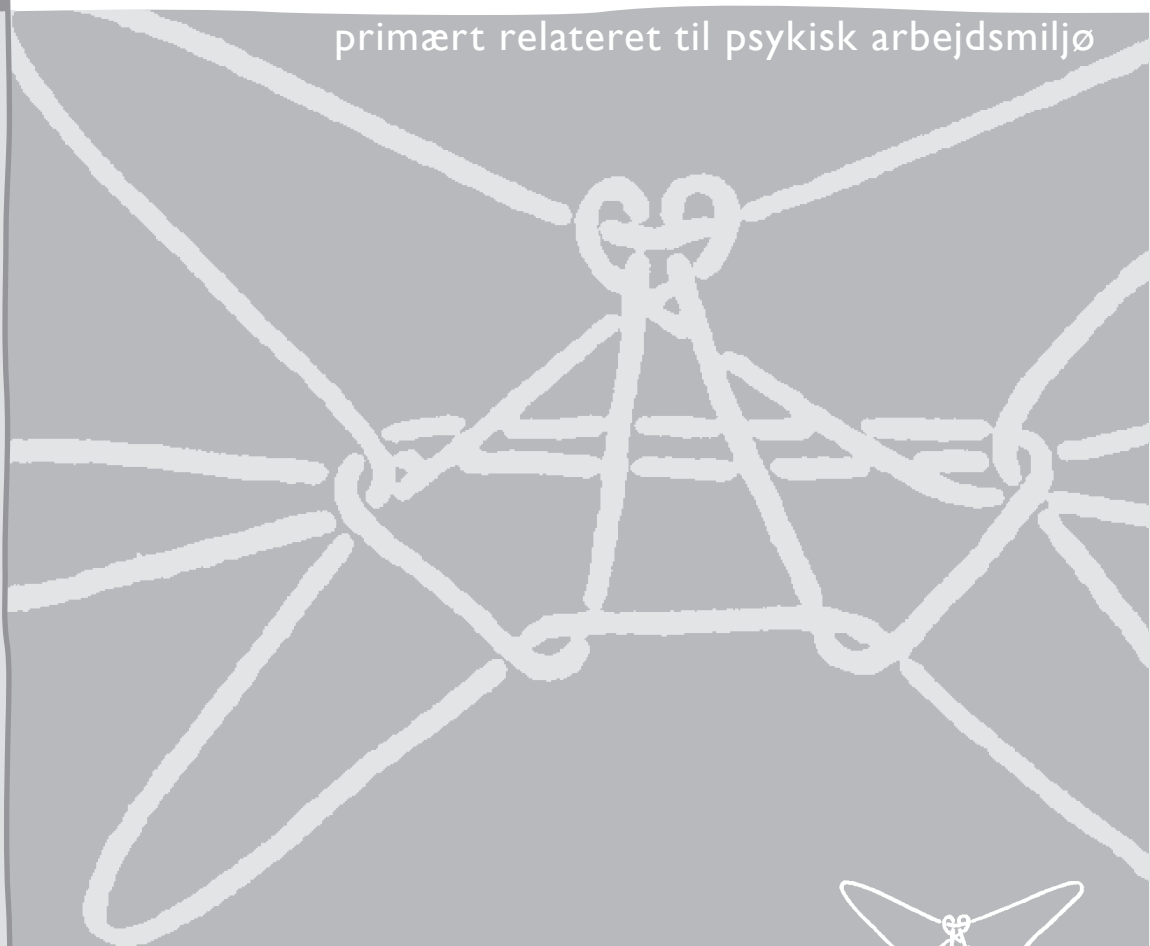
Fax: +299 32 73 42

E-mail: [oqaasileriffik@gh.gl](mailto:oqaasileriffik@gh.gl)

Hjemmeside: [www.oqaasileriffik.gl](http://www.oqaasileriffik.gl)

# ARBEJDSLIVSBEGREBER

primært relateret til psykisk arbejdsmiljø



## Forord

Efter en henvendelse fra Arbejdsmiljørådet ved for-  
kvinde Ulla Lyng og Arbejdstilsynet ved kreds-  
chef Arnaq Grønvold i 2001 besluttede Oqaasiliortut/  
Grønlands Sprognævn at lade Oqaasileriffik indgå  
i arbejdet med at udarbejde en moderne grønlandsk  
**Terminologiliste over arbejdsmiljøbegreber - med  
særlig fokus på det psykiske arbejdsmiljø.**

På Arbejdsmiljørådets foranledning blev der bevilget  
midler fra:

- Arbejdsmiljørådet kr. 95.000
- NunaFonden kr. 50.000
- SIK's Oplysnings- og Uddannelsesfond kr. 15.000

Cand. mag. Bolatta Vahl og BA Lisathe Møller Kru-  
se står for redaktionen af udgivelsen. Disse kortlag-  
de på basis af de tilgængelige fagtekster (f.eks. lov-  
tekster på området) de eksisterende grønlandske og  
danske betegnelser og udvidede derefter arbejdet  
med metoder og teknikker, der er alment anerkendte  
blandt terminologer internationalt.

**Terminologiliste over arbejdsmiljøbegreber - med  
særlig fokus på det psykiske arbejdsmiljø** er be-  
regnet til brug på alle arbejdspladser. Den har til  
formål at fremme anvendelsen af og udbredelsen af  
mere ensartede termer om arbejdsmiljø. Tidligere  
blev flere forskellige betegnelser anvendt for samme  
emne og uden en klar definition af, hvad det anvend-  
te ord indebar af tekniske, juridiske mv. konsekven-  
ser. F. eks. har den danske term overbelastning været  
modsvaret af såvel *artukkiineq*, *sualuppallaamik ar-*  
*torsartitsineq* som af *ilungersuatitsivallaarneq*.

En sådan anvendelse af flere forskellige betegnelser i  
stedet for én og kun én teknisk term vil altid resultere  
i misforståelser og fejl, der i uheldige tilfælde kan  
være både kostbare og farlige. Det er for at begrænse  
denne fare, terminologilisten er udarbejdet. Termerne  
og deres definitioner er godkendt af Oqaasiliortut/  
Grønlands Sprognævn. Det bør i øvrigt også bemær-  
kes, at nærværende arbejde er en direkte implemen-  
terer af en af rekommandationerne i den sprogpolti-  
ske redegørelse, nemlig erklæringen om, at der skal  
udvikles moderne terminologier på grønlandsk.

**Terminologiliste over arbejdsmiljøbegreber - med  
særlig fokus på det psykiske arbejdsmiljø** sætter  
samtidig en milepæl i den grønlandske sproghisto-  
rie. Det er nemlig første gang nogen sinde på grøn-  
landsk, at en terminologi er udviklet strengt meto-  
disk og under iagttagelse af terminologiens nyeste  
principper f.eks. at term og definition er strikt ad-  
skilt og cirkeldefinitioner således konsekvent undgå-  
et. Man må forvente at den kommer til at danne skole  
for de mange fremtidige terminologier, det grønland-  
ske samfund har så hårdt brug for.

Et væsentligt særkende for den anvendte metode er  
den udstrakte brug af eksperter, de såkaldte term-  
grupper. Termgrupperne er personer med praktisk  
indsigt i emnets forskellige fagområder, psykologer,  
sikkerhedsrepræsentanter, brandfolk, instruktører på  
sikkerhedskurser, lærere i brancheskoler o.lign. Vi  
skylder i den forbindelse tak til følgende eksperter  
for deres medvirken: Niisi Frederiksen fra Nuummi  
Qatserisartut; Peter Olsen, KANUKOKA; Pavia Jen-  
sen lærer ved Jern og Metalskolen i Nuuk, BA Inge  
Sieding, Nuuk, mag. art., Ph.D. Eva Jørgensen; cand.  
pæd. psyk. Ruth Blytmann Nielsen; cand. psych.:  
Inuk Bourup-Nielsen.

Carl Chr. Olsen  
Oqaasileriffik/Sprogsekretariatet

# A

## adfærd

den måde en person handler på, eller opfører sig på  
*pissusilersorneq*

## adfærdsforstyrrelser

en persons handlinger eller opførsel, som afviger fra hvad der kan forventes eller er acceptabelt, for den pågældende alder, eller det pågældende samfund  
*pissusissamisuunngitsumik pissusilersorneq*

## adfærdsmæssige reaktioner

ændringer i den måde en person handler eller opfører sig på, fremkaldt eller forårsaget af nogle bestemte ting eller forhold som man er blevet påvirket af  
*pissusilersuutikkut qisuariaat*

## adfærdsmæssige symptomer

kendetegn på at personen har en lidelse, eller har været udsat for nogle påvirkninger, hvor kendetegnene giver sig udtryk i handlinger eller adfærd, der afviger fra hvad der kan forventes eller er acceptabelt, for den pågældende alder, eller det pågældende samfund. Disse kan evt. antage sygelig karakter  
*pissusilersuutitigut malunniut*

## adrenalin

et hormon der udskilles fra binyremarven når personen oplever stress  
*adrenalini*

## afmagt

følelse af at være opgivende eller mangel på kraft eller kræfter  
*nukillalaarneq*

## alenearbejde

1) arbejde helt uden kontakt med andre mennesker, fx overvågning på kraftværk, fisker

2) arbejde for en arbejdsgiver, hvor man er sat til at udføre en måske belastende eller farlig opgave, uden mulighed for hjælp eller støtte fra andre, fx bygningshåndværker, hjemmesygeplejerske  
*kisimiilluni sulineq*

## anerkendelse

1) påskønnelse, ros for en indsats

2) indrømmelse  
*nersorinninneq*

## ansvar

1) forpligtelse, byrde, skyld

2) at have fået tildelt en forpligtelse til at stå inde for at en opgave udføres eller et mål bliver nået  
*akisussaaffik*

## ansvarsfordeling

1) beskrivelse af, eller oversigt over, hvilke personer der har hvilke forpligtelser i virksomheden

2) beskrivelse af hvilke del-opgaver der påhviler hver enkelt person i bestræbelserne for at nå det ønskede mål

*akisussaaffimmik agguaassineq*

## arbejdstilfredshed

*tilfredshed*

behagelig eller positiv følelsesmæssig tilstand, som er resultatet af (den samlede) vurdering man foretager i forhold til sit arbejde

*suliamik iluarisimaarinninneq*

## arbejdets indhold

1) arbejdets art i form af opgaver der skal løses

2) arbejdets mening, arbejdets betydning

3) de egenskaber ved arbejdet (dvs. jobindholdet) som har betydning for personens tilfredsstillelse af vigtige menneskelige behov, eller betydning for personens helbred

*suliap imarisaa*

## arbejdets sværhedsgrad

beskrivelse af hvor vanskelig en arbejdsopgave er at udføre, i forhold til opfattelsen hos gennemsnittet i befolkningen, fx om udførelsen af opgaven kræver forudgående uddannelse eller oplæring

*suliap nalunassusia*

## arbejdets tilrettelæggelse

*arbejdstilrettelæggelse*

1) måden hvorpå arbejdet planlægges, organiseres, beskrives

2) den del af arbejdet der omhandler overvejelser om fremgangsmåde, planlægning af forløb og rækkefølge af delopgaver. Ofte brugt når andre, ofte arbejdsgiveren, udfører arbejdstilrettelæggelsen end den/de der skal gennemføre den egentlige opgaveudførelse  
*suliap piareersarnera; suliassap piareersarnera*

## arbejdets udførelse

den del af arbejdet/opgave gennemførelsen der følger efter arbejdstilrettelæggelsen  
*suliap ingerlannera*

## arbejds- og organisationspsykologi

*arbejdspsykologi*

en gren/retning inden for psykologien der beskæftiger sig med de forhold mennesker er underkastet når de går på arbejde

*sullivinni tarnip pissusiinik ilisimasat*

## arbejdsbetinget lidelse

sygdom, symptom eller manglende funktionsevne, opstået efter længere tids påvirkning fra forhold i arbejdet

*suliamik patsiseqartunik ajoquteqalersimaneq*

## arbejdsglæde

1) følelse af at arbejdet fremkalder en tilfredshed

2) en tilstand, hvor et bestemt arbejde opfylder behov der er vigtige for denne person

*suliamik nuannarinninneq*

## arbejds klima

den tilstand, der hersker på en arbejdsplads, af glæde, begejstring, kammeratskab, samhørighed ("godt arbejdsklima") eller af frygt, vrede, konflikt, chikane ("dårligt arbejdsklima")

*suleqatigiinnermi pissutsit*

## arbejds miljø

1) oplevelsen hos en person, og som karakteriserer den samlede mængde af forhold, der påvirker personen, eller som denne er underkastet på sin arbejdsplads

2) den samlede oplevelse hos samtlige personer på arbejdspladsen

3) en beskuende ("objektiv") vurdering af nogle enkelte, eller af mange forhold eller betingelser på arbejdspladsen

*sullivinni pissutsit*

## arbejds miljøfaktor

et enkelt forhold, betingelse eller egenskab blandt mange, der tilsammen beskriver arbejdsmiljøet, fx "fysiske arbejdsmiljøfaktorer" som kulde, støj, tempo, eller "psykiske/psykosociale arbejdsmiljøfaktorer" som selvstændighed, læringsmulighed, indflydelse, stress, alenearbejde, rollekonflikter  
*sullivinni pissutsinut pissutaasut*

## arbejds motivation

1) den afgørende, bestemmende kraft der får en person til at udføre en arbejdsopgave

2) behov som tilfreds stilles gennem arbejdet  
*sulerusussuseq*

## arbejdsorganisatoriske foranstaltninger

de enkelte tiltag der iværksættes for at opnå en ændring eller udvikling i arbejdsorganiseringen eller i arbejdstilrettelæggelsen, fx omstrukturering, skiftarbejde, teambuilding

*suliffeqarfiup aaqqissuunnerata piareersarnera*

## arbejdsorganisering

den samlede mængde af overvejelser, foranstaltninger, initiativer der tilsammen danner en virksomhed/arbejdsplads, herunder dens ledelsesformer, samarbejdsform, indretning, opdeling i afdelinger, arbejdstilrettelæggelse, arbejdsudførelse

*suliffeqarfiup aaqqissuunnera*

## arbejdspsykologi

*arbejds- og organisationspsykologi*

en gren/retning inden for psykologien der beskæftiger sig med de forhold mennesker er underkastet når de går på arbejde

*sullivinni tarnip pissusiinik ilisimasat*

## arbejds skader

fællesbetegnelse for erhvervs sygdomme og arbejdsulykker

*sulinermi ajoquserneq*

## arbejds tempo

hastigheden, i bevægelser eller tankevirksomhed, hvormed de enkelte arbejdsopgaver udføres, anvendes ofte ved mange, gentagne delopgaver, eller hvor delopgaver består af hurtige bevægelser

*sulinermi sukkassuseq*

## arbejdstid

1) den del af døgnets timer der anvendes til arbejde

2) de klokkeslæt, mellem hvilke man forventes at være til stede på arbejdspladsen  
*piffissaq suliffiusoq*

## arbejdstilfredshed

*tilfredshed*

behagelig eller positiv følelsesmæssig tilstand, som er resultatet af (den samlede) vurdering man foretager i forhold til sit arbejde  
*suliamik naammagisimaarinninneq;  
naammagisimaarinninneq*

## arbejdstilrettelæggelse

*arbejdets tilrettelæggelse*

1) måden hvorpå arbejdet planlægges, organiseres, beskrives

2) den del af arbejdet der omhandler overvejelser om fremgangsmåde, planlægning af forløb og rækkefølge af delopgaver. Ofte brugt når andre, ofte arbejdsgiveren, udfører arbejdstilrettelæggelsen end den/de der skal gennemføre den egentlige opgaveudførelse  
*suliassap piareersarnera; suliap piareersarnera*

## arbejdsulykke

pludselig begivenhed, eller påvirkning af kort varighed, der medfører skade, fysisk eller psykisk, på en person mens denne udfører sit arbejde, eller er til stede på sin arbejdsplads  
*sullilluni ajutoorneq*

## B

### bagvaske

omtale en fraværende på en krænkende eller løgnagtig måde med den hensigt at skade dennes omdømme eller stille denne i et dårligt lys hos andre  
*mamarliineq*

### belastende arbejdsforhold

egenskaber ved arbejdet og/eller samarbejdet der slider på krop eller sjæl, eller som skader helbredet  
*sullivimmi pissutsit artukkiisut*

### belastningsreaktion, kronisk

resultatet af belastende arbejdsforhold, i form af symptomer, sygdom, følelsesudbrud, ændringer i adfærd, som er blevet meget langvarig eller permanent  
*artukkiissutip ersiutaa  
qaangerneqarsinnaanngitsoq*

### belastningsreaktioner

resultatet af belastende arbejdsforhold, i form af symptomer, sygdom, følelsesudbrud, ændringer i adfærd, hos den arbejdende person  
*artukkigaanermi qisuariaatit kinguneri*

## C

### chikane

systematisk drilleri, latterliggørelse, nedgørelse, krænkende tiltale  
*nakkarsaaneq*

### chokerende begivenheder

kraftige psykiske påvirkninger eller oplevelser i arbejdet, der evt. kan medføre egentligt ”psykisk chok”. Fx arbejdsmæssigt at modtage trusler, være vidne til vold, ulykker, selvmord  
*annilaarnartorujussuarmik pisoqariataarnera*

### coaching

1) vejledning, træning (ofte brugt om fysisk træning af sportsudøvere)

2) en trænings/vejledningsmetode i samtaleform hvor man ”giver hjælp til selvhjælp”, hjælper andre til at lære, ved at stille spørgsmål til deres egne erfaringer og forestillinger i stedet for at give dem løsninger  
*coaching*

### coping

at klare, eller forsøge at klare eller ”mestre” stress og belastninger  
*attassineq*

## D

### dialog

1) samtale mellem ligeværdige parter

2) samtale hvor gensidig lytten og dybtgående forståelse af samtalepartneren er af afgørende betydning  
*illugiilluni oqaloqatigiinneq*

## E

### ekstern rådgivning

psykologisk eller organisatorisk bistand til en virksomhed eller afdeling fra fx en konsulent der ikke er ansat i virksomheden  
*avataaniit siunnersuineq*

### ensidige arbejdsopgaver

1) opgaver der er ensformige, eller kun indeholder få af de forhold i arbejdslivet der kan virke motiverende eller skabe arbejdsglæde

2) arbejdsopgaver der er belastende for en bestemt del af kroppen eller psyken (se også: monotoni)  
*suliassat assigiiaat*

### ensidigt, gentaget arbejde (EGA)

arbejde hvor det er nødvendigt, til stadighed over en længere periode, at gentage den samme del-opgave eller ”arbejds-cyklus” som kan være kortvarig, helt ned til sekunder (”samlebåndsarbejde”), og/eller indeholder hyppig gentagelse af del-opgaver der belaster en speciel del af kroppen  
*suliaq assigiiaartoq*

### erhvervssygdom

1) fysisk eller psykisk lidelse, symptom eller manglende funktionsevne, opstået efter længere tids påvirkning fra forhold i arbejdet

2) visse arbejdsbetingede lidelser, som er officielt anerkendt som erstatningsberettigede  
*sulinermit ajoquserneq*

## F

### faglig støtte

mulighed for at få hjælp i sit arbejde fra en person med samme uddannelse eller faglige erfaringer/baggrund, eller leder, til de forhold i opgaveløsningen der kan give anledning til tvivl eller usikkerhed, fx ved at der sættes tid af til at to personer taler sammen om disse forhold  
*suliamut tunngatillugu ikorfartorneqarneq*

### faglig udvikling

at en person gennem sit arbejde, eller gennem efteruddannelse uden for arbejdsstedet, opnår erfaring, erkendelse, dygtighed inden for sit fag eller uddannelsesområde  
*suliamut tunngatillugu ineriartorneq*

### feedback

tilbagemelding, en person modtager mundtlig eller skriftlig beskrivelse fra en anden person, fx leder eller kollega, hvordan denne oplever at et stykke arbejde eller en opgave er blevet udført, i værdi-neutral form, eller kan evt. indeholde både ros og ris  
*qisuariarfiginnineq*

### fleksibel arbejdstid

*flextid*

dagens mødetidspunkt og sluttidspunkt kan vælges frit af den enkelte medarbejder, evt. inden for visse tidsintervaller (fx start mellem 7 og 9, slut mellem 15 og 17), dvs. modsætning til fast arbejdstid, hvor mødetid og afslutning ligger på faste klokkeslæt, fx 8-16  
*allanngartumik piffissalimmik sulineq*

### flextid

*fleksibel arbejdstid*

dagens mødetidspunkt og sluttidspunkt kan vælges frit af den enkelte medarbejder, evt. inden for visse tidsintervaller (fx start mellem 7 og 9, slut mellem 15 og 17), dvs. modsætning til fast arbejdstid, hvor mødetid og afslutning ligger på faste klokkeslæt, fx 8-16  
*allanngartumik piffissalimmik sulineq*

### følelse af håbløshed

opgivende, manglende tro på fremtiden, vanskelighed med at klare sit arbejde eller dagligdagen  
*neriuutaaruteqqaneq*

### følelsesmæssig tilbagetrækning

psykisk reaktion hvor man undlader emotionelle udtryk, og undgår at kontakte andre mennesker, ”lukker sig inde i sig selv”  
*misigissutsitigut tunuarsimaarneq*

### følelsesmæssig udmattelse

1) en form for kraftig træthed efter at have gennemlevet mange eller stærke følelser

2) en speciel tilstand, forårsaget af vedvarende, tæt kontakt med andre mennesker, hvor man er træt og udkørt  
*misigissutsitigut nukillalaarneq*

### følelsesmæssige reaktioner

udtryksformer, hvor man opfører sig (reagerer) følelsesmæssigt på påvirkninger udefra, fx i form af emotionelle udtryk som vrede, sorg, glæde  
*misigissutsitigut qisuariaatit*



### **følelsesmæssige symptomer**

kendetegn på at man har været udsat for påvirkninger der har skadet de ”naturlige” emotionelle reaktioner

*misigissutsitigut malunniutit*

### **følelsesmæssige udbrud**

emotionelle udtryk, fx vrede, sorg, glæde der er så tydelige at de kan registreres af omgivelserne

*misigissutsit aninneqartut*

### **forandringsparathed**

at være i stand til og villig til at tilpasse sig ændringer på arbejdspladsen, fx ændringer af målsætninger eller af arbejdsopgaver (ofte forårsaget af organisationsændringer, fusioner, ledelsesskift, mm)

*allannguutaasinnaasunut piareersimaneq*

### **forandringspres**

forventninger om (evt. krav, trusler, forestillinger om) at der sker, eller snart vil ske ændringer på arbejdspladsen, fx omlægning af arbejdsgange, organisatoriske ændringer, nye måder at arbejde på

*allannguisariaqarneq*

### **forandringsproces**

1) ændringer i en virksomhed, i form af omlægning af arbejdsgange, organisatoriske ændringer, nye måder at arbejde på, fx forårsaget af virksomheds-sammenlægninger, lederskifte, mm

2) den måde hvorpå ændringer i en virksomhed forløber og styres (når der sker omlægning af arbejdsgange, organisatoriske ændringer, nye måder at arbejde på)

*allanngoriartorneq*

### **fravær**

1) en persons manglende fremmøde på arbejdspladsen

2) summen af udeblivelsesdage på grund af sygdom, graviditet, barselsorlov, orlov og anden bevilget fritagelse fra arbejdet, regnet for en person eller for hele arbejdspladsen

*sulinngitsoorneq*

### **frigørelsesteknik**

metoder til at gøre sig fri fra andre personer der, med vold, forsøger at holde fast på en, fx for personale i fængsler, hospitaler

*qajannaarneqarsimatilluni periarnissamut periaaseq*

### **funktionsbeskrivelse**

en optegnelse, oftest skriftlig, af arbejdsområder, ansvar, beføjelser mm der hører til en titel, arbejdsområde eller placering i virksomheden

*suliassarititaasut nalunaarsorneri*

### **fysisk udmattelse**

følelse af stærk træthed i kroppen

*timikkut nukillalaarneq*

### **fysisk vold**

overgreb (slag, spark, kast, mm) der er rettet mod kroppen

*timikkut nakuuserfigineqarneq*

### **fysiske symptomer**

tegn på sygdom, belastninger, nedsat funktionsevne på kroppen og dens funktioner, ofte brugt om kendetegn forårsaget af psykisk belastning eller påvirkning

*timikkut malunniutit*

## **G**

### **gensidig støtte**

to eller flere personer hjælper hinanden i vanskelige situationer, fx med faglig støtte

*kaammattoqatigiinneq*

## **H**

### **handlemulighed**

at man befinder sig i en position, hvor man er i stand til, har evne til eller har ret til at foretage en gerning eller aktion, eller evt. at kunne vælge mellem flere

*iliuuseqarsinnaaneq*

### **handleplan**

*handlingsplan*

en (gennemtænkt) beskrivelse, ofte skriftlig, af hvilke konkrete aktiviteter der skal sættes i værk i fremtiden, deres rækkefølge og hvem der skal udføre dem

*iliuusissanik pilersaarusiaq*

## handlingsplan

*handleplan*

en (gennemtænkt) beskrivelse, ofte skriftlig, af hvilke konkrete aktiviteter der skal sættes i værk i fremtiden, deres rækkefølge og hvem der skal udføre dem

*iliuusissanik pilersaarusiaq*

## harmløst drilleri

latterliggørelse der anses for at være uskadelig for modtageren

*qinngasaarineq ajoqutaanngitsoq*

## helbredsforringelse

forværring af den fysiske eller psykiske sundhed

*peqqissutsikkut ajorseriarneq*

## helbredsskade

varig forværring eller delvis ødelæggelse af den fysiske eller psykiske sundhed

*peqqissutsikkut ajoquserneq*

## højt arbejdstempo

arbejdsopgaverne eller de enkelte arbejdsfunktioner foregår med stor hastighed

*sukkasuumik sulineq*

## holddriftsarbejde

*skifteholdsarbejde, skiftearbejde*

en arbejdstilrettelæggelse hvor arbejdstidens placering i døgnnet, for den enkelte gruppe, veksler fra uge til uge, således at produktionen kan foregå uafbrudt i hele døgnnet

*suleqatigiit nikittaattut*

## I

## indflydelse

muligheden for at kunne påvirke, eller træffe beslutninger om forhold i arbejdet, dets tilrettelæggelse og måden det skal udføres på

*sunneeqataasinnaaneq*

## individuelle forskelle

afvigelser mellem enkeltpersoner, individer

*inuttut assigiinnissutsit*

## indretningsmæssig foranstaltning

et tiltag, iværksættelse, ordning der omhandler arbejdspladsens udformning (og dermed fx kan ændre på arbejdsgangen)

*inip aaqqissuunneratigut naleqqussaaneq*

## initiativløshed

mangel på virkelyst og gå-på-mod

*sorusussuseqannginneq*

## inspirerende arbejdsopgave

et stykke arbejde som i sig selv er lystbetonet, tankevækkende, udviklende eller har et positivt jobindhold

*suliassaq kajuminnartog*

## J

## jobberigelse

ændring af arbejdsindholdet så det kommer til at indeholde flere af de (positive) arbejdsmiljøfaktorer

*suliamik nalitunerulersitsineq*

## jobbeskrivelse

en optegnelse af arbejdsområder, ansvar, beføjelser, forventninger, mm der hører til en stillingsbetegnelse, arbejdsområde eller placering i virksomheden

*suliassap nassuiarnera*

## jobfunktion

stillingsbetegnelse eller placering i virksomheden

*suliaq*

## jobindhold

beskrivelse af i hvor stor udstrækning arbejdet rummer en række psykiske arbejdsmiljøfaktorer, såsom selvstændighed, indflydelse, meningsfyldthed, læringsmuligheder, social kontakt

*suliffiup suliassarititai*

## jobrotation

flere personer bytter arbejdsfunktion, fx efter et planlagt skema, der beskriver hvornår og hvor længe

*suliffiup iluani nikerarneq*

## jobskifte

personen får et nyt arbejde, en ny stilling eller en ny arbejdsfunktion

*allamik suliffeqalerneq*

## jobudvidelse

ændring af arbejdet så det kommer til at indeholde flere arbejdsfunktioner, evt. samtidig med en jobberigelse

*suliap annertusinera*

# K

## klare krav

tydeligt og forståeligt hvilke forventninger der stilles og hvad der forlanges (fra ledelsen) i det pågældende arbejde/job

*piumasaqaatit erseqqissut*

## klare mål

tydeligt og forståeligt hvad der konkret skal opnås, eller hvilke målsætninger der er opstillet, fra ledelsen eller i fællesskab

*anguniakkat erseqqissut*

## kommunikation

indhold i, eller måden hvorpå der udveksles oplysninger, informationer og/eller signaler mellem mennesker (kan ske skriftligt, mundtligt eller non-verbalt, dvs. uden ord men med kropssprog eller signaler)

*attaveqaqatigiinneq*

## kompetence

1) resultatet af en forudgående kvalificering, hvor man har opnået både kvalifikationer i form af viden og tillige færdigheder i at anvende denne viden, fx faglig kompetence

2) magt eller (formel) rettighed til at udføre en handling eller træffe en beslutning

*piginnaasaqarneq*

## kompetencefordeling

beskrivelse af hvem der har retten til at træffe hvilke beslutninger

*piginnaatitaaffiit agguataarneri*

## koncentrationsbesvær

vanskelighed med at rette sin fulde opmærksomhed mod en bestemt arbejdsopgave i længere tid ad gangen

*aallussisinnaannginneq*

## konflikt

konkurrerende eller modsatrettede forhold, betingelser, aktiviteter er til stede

*akerleriinneq*

## konflikt, åben

udbrud af uoverensstemmelser, skænderier, magtkampe på en arbejdsplads

*ersittumik akerleriinneq*

## konflikt, skjult

konkurrerende eller modsatrettede forhold, betingelser er til stede, men er ikke (endnu) blevet synlige for alle

*ersinngitsumik akerleriinneq*

## konfrontation

en person bliver åbenlyst forelagt bestemte oplysninger eller beslutninger

*takutitsineq*

## konfrontation

to, eller flere modparter stilles (fysisk) over for hinanden

*illuatungeriissitsineq*

## krænkende handling

adfærd, tiltag overfor en person der fornærmer, foretter eller støder denne

*innimiilliorneq*

## krav, for høje

1) udtryk for at der ikke er balance eller harmoni mellem jobbeskrivelse/jobindhold og personens psykiske og/eller faglige beredskab

2) de forventninger og/eller fordringer der stilles til personen i det pågældende job, fra lederen eller personen selv, er for store i forhold til evne, kunnen og færdigheder

*piumasaqaatit annertuallaat*

## krav, for lave

udtryk for at der ikke er balance eller harmoni mellem jobbeskrivelse/jobindhold og personens psykiske og/eller faglige beredskab, hvor ubalancen medfører at personen keder sig, bliver uopmærksom, mister lysten til arbejdet

*piumasaqaatit appasippallaat*

## krav, høje

1) jobbeskrivelse/jobindhold kræver stor træning, erfaring eller uddannelse

2) der stilles store forventninger eller fordringer fra lederen eller personen selv, til de resultater personen skal opnå i jobbet

*piumasaqaatit annertuut*

## **krav, lave**

1) jobbeskrivelse/jobindhold kræver ringe træning, erfaring eller uddannelse

2) der stilles kun små forventninger eller fordringer til de resultater personen skal opnå i jobbet  
*piumasaqaatit appasissut*

## **krav, modstridende**

1) når en medarbejder oplever forskellige, ofte uforenelige, forventninger, ønsker, forlangender til opgaveløsningen (fx på grund af uklare mål, manglende entydighed i ledelsesforholdene)

2) når egne ønsker og forventninger til indholdet i arbejdet, eller den måde det skal udføres på, er forskellige fra ledelsens  
*piumasaqaatit imminnut assortuuttut*

## **krav, psykologiske**

de forlangender, forventninger, forudsætninger af mental art, der stilles i forbindelse med at skulle løse en opgave, fx tålmodighed, udholdenhed, omstillingsevne  
*tarnikkut piumasaqaatit*

## **krishjælp**

psykologisk bistand til at klare/bearbejde vanskelig, ulykkelig eller voldsom hændelse, fx død, skilsmisse, fyring, ulykke  
*nalaatsinerlussimasunut ikiueqqaarneq*

## **krishjælp, akut**

bistand der gives til en person umiddelbart efter en voldsom hændelse, fra en psykolog eller anden person ("psykologisk førstehjælp")  
*nalaatsinerlussimasunut pinasuartumik ikiueqqaarneq*

## **kriseterapi**

længerevarende systematisk indsats fra en psykolog/psykoterapeut til at bearbejde vanskelige, ulykkelige eller voldsomme hændelser, fx død, skilsmisse, fyring, ulykke  
*nalaatsinerlussimasunut katsorsaaneq*

## **kronisk belastningsreaktion**

belastningsreaktion der er blevet meget langvarig eller permanent (dvs. som ikke ophører igen)  
*artukkerneqarnermit ataavartumik sunnerneqarneq*

## **kvalifikation**

baggrund, forudsætning, evne til at udføre et stykke arbejde eller besidde et job  
*piukkunnassuseq*

## **L**

### **ledelsesmæssig opbakning**

ledelsen forsvarer, eller giver støtte, ros, anerkendelse til en beslutning, handling eller opgavegennemførelse  
*qullersanit tapersersorneqarneq*

### **lederudviklingssamtale (LUS)**

et planlagt og regelmæssigt tilbagevendende møde, fx årligt mellem en leder og dennes overordnede, hvor man taler sammen med det formål at sikre en systematisk og velforberedt selvevaluering og evaluering af lederen, med henblik på at opstille udviklingsmål og -planer for denne, og hvor mødet foregår efter på forhånd aftalte retningslinier (mht. hvad der skal tales om, hvordan der skrives referat mm)  
*aqutsisut ineriartornissaat anguniarlugu oqaloqatiginninneq*

## **M**

### **magtesløs**

ude af stand til at sætte sin vilje igennem på grund af manglende (formel) kompetence  
*iliuuseqarsinnaannginneq*

### **magtesløshed**

følelse af at være opgivende, afmagt, ude af stand til overhovedet at se nogen handlemuligheder eller problemløsningsmuligheder  
*soriarsinnaannginneq*

### **manglende tillid**

1) der er ikke (længere) tilstrækkelig tiltro, fortrolighed til en person eller mellem personer, som regel udtryk for gensidighed

2) [speciel betydning] fagretligt begreb der optræder ved advarsler, afskedigelser (ensidig vurdering af forholdet)  
*tatiginninnginneq*

### **medarbejderindflydelse**

de ansattes mulighed for at kunne påvirke, eller træffe beslutninger om forhold i arbejdet, dets tilrettelæggelse, og måden det skal udføres på  
*sulisut sunniuteqqaataanerat*

### **medarbejdersamtale**

et formelt møde mellem en ansat og dennes leder, hvor man taler sammen om medarbejderens arbejdsindsats  
*sulisumik oqaloqatiginninneq*

### **medarbejdertilfredshed**

personalet oplever eller giver udtryk for glæde, positive tilkendegivelser over en bestemt beslutning eller handling, fx fra ledelsen  
*suleqataasut naammagisimaarinninnerat*

### **medarbejderudvikling**

1) forøgelse eller berigelse af personalets viden (kvalifikationer, forståelse), kunnen (kompetencer, færdigheder) eller vilje (parathed, motivation)

2) initiativ, iværksættelse, proces på en arbejdsplads der retter sig mod at opnå en forøgelse eller berigelse af personalets viden, kunnen eller vilje  
*sulisunik ineriartortitsineq*

### **medarbejderudviklingsamtale (MUS)**

et planlagt og regelmæssigt tilbagevendende møde (fx årligt) mellem en ansat og dennes leder, hvor man taler sammen med det formål at sikre en systematisk og velforberedt selvevaluering og evaluering af den enkelte medarbejder, med henblik på at opstille udviklingsmål og -planer for medarbejderen, og hvor mødet foregår efter på forhånd aftalte retningslinier (mht. hvad der skal tales om, hvordan der skrives referat, mm)  
*sulisut ineriartornissaat siunertaralugu oqaloqatiginninneq*

### **medbestemmelse**

den formelle ret for de ansatte til at øve indflydelse eller træffe beslutninger (sammen med arbejdsgiveren) på nærmere beskrevne områder, som er fastsat i en overenskomst eller samarbejdsaftale  
*aalajangeeqataasinnaaneq*

### **medindflydelse**

de ansattes mulighed for at kunne påvirke, eller træffe beslutninger om forhold i arbejdet, dets tilrettelæggelse, og måden det skal udføres på  
*sunneeqataaneq*

### **meningsfuld**

som giver betydning, tilfredsstillelse  
*tangilik*

### **meningsfuld beskæftigelse**

et arbejde med et stort jobindhold  
*tangilimmik suliaqarneq*

### **meningsløshed**

tilstand hvor man ikke kan finde sig til rette med sin tilværelse, fx fordi arbejdet har et ringe jobindhold  
*isumaqanngissuseq*

### **menneskerelateret arbejde**

et job hvor man arbejder sammen med andre mennesker  
*inunnik suleqateqarfiusoq*

### **menneskerelateret arbejde**

selve arbejdsopgaven består primært i indsats overfor mennesker, fx lærer, sygeplejerske  
*inunnik sullissineq; inulerineq*

### **mentalt helbred**

*psykisk helbred*

1) den (varige) sindsmæssige tilstand man befinder sig i

2) beskrivelse af om man har pådraget sig skader på sindet  
*tarnikkut peqqissuseq*

### **mistillid**

mistro, mangel på tiltro  
*tatiginninnginneq*

### **mistillidserklæring**

skriftligt eller mundtligt udsagn der udtrykker at man ikke kan regne med eller stole på en person  
*tatiginninnginnermik nalunaaruteqarneq*

## mobning

gentagne, negative handlinge, fx slag, trusler, øgenavne, udelukkelse fra fællesskabet, ondsindet sladder, med det, mere eller mindre bevidste, formål at skade eller nedgøre en person  
*malersuineq; pimmatiginninneq*

## monotoni

ensformigt, sløvende arbejde, ofte med hyppigt gentagne operationer eller bevægelser (se også: ensidigt, gentaget arbejde)  
*assigiiaamik periaaseqarneq*

## motivation

1) den bevæggrund, drivkraft der ligger bag et menneskes opførsel eller handlinger, eller som giver en bestemt opførsel mening

2) ledelsesindsats med den hensigt at styrke medarbejderens bevæggrund til at arbejde hen mod de fælles mål  
*kajumissuseq*

## muskelspænding

permanent sammentrækning af muskel/muskelgruppe, som kan medføre smerter, ofte forårsaget af psykiske forhold, fx angst, stress, chok  
*nukiit sukannerat*

## N

### natarbejde

et job der udføres i nattetimerne, ofte regnet som timerne mellem kl. 22 og 06  
*unnuarsiorneq*

### natskift

tredje vagtskifte fx fra kl. 22 til 06  
*unnuarsiornermi taarsiineq*

### nedsættende omtale

at nævne begivenheder eller forhold om en anden person der forringer dennes omdømme, værdighed eller tiltro til personens evner eller kunnen  
*nikassaaneq*

### nedstemthed

psykisk tilstand hvor man er mismodig, trist, indelukket  
*nikallunganeq*

## O

### omrokering

flytning eller bytning af arbejdssted evt. af arbejdsopgaver mellem personer; flytning/bytning af lokaler, maskiner  
*sulianik nikisiterineq*

### omsorg

1) at vise forståelse, hensynsfuldhed, trøst, fx til en person i sorg

2) at give hjælp, pleje, beskyttelse, varetægt, vejledning, fx til en social klient  
*isumassuineq*

### omstillingsevne

at være i stand til at tilpasse sig forandringer på arbejdspladsen som medfører ændringer af målsætninger eller af arbejdsopgaver, ofte forårsaget af organisationsændringer, fusioner, ledesskift, mm  
*naleqqussarsinnaususeqarneq*

### omstillingsproces

det tidsmæssige og indholdsmæssige forløb, hvor der sker ændringer på arbejdspladsen, i arbejdsstedets indretning, arbejdets tilrettelæggelse, ændringer i målsætninger eller i ledelsesforhold  
*naleqqussariartorneq*

### omstrukturering

ændringer i organisationens opbygning, dvs. den måde de ledelsesmæssige forhold er indrettet, eller hvordan arbejdspladsen er opdelt i arbejdsområder, afdelinger, sektorer  
*nutaamik aaqqissuussineq*

### opbakning

1) støtte, bifald, fx til en beslutning

2) ros, anerkendelse, give åbenlyst udtryk for enighed, fx til en udført handling  
*inuttut tapersorsorneqarneq*

### opgaveløsning

1) den indsats der skal udføres for at gennemføre et givet stykke arbejde

2) den fremgangsmåde/metode der kan eller bør anvendes for at udføre et givet stykke arbejde  
*suliassanik naammassisaqarneq*

## **opkvalificere**

uddanne eller oplære en person til at kunne udføre andre eller mere komplicerede opgaver

*qaffassaaneq*

## **opmærksomhed**

at vise interesse, omhu, omtanke, optagethed, betænksomhed, hensyn, fx ”ledelsen viste opmærksomhed over for personalet; han rettede sin fulde opmærksomhed mod arbejdsopgaven”

*soqutiginninneq*

## **opsplittet opgave**

arbejdet består af en række delopgaver der er usammenhængende, eller tidsmæssigt adskilt

*suliassaq agguluttoq*

## **organisationsudvikling**

1) en ændring i arbejdspladsens funktioner, processer og strukturer, således at den kommer til at fungere bedre

2) en proces hvor ledelse og medarbejdere gennemgår (personlig og/eller faglig) læring, erkendelse, nyskabelse, der beriger den samlede virksomhed/ arbejdsplads

*sullivimmi aqqissuussinerup  
ineriartortinnera*

## **overbelastning**

udsættelse for større krav eller arbejdsbyrde end man er i stand til at klare

*artukkiineq*

# **P**

## **parathed**

psykisk tilstand eller opnåelse heraf, hvor man, fx gennem forberedelse, er indstillet på, rede til at udføre en opgave eller træffe en beslutning

*piareersimaneq*

## **patientkontakt**

de arbejdsopgaver eller den del af arbejdstiden, fx for en læge, sygeplejerske, hvor man taler med eller er i lokale med dem man behandler

*napparsimasumut attaveqarneq*

## **personaleforhold**

de betingelser medarbejderne er underkastet på en arbejdsplads, ofte brugt om velfærdsforanstaltninger, lokalernes udformning, særlige goder eller fordele ud over lønnen: fx ”overenskomsten omfatter alle løn- og personaleforhold”

*sulisunut atugarititaasut*

## **personalegennemtræk**

arbejdspladsen er præget af stor udskiftning i medarbejderstaben, fx ved at de ansatte siger op efter kort tids ansættelse

*sulisut taarseraappallaartut*

## **personalepolitik**

1) den måde hvorpå ledelsen forholder sig til eller behandler de ansatte

2) den samlede mængde af skriftlige og mundtlige retningslinier, aftaler, hensigtserklæringer, kutymere på en arbejdsplads (kan indeholde aftaler om løn- og personaleforhold, retningslinier for hvordan ledelsen skal udøves, ryge- og alkoholpolitik, arbejdsmiljøregler, osv)

*sulisoqarnermut politikki*

## **personalepolitiske tiltag**

initiativer, foranstaltninger, ændringer vedrørende den måde hvorpå ledelsen forholder sig til eller behandler de ansatte

*sulisoqarnermut politikkiimi suliniutit*

## **personbårne alarmsystemer**

arrangement hvor den enkelte medarbejder bærer en lille radiosender, således at man, ved tryk på en knap, kan tilkalde hjælp fra andre, fx brugt af personale der omgås voldelige patienter eller fængselsindsatte

*kalerrisaarutit inummit nassartarissat*

## **personlig udvikling**

forøgelse eller berigelse af erkendelse, viden, kompetencer, motivation

*inuttut ineriartorneq*

## **planlægning**

den del af en arbejdsopgave eller af en produktion, der går forud for selve udførelsen, og hvor man tager stilling til hvordan den skal udføres, hvilken metode der skal anvendes, hvor mange der skal deltage, osv

*pilersaarusiorneq*



## Post Traumatic Stress Disorder-PTSD

*posttraumatisk belastningsreaktion*

en psykisk sygdom som kan optræde efter voldsomme hændelser, chokerende begivenheder eller livstruende oplevelser

*sakkortuumik nalaataqarsimanerup*

*kinguneranik tarnikkut uippakajaarneq*

## posttraumatisk belastningsreaktion

*Post Traumatic Stress Disorder-PTSD*

en psykisk sygdom som kan optræde efter voldsomme hændelser, chokerende begivenheder eller livstruende oplevelser

*sakkortuumik nalaataqarsimanerup*

*kinguneranik tarnikkut uippakajaarneq*

## præcisionsarbejde

arbejdsopgaver der indebærer (behov for) stor nøjagtighed, eller indeholder meget små bevægelser

*mianersuuteqqissaagassamik suliaqarneq*

## psykisk arbejdsmiljø

1) den del af forholdene og betingelserne på arbejdspladsen der omhandler samspillet mellem personer (også betegnet psykosocialt arbejdsmiljø) og/eller andre immaterielle arbejdsbetingelser, således som det opleves af den enkelte medarbejder eller af de samlede medarbejdere

2) de specielle forhold på arbejdspladsen som den enkelte person finder afgørende for om man har mulighed for at opnå arbejdsglæde

*sullivinni tarnikkut atukkat*

## psykisk arbejdsmiljøfaktor

et enkelt forhold/betingelse blandt mange, der tilsammen beskriver de immaterielle arbejdsbetingelser fx selvstændighed, læringsmulighed, indflydelsesmulighed, stress, alenearbejde, rollekonflikter, chikane

*sullivimmi tarnikkut atukkat pissutaanerat*

## psykisk belastning

(arbejds-)forhold der giver kraftig sindsmæssig påvirkning eller slider på sjælelivet (kan stamme fra såvel psykiske arbejdsmiljøfaktorer såsom rollekonflikter, mobning, som fra fysiske arbejdsmiljøfaktorer såsom støj, skifteholdsarbejde)

*tarnikkut artukkerneqarneq*

## psykisk førstehjælp

den indsats af psykologisk art der gives umiddelbart efter fx en arbejdsulykke

*tarnikkut ikiueqqaarneq*

## psykisk helbred

*mentalt helbred*

1) den (varige) sindsmæssige tilstand man befinder sig i

2) beskrivelse af om man har pådraget sig skader på sindet

*tarnikkut peqqissuseq*

## psykisk terror

udøvelse af ekstremt voldsom, systematisk sindsmæssig påvirkning af andre, med den hensigt at skade dem, fx mobning, chikane af særlig grov art

*tarnikkut naalliutitsineq*

## psykisk vold

1) trusler, grove krænkelser, grov chikane [almindelig betydning]

2) virkningen på sindet af fysiske overgreb [udvidet betydning i forhold til 1]

3) chok og voldsomme oplevelser der sker i forbindelse med arbejdet, eller som man er tvunget til at overvære [en betydning der specielt bruges ved arbejdsskader, fx tvungen eller arbejdsmæssig overværelse af selvmord, der ikke ville blive betegnet psykisk vold]

*tarnikkut nakuuserfigineqarneq*

## psykiske reaktioner

eftervirkninger af mental art efter fx voldsomme begivenheder

*tarnikkut qisuariaatit*

## psykofysisk træning

et uddannelsesprogram (der retter sig mod personale der omgås voldelige personer fx fængselsindsatte eller visse psykiatriske patienter) hvor man opøver evnen til at bruge både sin krop og sit åndelige/intellektuelle beredskab, herunder fx frigørelsesgreb og bevidst beroligende adfærd

*tarnikkut timikkullu sungiusarneq*

## psykologisk behandling

indsats i helbredende øjemed der retter sig mod sindet

*tarnikkut katsorsartinneq*



## psykosociale arbejdsmiljøfaktorer

de enkeltforhold blandt de immaterielle arbejdsbetingelser der udspringer af samspejlet mellem personer på en arbejdsplads, fx læringsmuligheder gennem teamwork, rollekonflikter, chikane  
*sullivimmi tarnikkut inooqatigiinnikkullu atugassarititaasut*

## psykosociale betingelser

de (objektive, målbare) forhold der er til stede på en arbejdsplads hvor mennesker (med hver deres psykologiske forudsætninger) arbejder sammen (i et socialt fællesskab) og skaber deres fælles arbejdsmiljø

*tarnikkut inooqatigiinnikkullu atugassarititaasut*

## psykosocialt arbejdsmiljø

1) den del af forholdene og betingelserne på arbejdspladsen der omhandler samspejlet mellem personer

2) [hyppigt brugt betydning] det samme som psykisk arbejdsmiljø

*inuttut inooqatigiinnertigullu sullivimmi pissutsit*

## psykosomatiske lidelser

legemlige (somatiske) sygdomme eller symptomer, fremkaldt eller forværret af mentale forhold eller belastninger

*timikkut tarnikkullu anniaatit*

## R

### rå tone

1) grov, brutal, bisset omgangstone

2) der er en omgangsform på arbejdspladsen hvor man ikke tager hensyn til hinanden

*peqqarniitsumik pissusilersorneq*

## risikofyldt arbejde

opgaver/job der ud fra statistiske betragtninger indebærer en stor fare for at pådrage sig en skade  
*suliaq navialiffiusinnaasoq*

## rollekonflikt

en person udsættes for modstridende forventninger til sin adfærd, eller forventes at skulle indtræde i, eller opfylde to eller flere funktioner samtidig  
*atuuffiit imminnut assortuuttut*

## rutinearbejde

opgave der er gentaget så mange gange, at den udføres uden at man tænker, eller at det er nødvendigt at tænke nærmere over hvordan den udføres  
*suliat assigiiaaginnaat*

## rygtedannelse

bevidst eller ubevidst igangsættelse eller spredning af nyheder eller oplysninger, som er delvis opdigtet, og som spredes fra person til person

*ingutsineq*

## S

### samarbejde

1) flere personer løser en opgave i fællesskab, fx ”de tre bogholdere opstiller regnskabet i samarbejde” [dvs. neutral beskrivelse af en funktion]

2) udtryk for at det forløber gnidningsløst når flere skal udføre opgaver, hvor de er afhængige af hinanden eller har behov for hinandens hjælp, eller hinandens resultater, fx ”at opgaven blev færdig til tiden skyldes et godt samarbejde”, ”i gruppe A er der i modsætning til gruppe B virkelig tale om samarbejde” [dvs. et positivt værdiladet udtryk for hvordan noget forløber]

3) de formelle, beskrevne relationer eller afhængigheder mellem virksomheder, afdelinger, personer, fx ”de to kommuner er indgået i et samarbejde” [dvs. beskrivelse af at der er nogle ikke nærmere specificerede relationer]

4) omgangsformen på arbejdspladsen er præget af at man tager hensyn til hinanden, fx ”tonen her er ikke rå, men præget af samarbejde” [dvs. generelt positivt værdiladet udtryk for en del af det psykiske arbejdsmiljø]  
*suleqatigiinneq*

### samarbejdsproblem

en psykosocial arbejdsmiljøfaktor, i form af gnidninger mellem personer eller afdelinger, der skal løse opgaver i fællesskab, som har udviklet sig til at blive en forhindring for opgaveløsningen, eller som kan anvendes som begrundelse for drastiske indgreb  
*suleqatigiinnermi ajornartorsiuteqarneq*

### **samarbejdsrelationer**

de formelle, beskrevne forbindelser eller afhængigheder mellem virksomheder, afdelinger, personer, fx når de skal løse opgaver sammen

*suliffeqarfiup attaveqaateqarfigisartagai*

### **samarbejdsvanskelighed**

en psykosocial arbejdsmiljøfaktor, i form af gnidninger mellem personer eller afdelinger, der skal have kontakt med hinanden, eller løse opgaver i fællesskab

*suleqatigiilluannginneq*

### **seksuel chikane**

uønskede tilnærmelser, tiltale, omtale, berøring, ”tilbud” af erotisk karakter

*tiinganiakujuffigineqarneq*

### **selvstyrende grupper**

en større mængde arbejdsopgaver, fx arbejdet i en hel afdeling, overdrages til et hold medarbejdere, der selv foretager både arbejdstilrettelæggelse og udførelse af opgaverne uden en formel leder, i modsætning til en afdeling, med en afdelingsleder der bestemmer hvordan arbejdet skal udføres

*suleqatigiit imminnut aquttut*

### **selvtillid**

tiltro til egne evner og kunnen; selvsikkerhed

*imminut tatigineq*

### **sikkerhedsarbejde**

en række job og funktioner beskrevet i arbejdsmiljøloven, som udføres af arbejdsledere og sikkerhedsrepræsentanter for at forebygge ulykker og sundhedsskader på arbejdspladsen

*isumannaallisaanerup tungaatigut*

*sullissineq*

### **sikkerhedsorganisation**

en konstruktion der er fastsat i arbejdsmiljøloven, og som består af en række personer, herunder arbejdsgiveren, arbejdslederne og valgte sikkerhedsrepræsentanter, og grupperinger, herunder sikkerhedsgrupper og sikkerhedsudvalg, der skal udføre bestemte opgaver, således at arbejdsmiljøet er sundhedsmæssigt forsvarligt og ulykker forebygges

*isumannaallisaanerup tungaatigut*

*aaqqissuussineq*

### **sikkerhedsrepræsentant**

en person der er valgt af en gruppe medarbejdere til på vegne af disse at varetage en række opgaver på arbejdsmiljøområdet, bl.a. vurderinger, registreringer og kontrol med arbejdsmiljøet, for at forebygge arbejdsskader

*isumannaallisaanermi sinniisoq*

### **skiftearbejde**

skifteholdsarbejde, holddriftsarbejde en arbejdstilrettelæggelse hvor arbejdstidens placering i døgnet, for den enkelte gruppe, veksler fra uge til uge, således at produktionen kan foregå uafbrudt i hele døgnet

*suleqatigiit nikittaattut*

### **skifteholdsarbejde**

holddriftsarbejde, skiftearbejde en arbejdstilrettelæggelse hvor arbejdstidens placering i døgnet, for den enkelte gruppe, veksler fra uge til uge, således at produktionen kan foregå uafbrudt i hele døgnet

*suleqatigiit nikittaattut*

### **skydeskiven for løjer**

den person der gøres til genstand for morskab fra kolleger eller ledelse, eller, mere alvorligt, bliver mobbet eller chikaneret

*qinngasaarneqartuartoq*

### **sladder**

bagtalelse, negativ omtale af en person, eller udbredelse af rygter om personer eller begivenheder

*qaqqaaqalaarinninneq*

### **små krav**

ønsker, fx i en lønforhandling, eller forventninger, fx til jobindholdet, der ikke er ret store

*piumasaqaatit annikitsut*

### **social isolation**

1) tilstand hvor man arbejder meget alene, uden regelmæssig kontakt til kolleger

2) udelukkelse fra fællesskabet

*inoqatinut attaveqannginneq*

### **social kontakt**

der arbejdes sammen med eller i nærheden af andre, fx kolleger

*inoqatinut attaveqarneq*

### **social støtte**

man modtager, eller har mulighed for af få hjælp, vejledning fra en eller flere, fx kolleger, når man møder vanskeligheder i arbejdet  
*tapersersorneqarneq*

### **social tidsrytme**

de inddelinger af døgnets timer, i regelmæssigt tilbagevendende tidsintervaller, der er bestemt af forhold i omgivelser, familie, samfund  
*piffissap ingerlarna*

### **sort humor**

grotesk eller makaber form for morsomheder, der af en person kan blive anvendt som psykologisk beskyttelse af sig selv, eller for at kunne klare et makabert, voldsomt, psykisk belastende arbejde  
*quiananngitsumik quiaassorneq*

### **sorteringsarbejde**

et arbejde hvor man inddeler noget, fx genstande, efter kvalitet, størrelse, farve mv.  
*immikkoortiterilluni suliaqarneq*

### **søvnforstyrrelse**

ændringer i det normale søvnmønster, fx vanskelighed ved at falde i søvn, hyppig opvågning osv  
*sinnarliorneq*

### **spilleregler**

det regelsæt, de sædvaner, kutymer, der er gældende på en arbejdsplads, ofte i form af uskrevne regler  
*malitassiat*

### **stærkt bundne arbejdsopgaver**

opgaver hvor den der skal udføre dem har meget lille indflydelse på hvordan de skal udføres  
*suliakkiissutit allanngortinneqarpiarsinnaanngitsut*

### **stillingsbeskrivelse**

en optegnelse, oftest skriftlig, af arbejdsområder, ansvar, beføjelser, mm der hører til en titel eller placering i virksomheden  
*atorfiup imarisai*

### **stimulerende midler**

noget der sætter fysiske eller psykiske aktiviteter i gang, og/eller noget som virker opkvikkende, fx medicin, kaffe, mm  
*inuummarissaatit*

### **stor arbejdspress**

mange eller vanskelige arbejdsopgaver, der skal løses inden for en bestemt (snæver) tidsramme  
*suliassaqarpallaarneq*

### **stress**

ydre fysisk eller psykisk belastning, der skaber en indre tilstand af anspændthed, uro, nervøsitet, som selve denne tilstand i sig selv  
*stressi; uippakajaarneq*

### **stress, arbejdsbetinget**

fysisk eller psykisk anspændthed, fremkaldt af forhold i arbejdet  
*sulinermik pissuteqartumik uippakajaarneq*

### **stress, fysiologisk**

kropslig reaktion, fx ændringer i kroppens elektrisk/kemiske balancer, fremkaldt af hjernens oplevelser af udefrakommende belastninger på personen  
*uippakajaarnerup kingunerisaanik timikkut qisuariarneq*

### **stress, psykisk**

sindsmæssig tilstand, fx i form af anspændthed, nervøsitet, nedtrykthed, irritabilitet, søvnproblemer, forårsaget af belastninger  
*uippakajaarnerup kingunerisaanik tarnikkut qisuariarneq*

### **stressende job**

belastende arbejde, der medfører sindsmæssige tilstande, fx i form af anspændthed, nervøsitet, nedtrykthed, irritabilitet, søvnproblemer, eller kropslige reaktioner, fx ændringer i kroppens elektrisk/kemiske balancer  
*suliaq uippakajaarnartog*

### **stresshormoner**

nogle stoffer, med forskellig virkning, der udskilles fra binyremarven (adrenalin) eller binyrebarken (kortisol) som følge af psykiske eller fysiske belastninger  
*hormonit uippakajaartitsisartut*

### **stresspåvirkning**

ydre fysisk eller psykisk belastning, der medfører sindsmæssige tilstande, fx i form af anspændthed, nervøsitet, nedtrykthed, irritabilitet, søvnproblemer, eller kropslige reaktioner, fx ændringer i kroppens elektrisk/kemiske balancer  
*uippakajaarnerup sunniunnera*

## stressreaktion

### *stresstilstand*

det resultat, af enten psykisk art, fx i form af anspændthed, nervøsitet, nedtrykthed, irritabilitet, søvnproblemer, eller af fysiologisk art, fx i form af ændringer i kroppens elektrisk/kemiske balancer, der følger efter udefra kommende belastninger  
*uippakajaarnermit qisuariaat*

## stresstilstand

### *stressreaktion*

det resultat, af enten psykisk art, fx i form af anspændthed, nervøsitet, nedtrykthed, irritabilitet, søvnproblemer, eller af fysiologisk art, fx i form af ændringer i kroppens elektrisk/kemiske balancer, der følger efter udefra kommende belastninger  
*uippakajaarneq*

## supervision

1) metode, i samtaleform, til udvikling af faglige og personlige færdigheder i professionelle, arbejdsmæssige sammenhænge, baseret på aftaleforhold mellem de to parter: supervisor og supervisand

2) fællesbetegnelse for flere samtaleformer, fx tillige: konsultation, kollegial vejledning, ledelsesmæssig instruktion, coaching

*siunnersueriaaseq supervision*

## svækket hukommelse

permanent eller forbigående tab af evnen til at huske (amnesi), som er et symptom ved flere sygdomme, bl.a. demens

*puiguttorneq*

## svækket tidsopfattelse

forandringer i den måde tidsrum fornemmes på, forårsaget af sygdomstilstand, ændringer i det biologiske system

*piffissamik naatsorsuilluarsinnaajunnaarneq*

# T

## team

1) gruppe eller hold, der arbejder tæt sammen, mod et fælles mål

2) [i visse tilfælde brugt således] gruppens evne til gnidningsløst samarbejde og/eller præstation inden for allerede definerede rammer

*suleqatigiit; qanimut suleqatigiit*

## teambuilding

psykologisk og social træning af en gruppe, således at de kommer til at arbejde mod et fælles mål der er sammensat med henblik på at udføre en bestemt opgave, fx ved anvendelse af forskellige gruppemetoder, hvoraf lejrture, rappelling og andet ekstrem sport er populære og anvender hinandens forskellige kompetencer bedst muligt

*suleqatigiilersitsiniarneq*

## tilfredshed

### *arbejdstilfredshed*

behagelig eller positiv følelsesmæssig tilstand, som er resultatet af (den samlede) vurdering man foretager i forhold til sit arbejde

*naammagisimaarinninneq; suliamik*

*naammagisimaarinninneq*

## traumatisk hændelse

begivenhed eller voldsom oplevelse, der efterlader sig et langvarigt (psykisk) spor ("traume" = græsk ord for sår)

*sakkortuumik misigisaqarneq*

## trivsel

1) en følelsesmæssig tilstand hvor en person (eller gruppe) er i besiddelse af, eller forbundet med sundhed, livskraft, vækst, velvære [almindelig dagligdags betydning]

2) en tilstand der er et resultat af en vurdering hvor de oplevelser, påvirkninger, "ydelser" man modtager fra omgivelserne, fx arbejdet, ses i forhold til de forventninger man har til de samme omgivelser [mere specifik betydning, som ofte optræder i forbindelse med arbejdsmiljøundersøgelser, mm]

*timikkut tarnikkullu nalerisimaarneq*

## truende adfærd

opførsel, udtryksformer, fx bevægelser, øjekast der virker skræmmende

*qunusaarineq*

## trussel

udsagn, fx i form af tiltale, råb, hvisken eller adfærd, "nonverbale trusler", fx bevægelser med hænderne der antyder kvælning, der tilkendegiver at man vil skade eller straffe en anden person

*sioorasaarineq*

# U

## udbrændthed

1) psykisk tilstand, hvor man har mistet engagementet i sit arbejde og i de klienter, elever, kunder man har med at gøre

2) langvarig tilstand af fysisk og psykisk udmattelse, som kan skyldes langvarig stress eller forhold i det psykiske arbejdsmiljø

*nukissaarunneq*

## udstødning

afvisning, udelukkelse fra det sociale fællesskab

*alarneqarneq*

## udviklende arbejde

et arbejde med opgaver der giver grobund for berigelse og forøgelse af medarbejdernes kvalifikationer og kompetencer

*suliffik ineriartorfiusoq*

## udviklingsmulighed

de områder, forhold, initiativer, fx ledelsesform, arbejdstilrettelæggelse, som har sigte mod at give gode betingelser for medarbejderudvikling

*ineriartorfiusinnaasut*

## udviklingssamtale

en bestemt form for medarbejdersamtale, hvor indholdet er specielt rettet mod medarbejderens fremtidige muligheder og kompetenceforøgelse med hensyn til jobbet og samarbejdet

*ineriartornissaq anguniarlugu oqaloqatiginninneq*

## uklare krav

de ønsker, forventninger, målsætninger der er til opgaven eller arbejdsindsatsen, er ikke tydeligt formuleret

*piumasaqaatit ersernerluttut*

## uklare mål

utydelig eller manglende formulering af hvad der skal opnås med arbejdsopgaven, eller hvad man skal stræbe mod i opgaveløsningen

*anguniagaq ersernerluttoq*

## ulykkesrisiko

en vurdering af hvor stor risiko der er for at pådrage sig en øjeblikkelig arbejdsskade

*ajutooriataarsinnaaneq*

## uoverskuelige krav

de forlangender og forventninger der stilles til arbejdsindsatsen eller opgaveløsningen er vanskelige at forstå, eller virker overvældende

*piumasaqaatit inornartut*

## uvirkelighedsfølelse

oplevelse af at man ikke rigtig er til stede i de aktuelle omgivelser, eller at man oplever noget der ikke stemmer overens med sædvanlige erfaringer, og som derfor virker indbildt eller uforståeligt

*piviusuunngitsutut misinnartooq*

# V

## verbal trussel

udsagn, fx i form af tiltale, råb, hvisken, der tilkendegiver at man vil skade eller straffe en anden person

*oqaatsitigut sioorasarineq*

## virksomhedskultur

det samlede sæt af vaner, adfærdsmønstre, værdier, antagelser og symboler der findes i en virksomhed eller på en arbejdsplads

*suliffeqarfimmi kulturi*

## voldsom hændelse

begivenhed, fx tilløb til ulykke, som har en kraftig virkning på omgivelser eller personer; eller den oplevelse at være vidne til en ulykke eller chokerende begivenhed, eller blive udsat for vold

*pisooq sakkortoog*

## voldsrisiko

en vurdering af hvor stor mulighed der er for at komme til skade, ved at blive udsat for fysisk eller psykisk overgreb

*nakuuserfigineqarsinnaaneq*