

Smakebit fra prosjektet

En kursholder fra NAV Arbeidslivssenter holdt kurs i kommunikasjon for renholdsavdelingen ved Høgskolen i Sør-Trøndelag. Blant annet ble kommunikasjonsreglene nedenfor gjennomgått. Deltakerne jobbet med dem både enkeltvis og i grupper. Mest tid brukte de på regel to og tre.

- 1) Jeg har rett til å vise følelser.
- 2) Jeg snakker for meg selv.
- 3) Jeg snakker med – ikke om.
- 4) Jeg sjekker ut tolkinger – og tror på svaret.
- 5) Jeg forteller hva jeg trenger, istedenfor å kritisere.

Individuell oppgave:

- Prioriter én ting som du skal gjøre annerledes enn før, for å bidra til en bedre hverdag på jobben.
- Fortell en kollega (som du jobber sammen med) hva du har bestemt deg for å gjøre annerledes.

Gruppeoppgave

- Lag grupper på rundt fem personer fra samme avdeling. Velg en leder. Vi ber gruppa fokusere på en eller flere av reglene de mener har stor betydning for eget arbeidsmiljø. Gruppen møtes minst to ganger før samlinga.
- Skriftlig tilbakemelding – Gruppeleder må følge opp!