prevent
ARBETSMILJÖ I SAMVERKAN
SVENSKT NÄRINGSLIV, LO & PTK

Tema: Kommunikation och samarbete

FÖR DIG SOM VILL LÄRA DIG MER OCH GENOMFÖRA ÖVNINGAR I GRUPP

Tydlig dialog, att alla är delaktiga och att viktig information når fram är några av de saker som bidrar till en väl fungerande kommunikation och ett bra samarbete på förskolan. Här får du ta del av tips och övningar om hur ni på förskolan kan utveckla ert sätt att prata med varandra och med vårdnadshavarna.

Så här använder du dokumentet

Hitta rätt

Sidan 3–5: Faktatexter – för utbildningsledare och utbildningsdeltagare

Sidan 6–8: Beskrivning av gruppövningar – för utbildningsledare

Sidan 9–13: Övningsmaterial – för utbildningsledare och utbildningsdeltagare

Det här dokumentet är i första hand tänkt att användas som underlag för utbildning i grupp. Här hittar du både faktatexter och förslag på olika typer av gruppövningar.

Du som har ansvar för utbildning inom arbetsmiljö på förskolan kan använda dokumentet i samband med arbetsplatsträffar. Ett förslag på upplägg är att du i förväg låter deltagarna läsa igenom faktatexterna. På arbetsplatsträffen går ni sedan igenom de gruppövningar som passar er. Övningsmaterial i form av frågor och texter hittar du sist i det här dokumentet i ett format som du kan visa på stor skärm.

Låt Arbetsmiljöskolans webbutbildning för förskolan lägga grunden

Tema: Kommunikation och samarbete fokuserar på kommunikation som arbetsmiljöfråga. För dig som vill utbilda om grunderna inom arbetsmiljö finns också Arbetsmiljöskolans webbutbildning för förskolan och en tillhörande handledning. Webbutbildningen är kostnadsfri och tar ungefär 45 minuter att gå igenom. Du hittar utbildningen och handledningen på Prevents branschsida för förskolan.

Arbetsmiljö-FÖRskolan

Faktatexter

Kommunikation och samarbete

Om kommunikation och samarbete

Alla förskolor ska arbeta systematiskt med sin arbetsmiljö, och där ingår bland annat frågor om kommunikation och samarbete. Det är arbetsgivarens ansvar att förskolan har ett aktivt arbetsmiljöarbete som både förebygger risker kopplade till kommunikation och hanterar de problem som uppstår.

Om du vill lära dig mer om hur systematiskt arbetsmiljöarbete fungerar i praktiken kan du göra det i temat Arbeta med arbetsmiljön. Du kan också lära dig grunderna i Arbetsmiljöskolans webbutbildning för förskolan.

Kommunikation är grunden

Kommunikation på arbetsplatsen handlar om att alla har möjlighet att komma till tals, vara delaktiga och påverka sin egen arbetssituation. Det handlar också om att chefer och medarbetare både får och delar med sig av tydlig information – till rätt personer och i rätt tid. Dessutom handlar det om att det finns gemensamma regler för hur vi pratar med varandra på arbetsplatsen på ett tydligt, trevligt och konstruktivt sätt, och hur vi hanterar missförstånd och konflikter som ändå kan uppstå.

Att kommunicera tydligt och trevligt är en självklar del av jobbet för många. Att förstå andra och bli förstådd är en förutsättning för att nå fram till såväl kollegor som barn och vårdnadshavare. Men det är inte alltid man lyckas agera eller kommunicera som man skulle vilja, till exempel på grund av stress.

Om kommunikationen och dialogen fungerar bra bidrar det till att medarbetarna trivs och mår bättre på jobbet. Det minskar också risken för kränkande särbehandling och diskriminering.

Prata om hur ni ska kommunicera

Samtalsklimatet på arbetsplatsen behöver vara öppet och tillåtande både mellan chefer och medarbetare och från medarbetare till medarbetare. Arbetsgivaren behöver se till att det finns tydliga kommunikationsvägar som alla känner till och som fungerar bra, och att det finns sätt att både förmedla information och ha en dialog.

Här är några förslag på hur ni på din arbetsplats kan stärka er kommunikation:

1. **Ta fram gemensamma regler** för hur ni ska kommunicera med varandra. Reglerna kan bland annat handla om att ni ska använda ett respektfullt språk och lyssna på varandra. Följ regelbundet upp om reglerna fungerar och justera dem om det behövs.
2. Avsluta arbetsplatsträffar och andra möten med att **reflektera över hur ni upplevde kommunikationsklimatet** under mötet.
3. **Fokusera på sakfrågorna** när ni diskuterar problem i arbetsmiljön. Undvik att lägga skulden på enskilda personer. Tänk på att ord och handlingar kan upplevas som kränkande och även orsaka ohälsa.

Samarbeta i arbetslaget

I förskolan är det viktigt att samarbetet i arbetslaget och med de närmaste kollegorna fungerar. Olika personer har olika roller och uppgifter, men alla är viktiga för det gemensamma arbetet i arbetslaget.

Ibland är det något som skaver i samarbetet eller kommunikationen i arbetslaget. Det kan till exempel handla om att man tycker olika om hur eller när en arbetsuppgift ska göras. Våra olika språkkunskaper, personligheter och sätt att hantera stressiga situationer kan också leda till missförstånd och konflikter. Då är det viktigt att prata om det så tidigt som möjligt och försöka hitta en lösning som fungerar för alla.

Alla har rätt att känna sig trygga på jobbet

Alla har rätt att känna sig trygga med hur ni kommunicerar och pratar med varandra på jobbet. Därför har arbetsgivaren ansvar för att förebygga kränkande särbehandling, trakasserier och diskriminering. Arbetsgivaren ska också undersöka om det förekommer och genomföra åtgärder om det visar sig att det förekommer. Det ingår i det systematiska arbetsmiljöarbetet. Om du upplever att det finns problem med det här på arbetsplatsen eller om du undrar hur arbetet för att motverka det går till ska du prata med din chef eller någon annan ansvarig person som du har förtroende för.

Arbetsmiljö-FÖRskolan

Beskrivning av gruppövningar

Kommunikation och samarbete

Diskussionsövning: Hur pratar ni med varandra?

I den här övningen får deltagarna fundera över och prata om hur de kommunicerar på arbetsplatsen.

Du kan göra så här:

1. Låt deltagarna diskutera frågorna på sidan 10 i par, i smågrupper eller i helgrupp.
2. Avsluta övningen genom att sammanfatta diskussionen.

Dilemmaövning: Går det att förebygga stress med kommunikation och samarbete?

I den här övningen får deltagarna fundera på hur man kan förebygga stress i situationer där arbetet inte rullar på enligt planen. Går det att lösa problemen i förväg genom att prata om dem?

Du kan göra så här:

1. Presentera dilemmasituationen som finns i rutan Vad tycker du? på sidan 11.
2. Presentera de olika svarsalternativen. Om ni gör övningen på plats i samma rum kan du lägga ut lappar med svarsalternativen på olika ställen i rummet. Gör ytterligare en lapp för deltagare som inte tycker att något av svarsalternativen passar eller som har ett annat förslag.
3. Låt deltagarna ställa sig vid den lapp som stämmer bäst överens med deras åsikt. Kom ihåg att det i regel inte finns något rätt eller fel svar.
4. Be de som står vid samma lapp att berätta för varandra varför de har valt det alternativet. Om det är många som har valt samma kan du dela in dem i mindre grupper. Om någon står ensam vid sin lapp får hen berätta för dig varför hen har valt det alternativet. Håll dig sedan i närheten så att personen inte blir ensam i den delen av rummet.

5. Be någon eller några från varje alternativ förklara för hela gruppen varför de har valt det. De andra grupperna får inte kommentera eller ifrågasätta förklaringen. Fråga om någon vill byta alternativ efter att ha hört de andra gruppernas förklaringar.
6. Tacka och låt alla sätta sig på sina platser. Presentera återkopplingen som finns på sidan 12 och visa gärna filmen som hör till dilemmat, där Arbetsmiljöverkets expert kommenterar situationen. Dilemmat och filmen finns på temasidan om kommunikation och samarbete för förskolan på Prevents webbplats.
7. Låt deltagarna diskutera återkopplingen och filmen. Håller de med? Finns det något mer som är viktigt att tänka på?
8. Låt deltagarna i helgrupp eller mindre grupper fundera över om de har egna erfarenheter av liknande situationer. Utgå från reflektionsfrågorna under rubriken Fundera och reflektera på sidan 13.
9. Avsluta övningen genom att sammanfatta det ni har diskuterat och ta upp eventuella saker som ni kan behöva göra för att förebygga eller hantera liknande situationer på er arbetsplats.

Arbetsmiljö-FÖRskolan

Övningsmaterial

Kommunikation och samarbete

Hur pratar ni med varandra? – Frågor

1. Hur upplever du att ni pratar med varandra på arbetsplatsen? Är stämningen allmänt positiv eller negativ?
2. Känner du dig bekväm med sättet ni pratar med varandra? Varför eller varför inte?
3. Finns det något du skulle vilja ändra på i sättet ni pratar med varandra?

Om du är chef kan du även fundera på det här:

1. Hur upplever du jargongen på förskolan just nu?
2. Vilket ansvar har du för att jargongen upplevs som positiv och konstruktiv av alla?
3. Har förskolan informerat alla medarbetare om att kränkande särbehandling och trakasserier inte accepteras på arbetsplatsen och hur man ska göra om man skulle bli utsatt?
4. Har du fått utbildning om kränkande särbehandling och hur du som chef ska arbeta för att förebygga och åtgärda det?

Går det att förebygga stress med kommunikation och samarbete? – Vad tycker du?

Fatima och Daniel jobbar båda i köket på en större förskola. I onsdags blev det väldigt stressigt, bland annat för att någon hade missat att göra en beställning i tid. En leverans med varor kom därför inte som planerat – och leveranser i rätt tid är en förutsättning för att det ska flyta på smidigt i köket.

Under dagen blev stämningen mellan kollegorna sur och otrevlig eftersom båda var så stressade. Daniel upplevde att Fatima körde över honom och inte lät honom sköta sitt jobb, medan Fatima tyckte att Daniel prioriterade fel och inte tog tillräckligt mycket ansvar. Båda gick hem på eftermiddagen med en klump i magen.

Vad tycker du att Fatima och Daniel ska göra för att förhindra att samma sak händer nästa gång det blir stressigt på jobbet?

1. Ingenting – det löser sig säkert av sig själv.
2. Prata med varandra, be om ursäkt och anstränga sig för att vara trevligare mot varandra.
3. Ta hjälp av chefen med att planera stressiga situationer, till exempel när det gäller vad de ska prioritera och hur de ska samarbeta.

Går det att förebygga stress med kommunikation och samarbete? – Återkoppling

Om Fatima och Daniel inte gör någonting är risken stor att problemet uppstår igen nästa gång något oplanerat händer. Därför är det bra om de pratar ihop sig – på egen hand eller tillsammans med chefen – om hur de kan kommunicera och hantera stressiga situationer på ett bättre sätt.

De behöver bland annat prata om

- vad de ska prioritera om tiden inte räcker till
- vilka arbetsuppgifter som ska utföras och på vilket sätt
- vilket resultat de ska uppnå
- hur de kan prata med varandra och hjälpas åt för att samarbetet ska fungera bra.

Det kan låta självklart, men om de inte har en gemensam syn på vad som är viktigast ökar risken för konflikter. Det kan i sin tur göra att de känner sig mer stressade och mår sämre på jobbet. När kommunikationen och samarbetet istället fungerar är chansen större att båda mår och presterar bättre.

Går det att förebygga stress med kommunikation och samarbete? – Fundera och reflektera

Fundera och reflektera över de här frågorna:

1. Har du varit med om att det har uppstått en konflikt för att du och en kollega har haft olika syn på hur ni ska göra jobbet? Vad gjorde ni då för att lösa situationen och förbättra samarbetet?

2. Förändras ditt sätt att kommunicera när du är stressad? Hur kan det i så fall påverka dina kollegor?

Om du är chef kan du även fundera på det här:

1. Hur kan du stötta dina medarbetare när det händer oväntade saker?

2. Vet alla på arbetsplatsen hur de ska prioritera arbetsuppgifter och samarbeta när det blir stressigt?