

ARBEJDSGLÆDE * STÆRKE RELATIONER * HUMOR

Husk værktøjerne fra Runes oplæg

1: BRUG FØLELSESMÆSSIG KOMMUNIKATION

Mød andre med venlighed og imødekommenhed. Vis interesse i andre mennesker - også for din egen skyld. Inviter til humor og munterhed. Husk at være nærværende.

2: FÅ ALLE MED UD PÅ DEN ANDEN SIDE

Udfordringer er reelle, og de sker for alle mennesker. Det vigtige er, hvordan vi håndterer dem sammen. Supermand arbejdede alene - det gør vi ikke. Hjælp hinanden igennem udfordringerne. Det gør også, at vi styrker fællesskabet.

3: BRUG HUMOR SOM VENTIL

Brug humor som "de voksnes pyt-knap" til at håndtere frustrationer. Der kan gå lidt tid, før man kan joke med udfordringer. Men det er ventetiden værd.

4: TAL GODT OM ANDRE

Vær taknemmelig for den hjælp og inspiration du får fra andre. Giv den selv videre. Husk at fortælle andre om de gode oplevelser du har haft med en kollega.

5: HUSK AT FEJRE SUCCESSENE

Husk de positive ting som skete i arbejdsdagen og ugen. Fokuser på dem og glæd dig over dem.

6: SKAB TRYGHED OMKRING DIG

Sørg for at være en kollega, som skaber tryghed. Et menneske, som andre kollegaer føler bakker dem op og hjælper dem - også selvom de laver fejl.

