

Eget arbete: Inkluderande kommunikation

Veckans uppgift

Hur sitter vi på möten? Vem talar och hur länge? Vilka ämnen får utrymme? Det finns många saker att reflektera kring och tänka på när det kommer till kommunikation. TCO har tagit fram boken Jämställda möten. Materialet är fullt med tips på hur arbetsplatserna kan jobba strategiskt med inkluderande kommunikation och möten.

[Jämställda möten \(pdf\)](#)

Välj en övning som du vill testa med kollegor eller i ditt fackliga arbete och involvera berörda. Genomför övningen innan webbseminariet (alternativt boka datum och välj övning).

- Vilken övning valde jag/vi och varför?
- Hur gick övningen? Vad lärde vi oss av övningen?
- Vad blir nästa steg för mer inkluderande möten hos oss?

Frivillig fördjupning

Mötesanalys och bättre möten

Genom att bidra till att alla känner delaktighet på möten och i sociala sammanhang på jobbet så gör vi en konkret handling för att skapa en arbetsplats för alla. I Visions metodbank hittar du ett bra exempel på en användbar mötesanalys som ingår i några av våra utbildningar. Här laddar du den ner:

[Övning mötesanalys \(docx\)](#)

I Visions engagemangskiosk hittar du fler tips på hur ni kan arbeta med schysta samtal.

[Schysta samtal](#)

Sunt arbetsliv har samlat forskning och tagit fram tips för inkluderande kommunikation under rubriken Bättre möten. Där finns filmer och olika metoder för att testa er kommunikation och utifrån resultaten jobba mer inkluderande. Läs mer här:

[Bättre möten](#)

Lär dig mer om minoritetsstress

Titta på filmen om Minoritetsstress med psykolog Hanna Wallenstein. Hon lyfter att det är viktigt hur vi kommunicerar med varandra på våra arbetsplatser. Det är vi tillsammans som bidrar till En arbetsplats för alla.

[Film: Minoritetsstress | Vision Play](#)

Ta hjälp av en inkluderare

Ett enkelt tips när ni har grupparbeten eller möten är att utse en person som har ansvar för att fördela ordet och bidra till gemenskap. På utbildningar brukar vi kalla det för en ”inkluderare”. Låt uppdraget rotera. Det bidrar till en ökad förståelse och inkludering.