

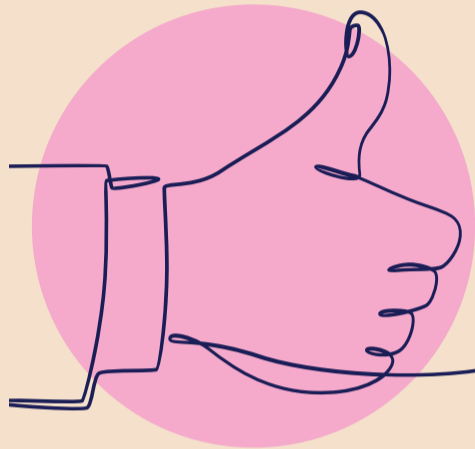
Råd for gode arbeidsdager

Seks tips for gode arbeidsdager



1. Hils

Å bli møtt med høflighet og respekt styrker selvfølelsen og følelsen av å høre til



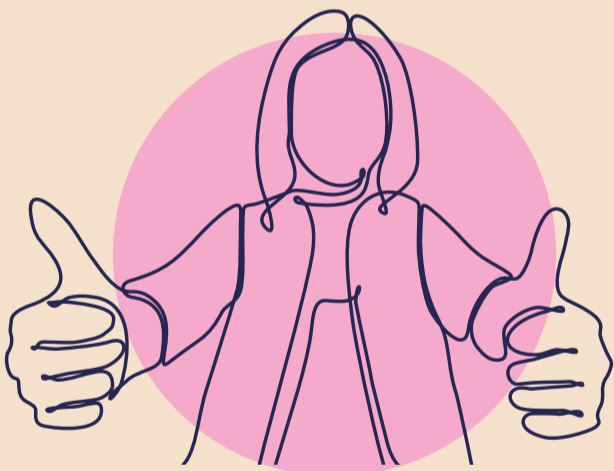
2. Gi ros

Anerkjennelse for arbeid er med på å gi oss bekreftelse på at vi duger og betyr noe



3. Prat sammen

Snakk sammen om stort og smått. God kommunikasjon bygger tillit



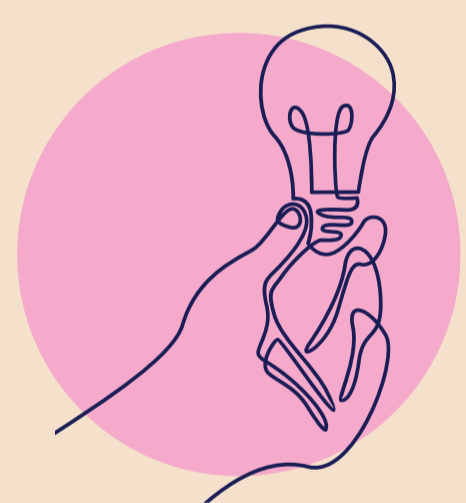
4. Feire oppturene

Å feire oppturene sammen er godt for fellesskapet og øker følelsen av å bidra til noe meningsfylt



5. Stol på hverandre

Husk at vi jobber på ulike måter, og at tillit er viktig for trivselen



6. Tør å bli utfordret

Å mestre utfordrende arbeidsoppgaver gjør godt for både selvtilliten og hjernen

Verdensdagen

for psykisk helse

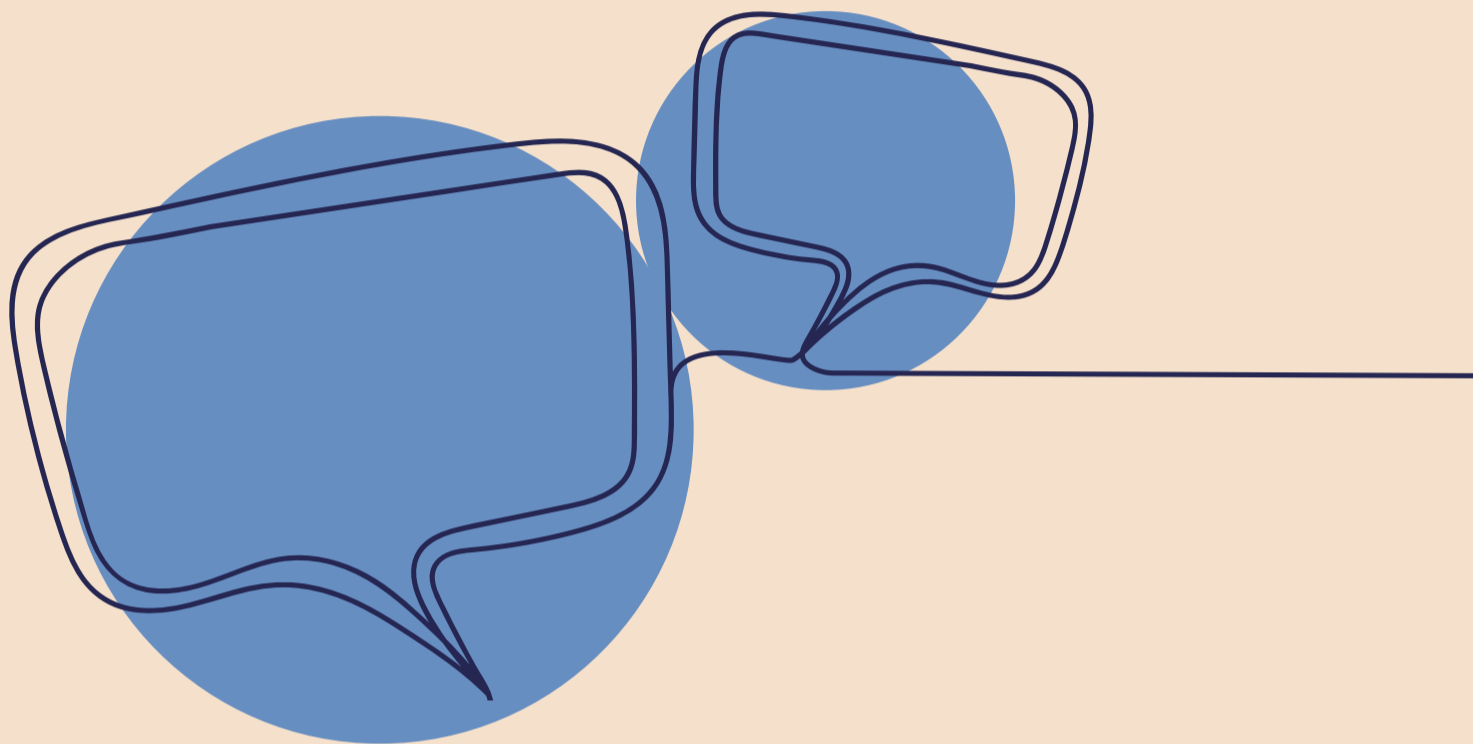


VERDENSDAGEN
FOR PSYKISK HELSE

verdensdagen.no

Våre råd for gode arbeidsdager

Alle arbeidsplasser har sine egne råd for gode arbeidsdager. Hva er deres?



1.

2.

3.

4.

5.

6.

Verdensdagen

for psykisk helse



VERDENS DAGEN
FOR PSYKISK HELSE

verdensdagen.no