

God kommunikasjon gir arbeidsglede

Her er et kurs for alle som kommuniserer. Og hvem gjør ikke det? Det handler om å være seg bevisst hvordan man snakker sammen, og om å ha det bra og være effektiv på jobben, i samspill med andre. Og ikke bare i forhold til kolleger. Man skal være grei mot pasientene også, og håndtere de vanskelige så det ikke blir så vanskelig. Å kommunisere godt sammen gir arbeidsglede. Det blir noe å ta med seg hjem fra kurs også, til dem som er der. For vi snakker vel av og til litt med mannen, eller kona, og kanskje med ungene til og med?

– Hvordan kommer dette til å foregå, for her blir det vel ikke forelesning fra morgen til kveld?

– Det blir det ikke, lover Unn Holmesland og Trine Parmer, en psykiatrisk sykepleier og en historiker, som har drevet med kursvirksomhet og rådgivning hver for seg, og ofte sammen, siden de møttes første gang for 15 år siden.

Vi kommer selvsagt til å gi noen introduksjoner til det som skal skje. Men her skal deltakerne i stor grad være aktive selv. For man lærer med hele seg, og ikke bare med hodet. Det skal bli egenaktivitet og møte med kjente, reelle situasjoner, der deltakerne skal jobbe individuelt, i par og i grupper. Vi legger vekt på å gjøre gruppen kjent og trygg så man kan bruke hverandre aktivt. Ingen skal eksponere seg mer enn de har lyst til. Det vi er opptatt av er bevisstgjøring og refleksjon, og dette er et éndagskurs hvor vi jobber på overflaten og hvor vi skal ha det hyggelig. Det skal være morsomt og inspirerende, og det er en del latter på slike kurs, men det er ikke krampaktig humørfyllt. Temaet er kommunikasjon og målsettingen er å bevisstgjøre, og eventuelt finne nye alternativer til atferd.

– Så dette er for dem som ikke er så flinke til å kommunisere?

– Dette er for alle som kommuniserer.



Når Trine Parmer (t.v.) og Unn Holmesland planlegger oppdrag, foregår det et stykke ut i Oslofjorden. I et lite hvitt hus, uisolert og med en stor vedovn. Det er det beste arbeidsstedet, og der kjenner de at det flyter og at det er morsomt å jobbe på lag. Det blir det kommunikasjonskurs av.

Enten man er god eller ikke føler seg så flink, og enten man er skolert eller ikke. Alle, uansett nivå, har noe mer å hente og kan videreutvikle sin evne og

finslippe sin egen kommunikasjon. Man tror ofte at det bare er én måte å reagere på, den ene vi har innlært og den vi kan. Men så er det kanskje hundre

403 00 15

Skjønte du egentlig hva jeg mente?

Om effektivt samspill i tannhelseteamet

Kursgivere

Psykodramaregissør, psykiatrisk sykepleier Unn Holmesland, Oslo
Psykodramaleder Trine Parmer, Oslo

Kurset fokuserer på deltakernes egen hverdag på jobben. Arbeids glede og effektivitet er sentrale begreper. Hvilken type kommunikasjon og atferd fremmer disse elementene, slik at resultatet blir et positivt arbeidsmiljø, både internt og i forhold til pasientene? Kurset er basert på aktiv deltakelse.

Målgruppe

Hele tannhelseteamet

Kursplan

- * Introduksjon
- * Du og kollegene dine
– om kommunikasjon
- * Arbeid i grupper
- * Idéutvikling til bruk i hverdagen
- * Oppsummering og evaluering

Antall deltakere

Maks. 40

Sted

Oslo Kongressenter, Folkets Hus, Youngsg. 11, Oslo

Tid

Mandag 18. august 2003
kl. 0900–1600

Kursavgift

Kr 1 500 inklusiv lunsj og pausekaffe

Påmeldingsfrist

1. juni 2003

ulike varianter vi kan ta i bruk, vi har bare ikke sett dem før. Kanskje man i løpet av et slik kurs får øye på én ting som man har glede av videre.

Kan hende kommer man så langt at man tar seg selv i det neste gang man opplever at man er avvisende. Eller hvis det er litt knuffing mellom en annen og en selv, så tenker man over det, og går til den andre dagen etter og sier at "du i går var jeg i grunnen litt kranglete". En slik åpning kan være gull verdt, og ikke minst det å oppdage det selv og få lyst til å gjøre noe med det, og til og med gå til den andre og snakke om det. Det skaper effektivitet i seg selv, for da bruker man ikke kreftene sine på misforståelser og uoverensstemmelser som kan utvikle seg til konflikter som suger energi. For når det begynner å knirke og skje noe et sted, og man ikke tar fatt i det som er vanskelig, så kan det føre til et dårlig arbeidsmiljø med påfølgende sykemeldinger, og det kan bli dyrt for bedriften.

– Betyr det at hele arbeidsplassen bør gå på kurs så alle får den samme læringen om dette?

– Ja, vi har god erfaring med at hele teamet deltar på samme kurs. Men det er ikke alltid at det lar seg gjøre, så når vi setter sammen gruppene på kurset vil vi ikke tenke på det og heller lage grupper av folk som ikke kjenner hverandre. Og vi kommer heller ikke til å starte med den vanskelige samtalen. Men vi kommer sikkert inn på den.

– Det høres ikke ut som det bare er overfor kolleger og i situasjoner på jobben man kan få nytte av dette?

Dette handler om kommunikasjon generelt, og det har man bruk for hele tiden og overalt. Både overfor kolleger og pasienter, og man kan bruke det på hjemmebane. Det er riktignok ikke alltid det er like lett å bruke det med en gang. Men i ettertenksomhet kommer man kanskje på noe av det og tenker at det der skulle jeg gjort og sagt annerledes. Og så er man litt nærmere

neste gang. Refleksene sitter dypt i oss alle sammen, men det er mulig å lære noe nytt. Og vi er mest opptatt av de små a-ha-opplevelsene som kan komme. Man plumper uti, men tar seg i det. Den refleksjonen man opplever da, rundt sitt eget ståsted, bevisstgjøringen og lysten til å gjøre noe med det – det er det vi ønsker å sette litt i gang i løpet av denne dagen.

Tekst og foto: Ellen Beate Dyvi