



ABC for god psykisk helse
på arbeidsplassen

**Hva gjør du når du får
en god idé på jobb?**

abc.



Gjør noe aktivt!
sammen!
meningsfylt!



ABC for god psykisk helse
på arbeidsplassen

**Hvordan møter vi en
kollega som har forsøkt
noe nytt og feilet?**

abc.



Gjør noe aktivt!
sammen!
meningsfylt!



ABC for god psykisk helse
på arbeidsplassen

**Hvordan støtter og
feirer du andres
suksess?**

abc.



Gjør noe aktivt!
sammen!
meningsfylt!



ABC for god psykisk helse
på arbeidsplassen

**Er det vanskelig å be
kolleger om hjelp?
Hvorfor/hvorfor ikke?**

abc.



Gjør noe aktivt!
sammen!
meningsfylt!



ABC for god psykisk helse
på arbeidsplassen

**Hvordan inkluderer
jeg andre på
arbeidsplassen?**

abc.



Gjør noe aktivt!
sammen!
meningsfylt!



ABC for god psykisk helse
på arbeidsplassen

**Hvordan kan vi være
hverandres "heiagjeng"
på jobb?**

abc.



Gjør noe aktivt!
sammen!
meningsfylt!



ABC for god psykisk helse
på arbeidsplassen

**Hva er det største
drivkraften din for å
gjøre en god jobb?**

abc.



Gjør noe aktivt!
sammen!
meningsfylt!



ABC for god psykisk helse
på arbeidsplassen

**Når gjorde du sist noe
positivt for en kollega,
og hva er det?**

abc.



Gjør noe aktivt!
sammen!
meningsfylt!



ABC for god psykisk helse
på arbeidsplassen

**Hva gjør du når en
kollega får en god ide?**

abc.



Gjør noe aktivt!
sammen!
meningsfylt!



ABC for god psykisk helse
på arbeidsplassen

**Hvor gode er vi til å feire
små og store seiere i
arbeidshverdagen?**

abc.



Gjør noe aktivt!
sammen!
meningsfylt!



ABC for god psykisk helse
på arbeidsplassen

**Hva er det viktigste
du bidrar med til
arbeidsmiljøet?**

abc.



Gjør noe aktivt!
sammen!
meningsfylt!



ABC for god psykisk helse
på arbeidsplassen

**Hvordan får jeg folk til å
være trygge nok til å
være seg selv rundt
meg?**

abc.



Gjør noe aktivt!
sammen!
meningsfylt!



ABC for god psykisk helse
på arbeidsplassen

**Hva er det beste med
å være en del av et
arbeidsfellesskap?**

abc.



Gjør noe aktivt!
sammen!
meningsfylt!



ABC for god psykisk helse
på arbeidsplassen

**Hvilken del av jobben
din synes du er mest
meningsfull?**

abc.



Gjør noe aktivt!
sammen!
meningsfylt!



ABC for god psykisk helse
på arbeidsplassen

**Hva drømmer du om i
jobbsammenheng?**

abc.



Gjør noe aktivt!
sammen!
meningsfylt!



ABC for god psykisk helse
på arbeidsplassen

**Hvordan opplever du det
å si at du ikke vet, eller
ikke får til en oppgave
på jobb?**

abc.



Gjør noe aktivt!
sammen!
meningsfylt!



ABC for god psykisk helse
på arbeidsplassen

**Hva skulle vi gjerne
gjort mer av i vårt
arbeidsmiljø?**

abc.



Gjør noe aktivt!
sammen!
meningsfylt!



ABC for god psykisk helse
på arbeidsplassen

**Hvordan er du med på å
gjøre en forskjell på
arbeidsplassen?**

abc.



Gjør noe aktivt!
sammen!
meningsfylt!



ABC for god psykisk helse
på arbeidsplassen

**Hvordan anerkjenner
og møter jeg
sårbarhet hos andre?**

abc.



Gjør noe aktivt!
sammen!
meningsfylt!



ABC for god psykisk helse
på arbeidsplassen

**Hva er viktig for at du skal
ha det bra, og gjøre det
bra, på jobb?**

abc.



Gjør noe aktivt!
sammen!
meningsfylt!



ABC for god psykisk helse
på arbeidsplassen

**Hva gjør at du føler deg
sett av de rundt deg?**

abc.



Gjør noe aktivt!
sammen!
meningsfylt!



ABC for god psykisk helse
på arbeidsplassen

**Hvilken kollega ville mest
sannsynlig spilt hovedrollen
i en actionfilm, og hvem
ville vært stjerne i en
romantisk komedie?**

abc.



Gjør noe aktivt!
sammen!
meningsfylt!



ABC for god psykisk helse
på arbeidsplassen

**Hvordan kan vi
dyrke frem et
fellesskap der vi kan
være uenige?**

abc.



Gjør noe aktivt!
sammen!
meningsfylt!



ABC for god psykisk helse
på arbeidsplassen

**Hva gjør du for å bidra til
fellesskapet på
arbeidsplassen?**

abc.



Gjør noe aktivt!
sammen!
meningsfylt!



ABC for god psykisk helse
på arbeidsplassen

**Hvordan ønsker du å
motta tilbakemeldinger
på jobb?**

abc.



Gjør noe aktivt!
sammen!
meningsfylt!



ABC for god psykisk helse
på arbeidsplassen

**Hva er du skikkelig
stolt av, men ikke tør å
skryte av?**

abc.



Gjør noe aktivt!
sammen!
meningsfylt!



ABC for god psykisk helse
på arbeidsplassen

**Hva er en perfekt
arbeidsdag for deg?**

abc.



Gjør noe aktivt!
sammen!
meningsfylt!



ABC for god psykisk helse
på arbeidsplassen

**Hvilke egenskaper
skulle du gjerne brukt
mer av i jobben din?**

abc.



Gjør noe aktivt!
sammen!
meningsfylt!



ABC for god psykisk helse
på arbeidsplassen

**Hvem på jobben
fortjener en stor
TAKK?**

abc.



Gjør noe aktivt!
sammen!
meningsfylt!



ABC for god psykisk helse
på arbeidsplassen

**Hva gjør deg glad
på jobb?**

abc.



Gjør noe aktivt!
sammen!
meningsfylt!



ABC for god psykisk helse
på arbeidsplassen

**Hva gjør du dersom du
ser andre løsninger enn
de som fremlegges i
teamet/kollegiet?**

abc.



Gjør noe aktivt!
sammen!
meningsfylt!



ABC for god psykisk helse
på arbeidsplassen

**Hvordan involverer
du andre i dine
arbeidsoppgaver?**

abc.



Gjør noe aktivt!
sammen!
meningsfylt!



ABC for god psykisk helse
på arbeidsplassen

**Hva ønsker du mer
feedback på fra kolleger
og leder?**

abc.



Gjør noe aktivt!
sammen!
meningsfylt!



ABC for god psykisk helse
på arbeidsplassen

**Hvem av mine kolleger
kjenner jeg ikke så
godt?**

abc.



Gjør noe aktivt!
sammen!
meningsfylt!



ABC for god psykisk helse
på arbeidsplassen

**Hva er en perfekt
fridag for deg?**

abc.



Gjør noe aktivt!
sammen!
meningsfylt!



ABC for god psykisk helse
på arbeidsplassen

**Hva er viktig for deg i
dine relasjoner på jobb?**

abc.



Gjør noe aktivt!
sammen!
meningsfylt!



ABC for god psykisk helse
på arbeidsplassen

**Hva gir deg
arbeidsglede?**

abc.



Gjør noe aktivt!
sammen!
meningsfylt!



ABC for god psykisk helse
på arbeidsplassen

**Hva gir deg energi i
jobbhverdagen?**

abc.



Gjør noe aktivt!
sammen!
meningsfylt!