



# Framfart

**Introduktion till guiden -**  
**Trivsel**  
**- färdplan för jämställda arbetslag**

Version: Andra utgåvan december 2024



**TRANSPORTFÖRETAGEN**

# Introduktion till trivselguiden

Det finns tre olika guider i denna färdplan. Alla är tänkta att passa oavsett storlek på företag. Utifrån olika scenarion och förändringsarbete ni gör kan dessa användas på olika sätt. Antingen på hela företaget eller på en enhet. Materialet är förslag på hur man kan arbeta och ni anpassar det till era förutsättningar, utmaningar och möjligheter.

Den viktigaste frågan som kan guida er är:

Vad är långsiktigt viktigt i ert jämställdhetsarbete kopplat till trivsel? Vad är det första lilla steget ni skulle kunna ta då?

## Kort beskrivning av varje guide:

### **Medarbetarundersökning** - så gör du framgångsrika medarbetarundersökningar.

Guiden om medarbetarundersökning kan användas antingen som ett komplement och inspiration till den medarbetarundersökning ni redan har eller för att hitta ett nytt sätt att jobba med det. Den ger tips på hur man

kan mäta trivsel och arbeta med ett systematiskt förändringsarbete.

Medarbetarundersökningar används med fördel för hela företaget men det går också att välja ut några frågor

att arbeta med i en grupp. Tänk bara på att det är viktigt att det ska finnas olika sätt att uttrycka sitt svar, gärna både anonymt och i grupp för en bra diskussion och delaktighet.

### **Buddy-metoden** - ta stöd av varandra i vardagen för en bra trivsel.

Guiden om buddy-metoden handlar om ett enkelt sätt att arbeta med jämställdhet och inkludering i vardagen. För att ert företag ska kunna behålla eller attrahera en jämnare

könsbalans så är trivsel och inkludering en viktig del i det. Trivsel skapas i vardagen mellan kollegor, genom strukturer som policies, rutiner och trygghet.

Den kan användas på hela företaget eller i delar av företaget. Det viktigaste i metoden är närheten till varandra som kollegor.

### **Inkludera dig själv och andra** - kunskap och verktyg om att jobba med trivsel.

Guiden inkludera dig själv och andra ger kunskap, inspiration och konkreta verktyg för att jobba med inkludering och trivsel. Ni kan välja att plocka valda delar oavsett om det är

för att öka er kunskap eller att jobba konkret med något av verktygen. Var bara noga med att göra en sak i taget och hellre ta små steg än stora. Verktygen går att använda oavsett om ni

precis ska börja med ert jämställdhetsarbete eller om ni har kommit långt och behöver inspiration. Den går också att göra oavsett storlek på företaget.

## Det viktigaste är att börja!

Börja med den guide som känns lättast eller roligast att jobba med och ta er därifrån. Ta hellre små steg än för stora. Börja botanisera i guiderna, läs och skaffa er kunskap och prata om det på ert företag eller i er arbetsgrupp.

Lycka till!

