



ABC

FOR
MENTAL
SUNDHED



Gør noget aktivt
Gør noget sammen
Gør noget meningsfuldt



FOLKESUNDHED
SLAGELSE KOMMUNE





ABC
FOR
MENTAL
SUNDHED

SPILLEREGLER

ABC dialogkortene er et samtale spil udviklet af Center for Psykosocial Udvikling Slagelse og Folkesundhed i Slagelse Kommune.

Forslag til spilleregler:

- Placer alle kort på bordet med spørgsmålene nedad. Deltagerne skiftes til at trække et kort og svare på spørgsmålet.
- Placer alle kort i en bunke. Deltagerne skiftes til at trække fra bunken, og alle deltagere svarer på samme spørgsmål. Herefter går turen videre til næste deltager.



Hvilke
arbejdsfællesskaber
er betydningsfulde
for dig?



ABC

FOR
MENTAL
SUNDHED

Gør noget aktivt
Gør noget sammen
Gør noget meningsfuldt



Hvad brænder
du for i dit arbejde?



ABC

FOR
MENTAL
SUNDHED

Gør noget aktivt
Gør noget sammen
Gør noget meningsfuldt



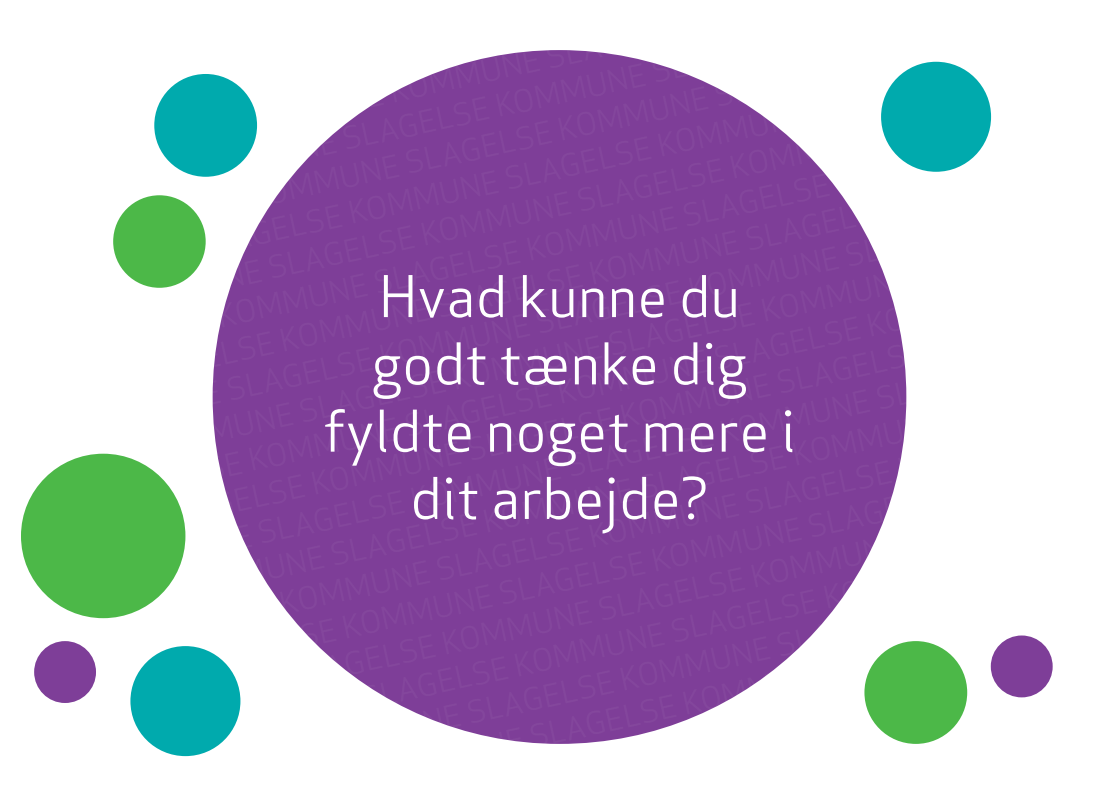
Hvad er et godt
arbejdsliv for dig?



ABC

FOR
MENTAL
SUNDHED

Gør noget aktivt
Gør noget sammen
Gør noget meningsfuldt



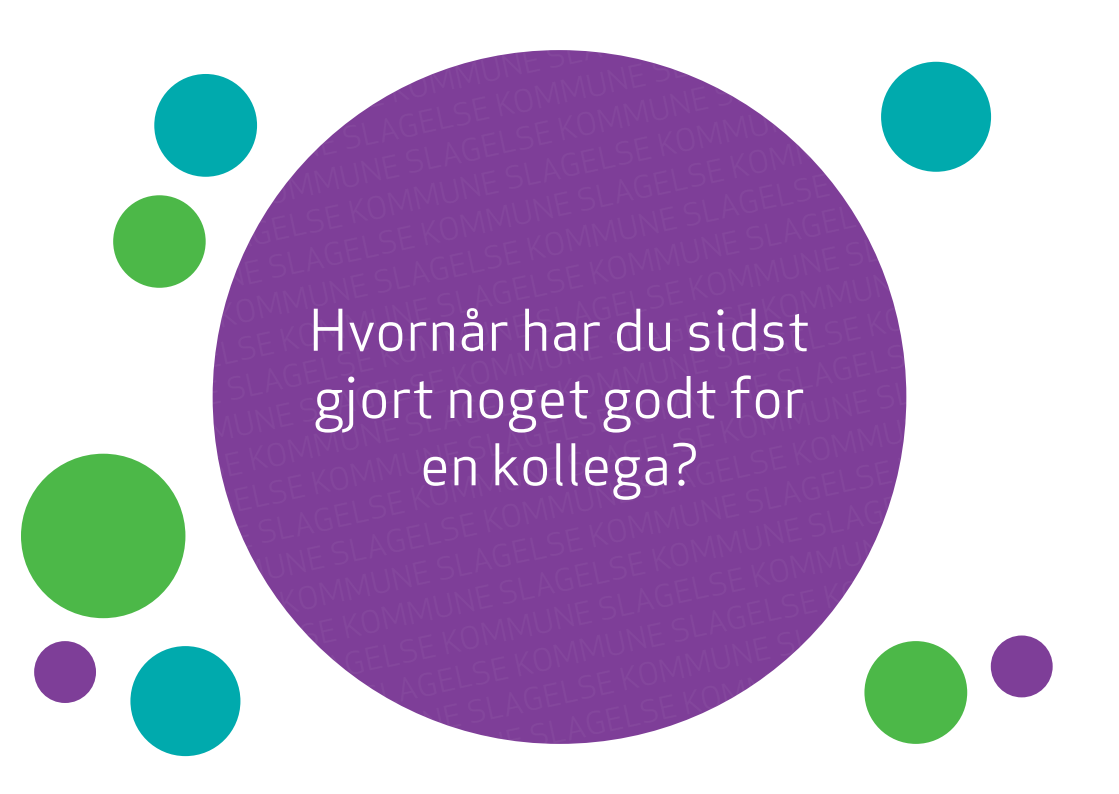
Hvad kunne du
godt tænke dig
fyldte noget mere i
dit arbejde?



ABC

FOR
MENTAL
SUNDHED

Gør noget aktivt
Gør noget sammen
Gør noget meningsfuldt



Hvornår har du sidst
gjort noget godt for
en kollega?



ABC

FOR
MENTAL
SUNDHED

Gør noget aktivt
Gør noget sammen
Gør noget meningsfuldt



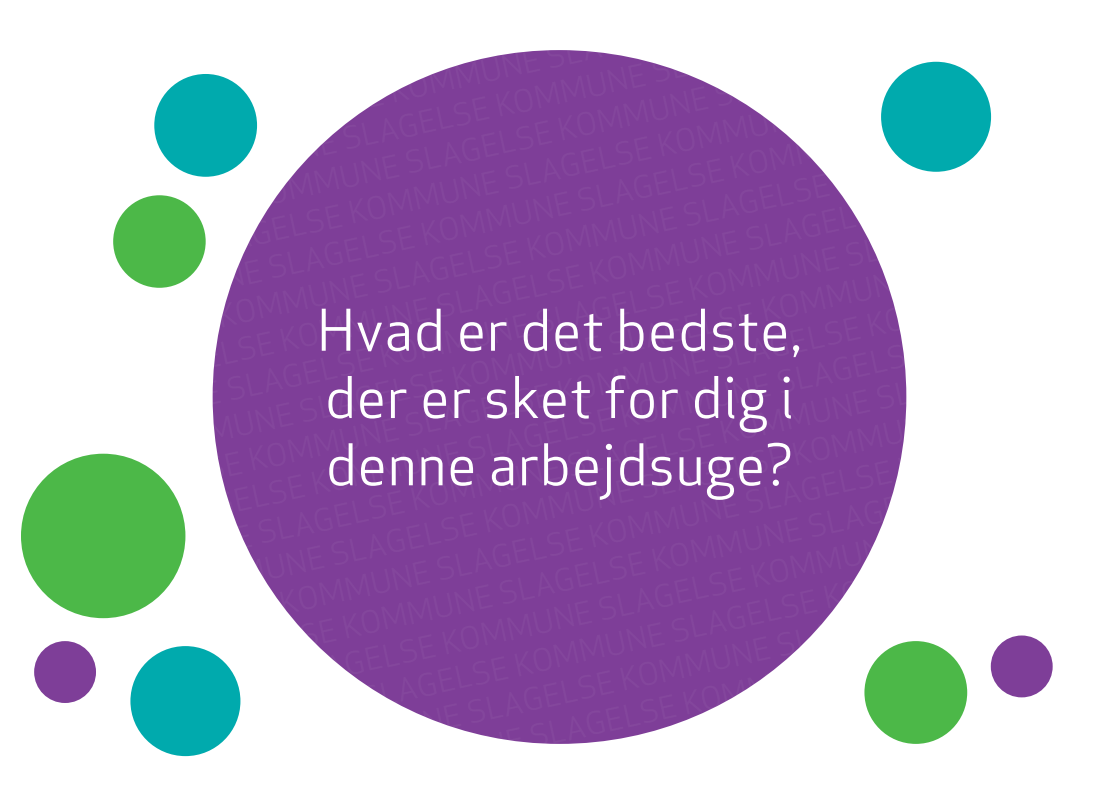
Hvornår føler du dig
engageret?



ABC

FOR
MENTAL
SUNDHED

Gør noget aktivt
Gør noget sammen
Gør noget meningsfuldt



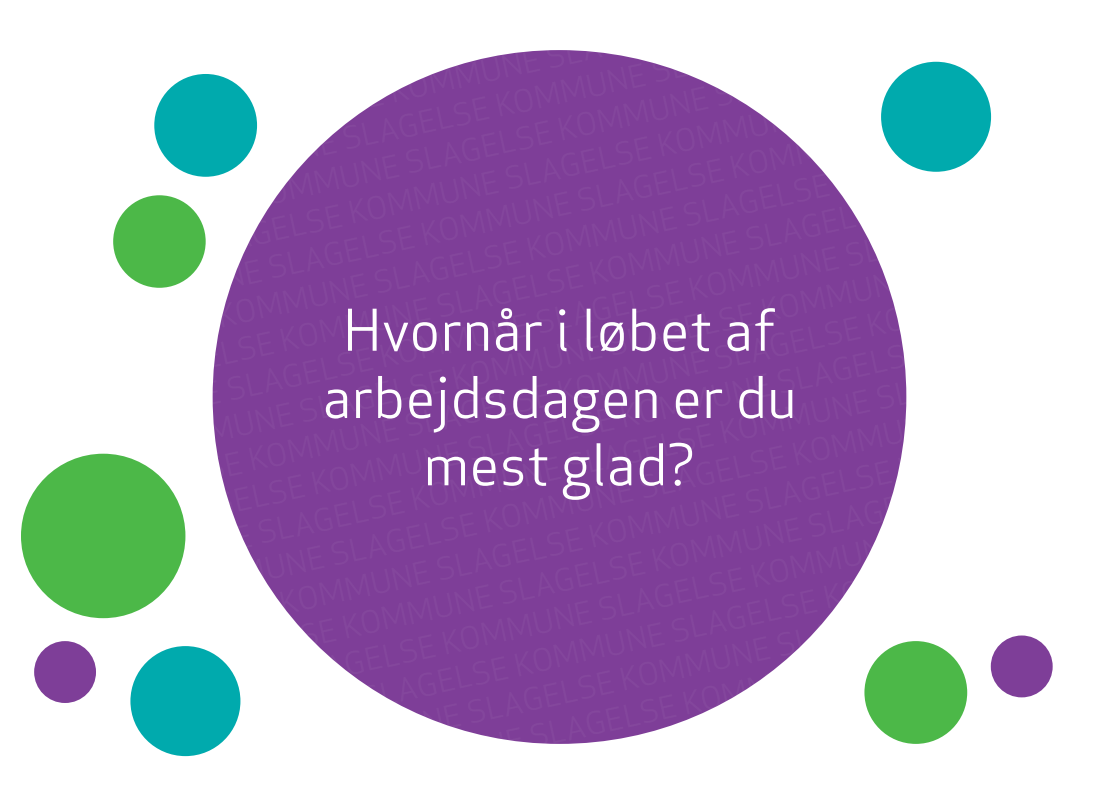
Hvad er det bedste,
der er sket for dig i
denne arbejdsuge?



ABC

FOR
MENTAL
SUNDHED

Gør noget aktivt
Gør noget sammen
Gør noget meningsfuldt



Hvornår i løbet af
arbejdsdagen er du
mest glad?



ABC

FOR
MENTAL
SUNDHED

Gør noget aktivt
Gør noget sammen
Gør noget meningsfuldt




Fortæl en god
historie fra dit
arbejdsliv



ABC

FOR
MENTAL
SUNDHED

Gør noget aktivt
Gør noget sammen
Gør noget meningsfuldt



Hvad er en
god kollega
- og hvorfor?



ABC

FOR
MENTAL
SUNDHED

Gør noget aktivt
Gør noget sammen
Gør noget meningsfuldt



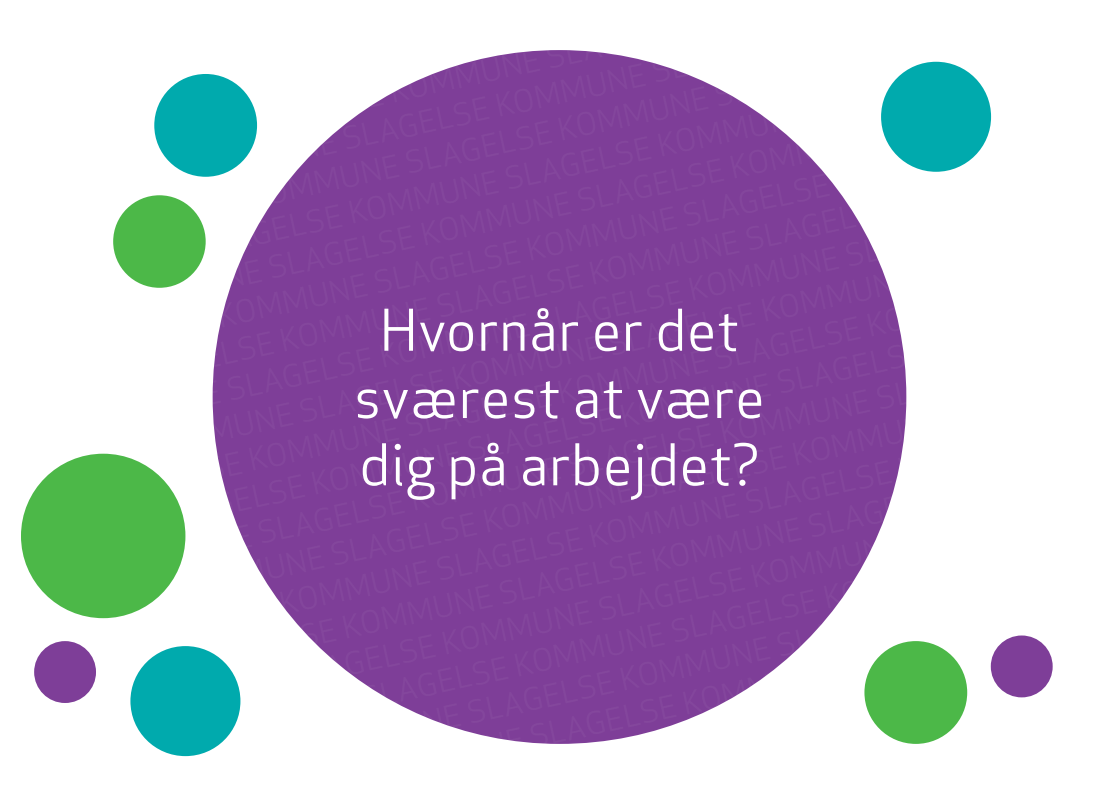
Hvad giver dig
energi i dit arbejde?



ABC

FOR
MENTAL
SUNDHED

Gør noget aktivt
Gør noget sammen
Gør noget meningsfuldt




Hvornår er det
sværest at være
dig på arbejdet?



ABC

FOR
MENTAL
SUNDHED

Gør noget aktivt
Gør noget sammen
Gør noget meningsfuldt



Hvad vil du gerne
gøre mere af i
dit arbejde?



ABC

FOR
MENTAL
SUNDHED

Gør noget aktivt
Gør noget sammen
Gør noget meningsfuldt



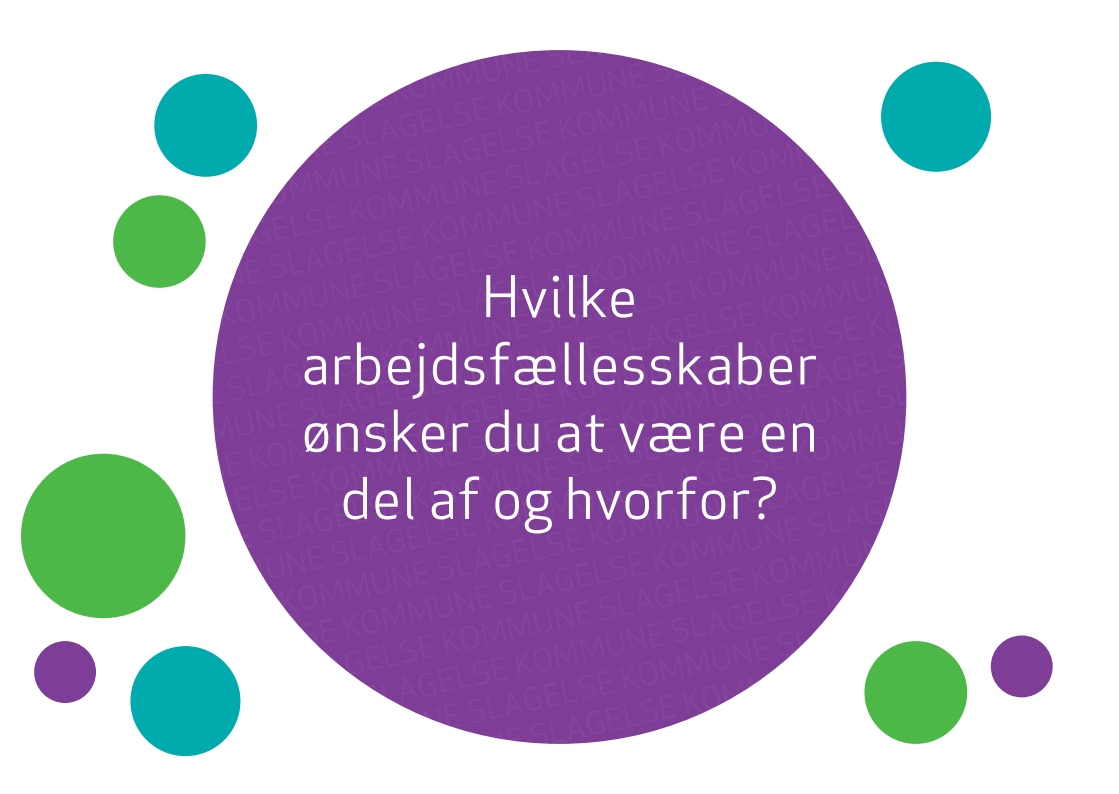
Hvad får dig til
at grine?



ABC

FOR
MENTAL
SUNDHED

Gør noget aktivt
Gør noget sammen
Gør noget meningsfuldt



Hvilke
arbejdsfællesskaber
ønsker du at være en
del af og hvorfor?



ABC

FOR
MENTAL
SUNDHED

Gør noget aktivt
Gør noget sammen
Gør noget meningsfuldt




Hvad er en god
arbejdsdag for dig?



ABC

FOR
MENTAL
SUNDHED

Gør noget aktivt
Gør noget sammen
Gør noget meningsfuldt




I hvilke
arbejdssituationer
oplever du en
følelse af glæde?



ABC

FOR
MENTAL
SUNDHED

Gør noget aktivt
Gør noget sammen
Gør noget meningsfuldt




Har du mulighed for
at bevæge dig i løbet
af din arbejdsdag?



ABC

FOR
MENTAL
SUNDHED

Gør noget aktivt
Gør noget sammen
Gør noget meningsfuldt



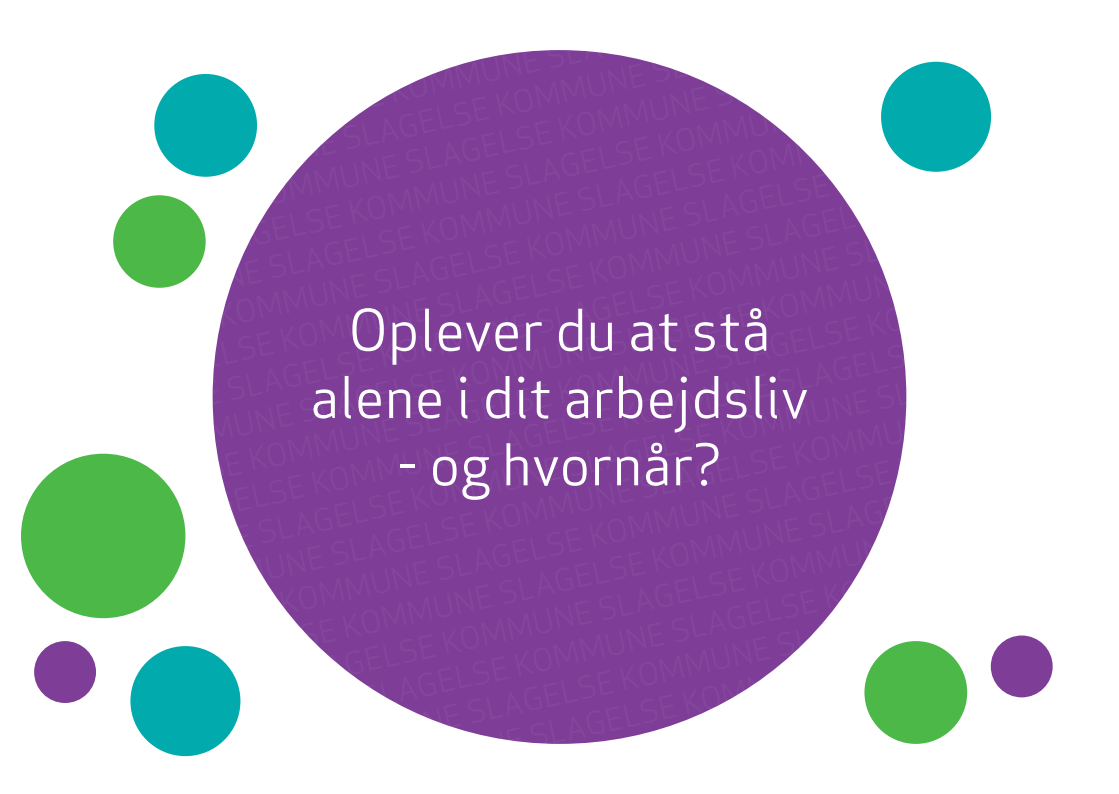
Hvad vil du gerne
opnå med dit
arbejdsliv?



ABC

FOR
MENTAL
SUNDHED

Gør noget aktivt
Gør noget sammen
Gør noget meningsfuldt



Oplever du at stå
alene i dit arbejdsliv
- og hvornår?



ABC

FOR
MENTAL
SUNDHED

Gør noget aktivt
Gør noget sammen
Gør noget meningsfuldt




Drømmer du om at
lave noget specielt i
weekenden?



ABC

FOR
MENTAL
SUNDHED

Gør noget aktivt
Gør noget sammen
Gør noget meningsfuldt



Er der noget, du
savner i dit
arbejdsliv?



ABC

FOR
MENTAL
SUNDHED

Gør noget aktivt
Gør noget sammen
Gør noget meningsfuldt




Hvad er det bedste
ved dit arbejde?



ABC

FOR
MENTAL
SUNDHED

Gør noget aktivt
Gør noget sammen
Gør noget meningsfuldt




Hvis du skal gøre mere
af det, der gør dig glad
på arbejdet, hvad skal
det så være?



ABC

FOR
MENTAL
SUNDHED

Gør noget aktivt
Gør noget sammen
Gør noget meningsfuldt



Savner du indhold
i din arbejdsdag?



ABC

FOR
MENTAL
SUNDHED

Gør noget aktivt
Gør noget sammen
Gør noget meningsfuldt




Hvad drømmer du
om i dit arbejde?



ABC

FOR
MENTAL
SUNDHED

Gør noget aktivt
Gør noget sammen
Gør noget meningsfuldt



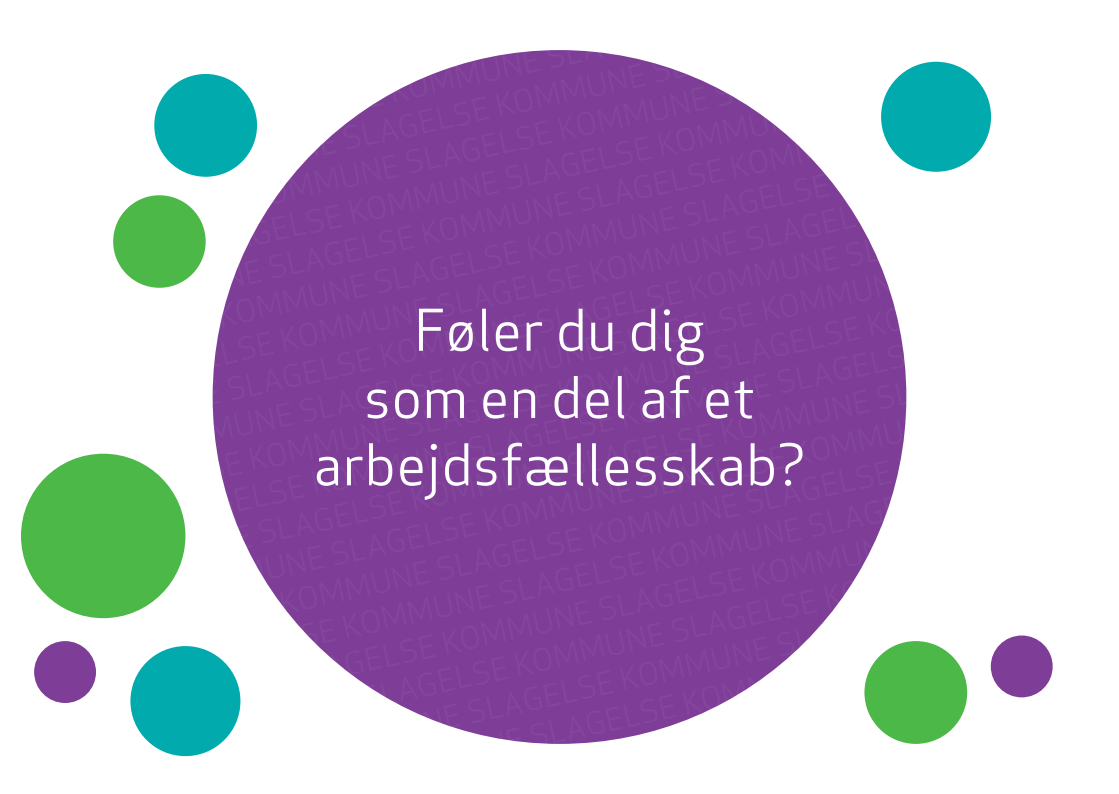
Hvad er dine håb
og drømme for
fremtiden?



ABC

FOR
MENTAL
SUNDHED

Gør noget aktivt
Gør noget sammen
Gør noget meningsfuldt




Føler du dig
som en del af et
arbejdsfællesskab?



ABC

FOR
MENTAL
SUNDHED

Gør noget aktivt
Gør noget sammen
Gør noget meningsfuldt



Hvad gør du, hvis
du skal være aktiv
på arbejdet?



ABC

FOR
MENTAL
SUNDHED

Gør noget aktivt
Gør noget sammen
Gør noget meningsfuldt




Hvad er meningsfuldt
for dig i dit arbejde?



ABC

FOR
MENTAL
SUNDHED

Gør noget aktivt
Gør noget sammen
Gør noget meningsfuldt




Hvad drømte du
om at blive, da
du var barn?



ABC

FOR
MENTAL
SUNDHED

Gør noget aktivt
Gør noget sammen
Gør noget meningsfuldt



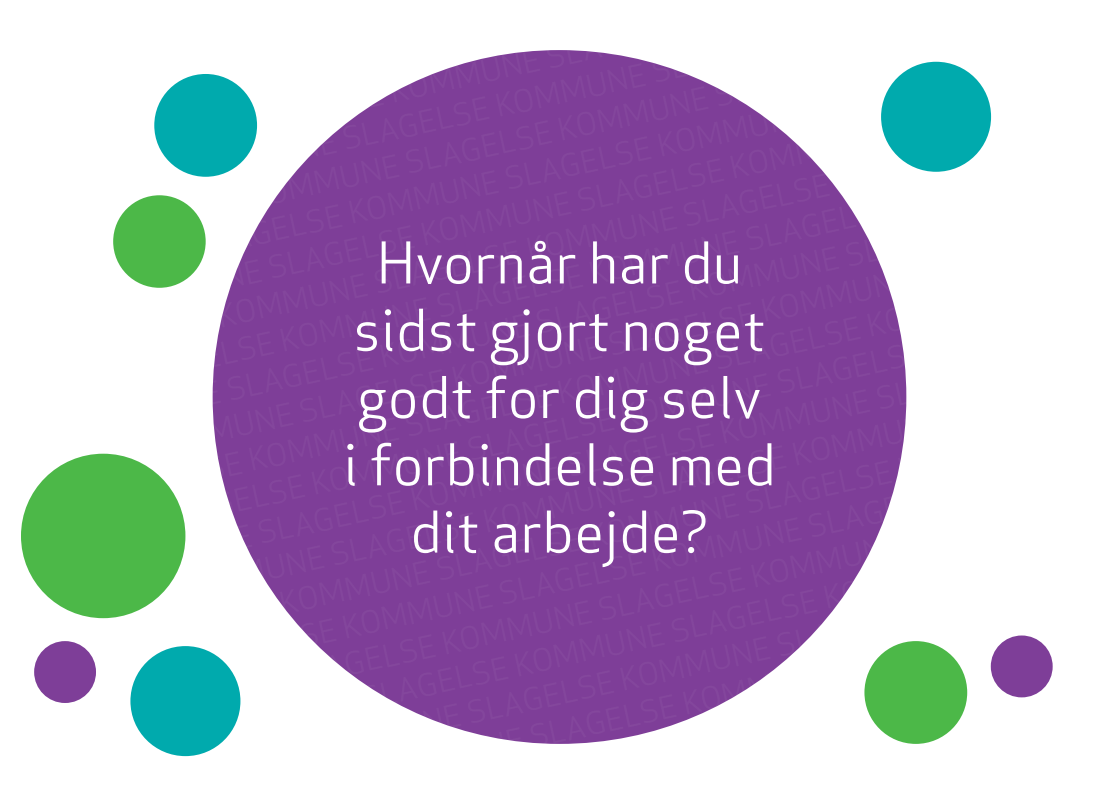
Hvis du skal have
det sjovt med dine
kolleger, hvad finder
du så på?



ABC

FOR
MENTAL
SUNDHED

Gør noget aktivt
Gør noget sammen
Gør noget meningsfuldt



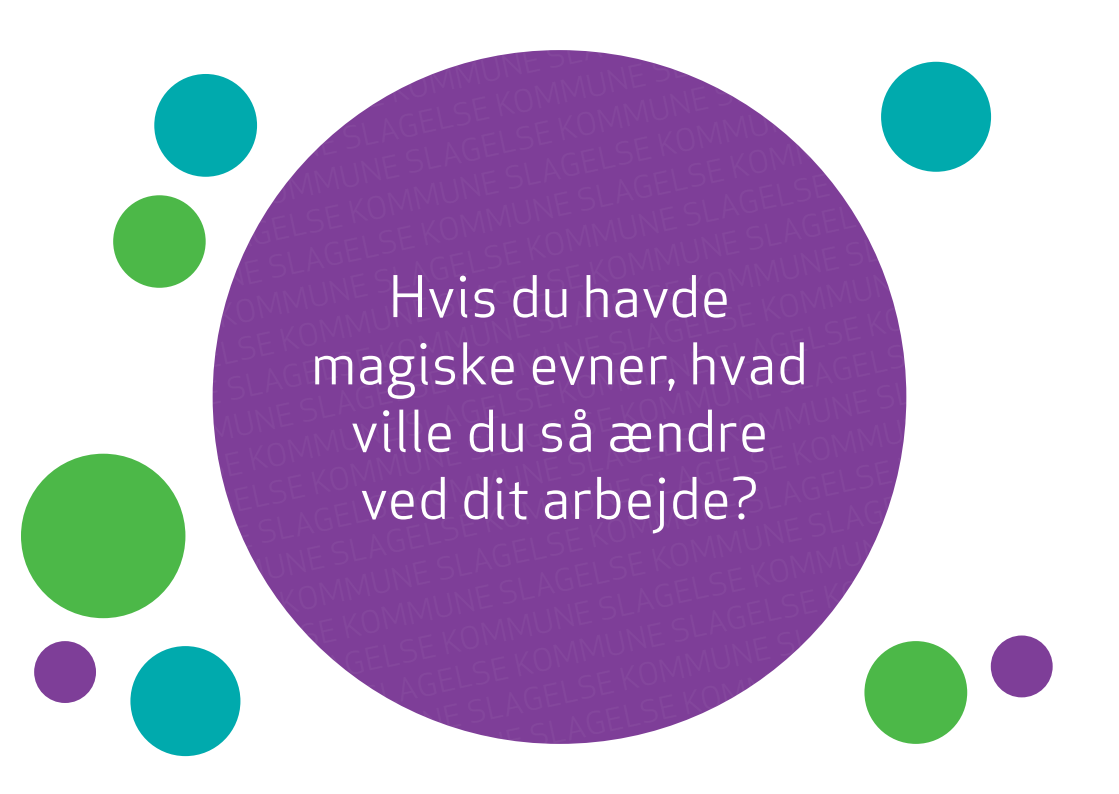
Hvornår har du
sidst gjort noget
godt for dig selv
i forbindelse med
dit arbejde?



ABC

FOR
MENTAL
SUNDHED

Gør noget aktivt
Gør noget sammen
Gør noget meningsfuldt



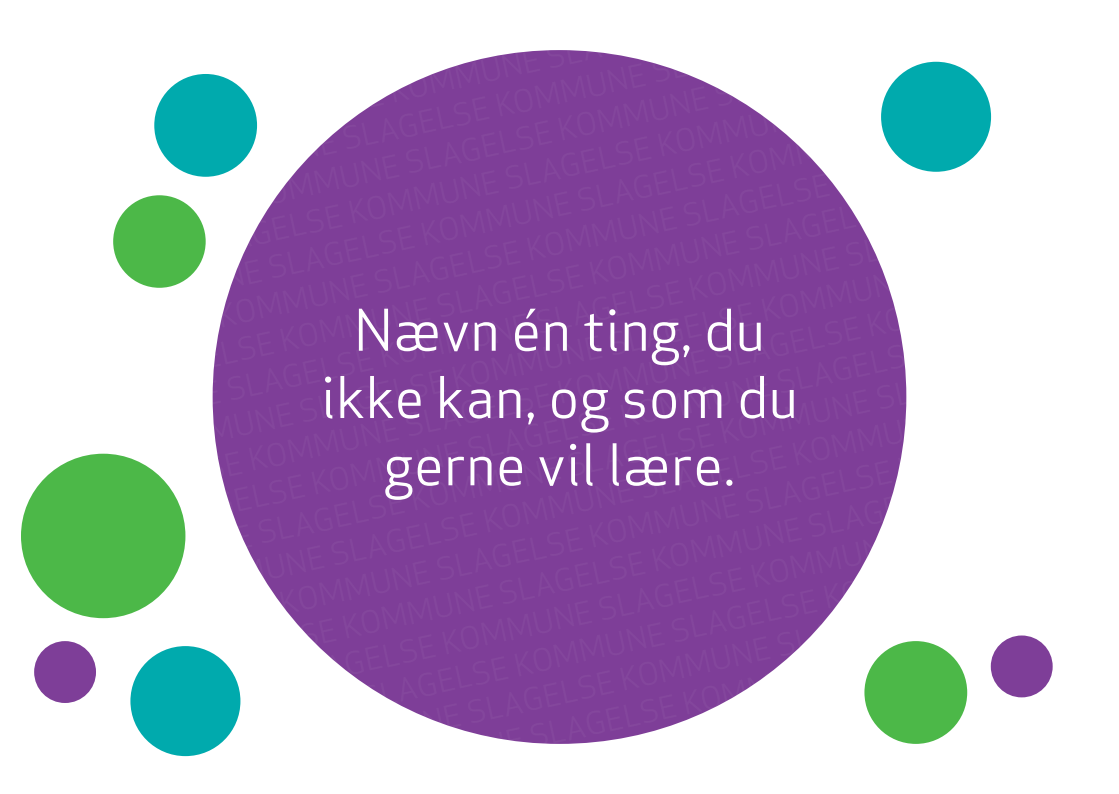
Hvis du havde
magiske evner, hvad
ville du så ændre
ved dit arbejde?



ABC

FOR
MENTAL
SUNDHED

Gør noget aktivt
Gør noget sammen
Gør noget meningsfuldt



Nævn én ting, du
ikke kan, og som du
gerne vil lære.



ABC

FOR
MENTAL
SUNDHED

Gør noget aktivt
Gør noget sammen
Gør noget meningsfuldt



Hvad kan gøre dig
glad på dit arbejde?



ABC

FOR
MENTAL
SUNDHED

Gør noget aktivt
Gør noget sammen
Gør noget meningsfuldt