

Vejledning i inkluderende kommunikation og sprogbrug

- En vejledning til forebyggelse af sexistisk kultur og adfærd

Vores valg af ord betyder noget

De færreste har intentioner om at handle sexistisk, nedsættende eller ekskluderende, men nogle gange kan vores kommunikation og sprog opfattes sådan alligevel. Når vi kommunikerer inkluderende, øver vi os i at undgå fordomme og stereotyper om bestemte grupper af mennesker, kommunikere på en måde, der anerkender forskellighed, og få andre til at føle sig accepterede og som en del af fællesskabet.

Oplever du, at kønsstereotyper påvirker kulturen på din arbejdsplads?

Kan du komme i tanke om situationer, hvor kønnede udtryk har haft en negativ eller positiv indflydelse i din hverdag?

Vær særligt opmærksom på kommentarer om køn, krop og udseende

Mange har oplevet uønsket sexistisk adfærd, og ofte omfatter det kommentarer om krop, tøj og udseende. Det betyder, at vi med fordel kan være særligt opmærksomme på, hvordan vi har samtaler om udseende. Det kan også være, at vi skal øve os i at undgå at kommentere, hvordan vi selv ser ud eller hvilket tøj andre har på.

Hvordan og hvornår er det okay at kommentere kollegers eller lederes udseende, krop eller køn?

Hvordan og hvornår er det slet ikke okay?

Det er ikke bare for sjov

Jokes og humoristiske kommentarer om kroppe eller kønsstereotyper, kan være svære at sige fra over for. Mange steder er de blevet en del af kulturen, fordi humor er en god og vigtig del af arbejdsmiljøet. Dog kan jokes og humoristiske kommentarer om krop, kønsstereotyper eller sex opleves som grænseoverskridende, og bidrage til en sexistisk kultur, selvom de ikke altid opfattes sådan af alle.

Hvornår er arbejdsmiljøet uformelt og humoristisk uden at være kønsstereotyp, nedværdigende, ekskluderende eller grænseoverskridende?

Hvilke former for humor gør noget godt for arbejdsfællesskabet og trivslen hos jer?

Kombinationen af forskellige faktorer kan skabe sårbarhed

Nogle medarbejdergrupper er mere udsat for sexistiske kommentarer end andre. Faktorer som alder, etnicitet, kultur, religion, fysiske og/eller mentale evner mv. i kombination med hinanden, påvirker i hvor høj grad man risikerer at blive udsat for nedsættende kommentarer eller ekskluderende kommunikation, og hvis man tilhører en minoritet, kan det være endnu sværere at sige fra. Som kollega kan du være med til at genkende og forebygge sexistisk sprog, og håndtere grænseoverskridende kommunikation. På den måde er vi langt flere, der kan bidrage til et trygt og inkluderende arbejdsmiljø.

Overvej hvilke faktorer, der kan gøre det mere udfordrende for enkelte kollegaer at være en del af arbejdsfællesskabet og føle sig respekteret og anerkendt?