

# Mænd, fagbevægelse og ligestilling

Aktiviteter for mænd i 2018



# Indledning

Her er et samlet overblik over de 4 tilbud og aktiviteter FIU-Ligestilling tilbyder for mænd i 2018 i forbindelse med projektet "Mænd, fagbevægelse og ligestilling".

Formålet med projektet er, at imødekomme mænds voksende interesse og behov for ligestillingsarbejde. Det vil sige der arbejdes både med mænds ligestillingsudfordringer og mænds gevinster og roller/muligheder i arbejdet generelt.

2018 er afsat til at undersøge hvor mænd fra fagbevægelsen ser udfordringer og muligheder. Derfor er aktiviteter og kurser eksperimenterende med hensyn til kursussted og indhold og metoder.

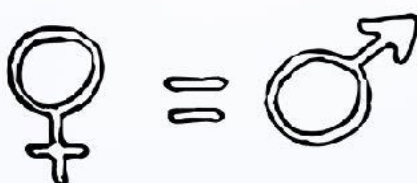
Der gennemføres også aktiviteter for både mænd og kvinder om mænds ligestilling. Disse kan ses på: [www.fiu-ligestilling.dk](http://www.fiu-ligestilling.dk)

Viser tilslutningen til kurserne udelukkende for mænd sig så stor, at kurserne bliver overbooket bliver der oprettet yderligere kurser.

På baggrund af opstartskonferencen i slutningen af 2017 har vi valgt at fokusere bredt med henblik på, at opnå erfaringer bredt, således at udbuddet kan videreudvikles i 2019.

Vi ser frem til at endnu flere mænd deltager i ligestillingsarbejdet.

FIU-Ligestilling  
Februar 2018



# Arbejdspladsfællesskabet

## - fra fyraftensøl til hvad?...

Engang sad vi sammen og fik en øl eller en kom kaffe inden vi kørte hjem til familien. I dag går man direkte hjem uden en fælles afslutning på arbejdsdagen, nogle møder faktisk slet ikke en kollega inden hjemkomsten. Det har selvfølgelig konsekvenser for fællesskabsfølelsen og arbejdspladskulturen.

Hvordan får vi etableret nye måder, at skabe fællesskab på som ligger i tråd med tiden.

---

### Udbytte

Gennem kurset vil vi øge bevidstheden om hvordan kulturen former os som individer. Desuden vil vi fokusere på hvordan vi som tillidsvalgte skaber en omgangstone og en kultur der styrker fællesskabet og arbejdsglæden for alle.

---

### Indhold

- ❖ Når udviklingen løber fra os
- ❖ Fra chikane til respekt
- ❖ Lærling/svend forholdet
- ❖ Barsel og familiesnak
- ❖ Hvad taler vi om?
- ❖ #MeToo
- ❖ Plads til følelser på arbejdspladsen?



---

## Kurset

Vi lever i en tid hvor viden ikke overføres fra de ældre generationer til de yngre, men flyder frit og til tider kaotisk og fragmenteret. Det udfordrer lærling/svend forholdet og den selvfølgelige autoritet der er forbundet med både viden og erfaring er udfordret.

På kurset vil vi se på hvordan vi får en naturlig respektfuld omgangstone på arbejdspladsen.

De unge mænd har et andet fokus på relationen til familie og børn og ønsker, at tage ligelig del i omsorgen for barnet. Vi vil forholde os til hvordan vi som tillidsvalgte imødekommer de unges ønsker og behov. #MeToo bølgen får også betydning for os mænd og vi vil se på, hvordan vi som mænd kan støtte op omkring tidens krav om ligestilling og hvordan vi som mænd kan drage fordele af opgøret med respektløsheden.

---

## Undervisere

Alex Haurand, Henrik Munkholm mfl.  
Eventuelle spørgsmål om indhold kan mailes til: [alex@haurand.dk](mailto:alex@haurand.dk)

---

## Tovholder

Susanne Fast Jensen.  
Eventuelle organisatoriske spørgsmål kan mailes til:  
[susanne.fast.jensen@3f.dk](mailto:susanne.fast.jensen@3f.dk)

---

## Refleksioner

- ❖ "Hvordan er min kontakt til kollegerne?"
- ❖ "Kan jeg følge med udviklingen?"
- ❖ "Hvad skal afløse skurvognssnakken?"

---

## Målgruppe

Tillidsvalgte mænd der ønsker at gøre en ekstraordinær indsats for den gode arbejdspladskultur.



3F'S KURSUSCENTER - LANGSØHUS

---

## Tid og sted

Tirsdag den 29. maj kl. 9.00 –  
onsdag 30. maj kl. 16.00.

Langsøhus ved Silkeborg.

---

## Pris

6.950,00 kr.  
Ansøgning og godkendelse skal ske igennem dit forbund/fagforening.

---

## FIU-nummer

5207 18 00 73

# 5M-Kurset

*- mand, mangfoldighed, maskulinitet, mindfulness og menneskelighed*

Kurset skal imødekomme det behov for et stille og åbent refleksionsrum som mandlige tillidsvalgte på kurser, workshops og samtaler har ytret ønske om. Kurset giver mulighed for at reflektere over den rolle du har som mand og tillidsvalgt - så du ikke blot glider med strømmen med fare for at drukne i stigende krav og voksende informationsstrøm.

---

## Udbytte

Det er målet med kurset, at du bliver mentalt stærkere i dit tillidshverv og at du bliver mere bevidst om hvilke værdier og normer du vil repræsentere som mand. Kursets mål er desuden, at skabe gode ambassadører for ligestillingsarbejdet i fagbevægelsen.

---

## Indhold

- ❖ Den mandlige tillidsvalgtes opgaver
- ❖ Meditation - redskab til refleksion
- ❖ Hvad eller hvordan er en moderne mand?
- ❖ Dynamik og ro
- ❖ Kultur og normer



---

## Kurset

Med udgangspunkt i mental ro og et ikke-dømmende nærvær vil vi arbejde med og udfordre vores roller som mænd og tillidsvalgte.

Kurset vil veksle mellem udfordringer og ro, stilhed, dialog og mellem individuelle refleksioner og feedback fra gruppen.

Vi går tæt på hinanden som mennesker og mænd. Det er vigtigt at du er klar til at blive udfordret på indlærte meninger og holdninger. Vi vil sammen fordybe os i forståelsen af den kønsrolle du er tildelt og hvordan den former dine muligheder og valg.

Kurset trækker på viden og inspiration fra udviklingspsykologi, kognitiv adfærds terapi, mindfulness og maskulinitetsforskning.

---

## Undervisere

Alex Haurand.

Eventuelle spørgsmål om indhold kan mailes til: [alex@haurand.dk](mailto:alex@haurand.dk)

---

## Tovholder

Susanne Fast Jensen.

Eventuelle organisatoriske spørgsmål kan mailes til:

[susanne.fast.jensen@3f.dk](mailto:susanne.fast.jensen@3f.dk)

---

## Refleksioner

- ❖ "Hvem er jeg - udover en mand?"
- ❖ "Hvor er stilheden i en dynamisk verden?"
- ❖ "Hvad er tilbage når tankerne er i ro?"

---

## Målgruppe

Mænd der med udgangspunkt i sig selv og rollen som tillidsvalgt ønsker at skabe en mere retfærdig verden - en verden hvor ens køn ikke begrænser ens livsforløb.



---

## Tid og sted

Mandag den 4. juni kl. 10.00 –  
onsdag den 6. juni kl. 12.00.

Risinge Herregård, Ullerslev.  
(Eller lignende – nær Kerteminde).

---

## Pris

6.850,00 kr.

Ansøgning og godkendelse skal ske igennem dit forbund/fagforening.

---

## FIU-nummer

5207 18 00 74

# Har du talt med din makker i dag?

## - om relationer og organisering

Vi bliver ikke altid klogere af at gøre som vi altid gør. På dette kursus udfordrer vi 3 forhold. Hvordan udvikler vi (mandlige tillidsvalgte) os bedst? Er det ved at sidde i dejlige lokaler og modtage undervisning og udveksle erfaringer - eller kunne andre rammer være befordrende for os?

Kan vi i højere grad end nu styrke positive maskuline værdier på arbejdspladsen?

Hvordan bringer vi os selv i spil i kontakten til kollegaer og kommende medlemmer af fagbevægelsen?

---

### Udbytte

Efter kurset vil du være mere opmærksom på dine og andre menneskers forskelligheder mht. normer, præferencer, ønsker og behov. Du vil kunne træde ind på arbejdspladsen med personlig tyngde i kampen for en rummelig og imødekommende kultur. Du vil styrke dine personlige evner til, at danne stærke relationer mellem mennesker - til gavn for ikke kun for din arbejdsplads og fagforbund men også for dig selv personligt.

---

### Indhold

- ❖ Hvordan taler vi sammen?
- ❖ Drengerøvs-kulturen
- ❖ Maskuline værdier
- ❖ Hvad er vi fælles om?
- ❖ Når udviklingen overhaler erfaringerne
- ❖ Hvordan opleves jeg af andre?
- ❖ Hvordan tager vi os af hinanden?



---

## Kurset

Kurset er et pilotprojekt og der vil blive arbejdet eksperimentelt med forskellige virkemidler. Du forventes således, at kunne tilpasse dig og arbejde fleksibelt under uforudsigelige vilkår. Du vil undervejs i kurset kunne møde personlige udfordringer som kræver selvreflektion og opmærksomhed på egne begrænsninger og normer.

Vi vil gå tæt på hinanden som mennesker, mænd og tillidsrepræsentanter i dialog og samspil og derved lære mere om hvad det vil sige at stå sammen og at hjælpe hinanden igennem udfordringer.



KURSET AFHOLDES UNDER UTRADITIONELLE RAMMER VED KARUP Å OG EN TUR I KANO GENNEM ÅDALEN ER EN DEL AF PROGRAMMET.

---

## Refleksioner

- ❖ "Hvem er jeg som mand?"
- ❖ "Hvad kæmper jeg for?"
- ❖ "Hvad vil jeg stå op imod?"

---

## Målgruppe

Tillidsvalgte mænd der har mod på at udfordre sig selv og se på egne stærke og svage sider. Tillidsvalgte, der gerne vil blive stærkere til at danne relation imellem mennesker og som mener, at kontakten til medmennesket er vejen til organisering på arbejdspladsen.

---

## Undervisere

Alex Haurand og Henrik Munkholm  
Eventuelle spørgsmål om indhold kan mailles til: [alex@haurand.dk](mailto:alex@haurand.dk)

---

## Tid og sted

Mandag den 13. august kl. 15.00 –  
onsdag den 15. august kl. 15.00.

Hessellund Sø Camping og Karup Ådal.

---

## Tovholder

Susanne Fast Jensen.  
Eventuelle organisatoriske spørgsmål kan mailles til:  
[susanne.fast.jensen@3f.dk](mailto:susanne.fast.jensen@3f.dk)

---

## Pris

7.850,00 kr.  
Ansøgning og godkendelse skal ske igennem dit forbund/fagforening.

---

## FIU-nummer

5207 18 00 72



# Den bedste udgave af dig selv

## - et kursus i konflikthåndtering for mænd

Ethvert møde mellem mennesker, hvad enten det er en flygtig øjenkontakt eller et livslangt forløb, er en relation. Enhver relation danner basis for en konflikt. Derfor handler dette om at klæde tillidsvalgte mænd på, så de bliver bevidst om hvad der skal til for at skabe en god relation - og derved minimere risikoen for konflikter med både mænd og kvinder.

Vrede er en knap så anerkendt og tilladt følelse, som glæde, sorg og forelskelse. Ikke desto mindre er det en lige så naturlig del af vores følelsesliv. Derfor skal vi lære at udtrykke vores vrede på en hensigtsmæssig og for alle parter tilfredsstillende måde.

---

### Udbytte

På kurset vil du blive præsenteret for en række yderst effektfulde og brugbare redskaber. Redskaber der medvirker til, at du efter kurset vil være i stand til at møde, aflæse og kommunikere med personer på en måde, så risikoen for konflikter minimeres markant.

Du bliver bedre til at spotte og forebygge potentielle konflikter, inden de udvikler sig og skader både samarbejdet og din egen trivsel

Du vil styrke dine personlige evner til at danne stærke relationer mellem mennesker - til gavn ikke kun for din arbejdsplads og fagforbund, men også for dig selv personligt.

---

### Kurset

Undervisningsformen veksler mellem inspirerende oplæg, gruppearbejde med træning af de præsenterede modeller og redskaber, samt åben dialog.

Vi tager udgangspunkt i din egen hverdag og de konflikter du oplever. Det forventes, at du bidrager aktivt undervejs.

---

### Indhold

- ❖ Bag konflikten er ønsket om noget bedre
- ❖ Ligeværdig kommunikation
- ❖ Værktøjer til forebyggelse af konflikter
- ❖ Hjernen og vores oplevelse af verden
- ❖ Konflikters kompleksitet og dynamik
- ❖ Vredeshåndtering



---

## Målgruppe

Tillidsvalgte mænd der har mod på at udfordre sig selv og se på egne stærke og svage sider. Tillidsvalgte, der gerne vil blive stærkere til, at danne relation imellem mennesker. Tillidsvalgte, der vil arbejde med kontakten til medmennesket er vejen til fællesskab og organisering på arbejdspladsen.

---

## Henrik Munkholm

Henrik er en af de mest erfarne og anerkendte konsulenter indenfor arbejdet med vold og konfliktforståelse og forebyggelse.

Han har igennem de sidste 16 år haft over 600 voldelige mænd og flere hundrede par i behandling.



---

## Refleksioner

- ❖ "Hvor gør jeg af min vrede?"
- ❖ "Hvor står jeg i en konflikt?"
- ❖ "Hvad er en god relation for mig?"

---

## Underviser

Henrik Munkholm.  
Eventuelle spørgsmål til undervisningens indhold kan mailes til:  
[kontakt@henrikmunkholm.dk](mailto:kontakt@henrikmunkholm.dk)

---

## Tid og sted

Onsdag den 22. august kl. 10.00 –  
fredag den 24. august kl. 13.00.

Langsøhus ved Silkeborg.

---

## Tovholder

Susanne Fast Jensen.  
Eventuelle organisatoriske spørgsmål kan mailes til:  
[susanne.fast.jensen@3f.dk](mailto:susanne.fast.jensen@3f.dk)

---

## Pris

8.150,00 kr.  
Ansøgning og godkendelse skal ske igennem dit forbund/fagforening.

---

## FIU-nummer

5207 18 00 75