



2026

TR-GRUNDUDDANNELSEN

Forløb 1 - 2026

VÆRKTØJ	FORHANDLING	KONFLIKT-LØSNING	"med lov skal TR bygges"	Service Eftersyn
Hotel First Grand Odense	Severin Middelfart	Gl. Strand 50, Stuen København	Gl. Strand 50, stuen København	Gl. Strand 50, stuen København
19. – 21. januar 2026	23. – 25. marts 2026	15. juni 2026	16. juni 2026	28. september 2026
HEB/MMO	MMO/+	THA	HER	HEB

Forløb 2 - 2026

VÆRKTØJ	FORHANDLING	KONFLIKT-LØSNING	"med lov skal TR bygges"	Service Eftersyn
Hotel First Grand Odense	Severin Middelfart	Gl. Strand 50, stuen København	Gl. Strand 50, stuen København	Gl. Strand 50, stuen København
31. august – 2. september 2026	26.– 28. oktober 2026	18. januar 2027	19. januar 2027	26. april 2027
HEB/MMO	MMO/+	THA	HER	HEB

DJ betragter grunduddannelsen som obligatorisk for tillidsrepræsentanter og deres stedfortrædere.

Det med obligatorisk mener vi alvorligt. Først og fremmest for tillidsrepræsentantens egen skyld. Det er vigtigt, at du så tidligt som muligt får en paratviden og forhandlingsteknik, der gør hvervet indflydelsesrigt og udfordrende.

Det praktiske og tilmelding til TR-grunduddannelsesforløb

- Du skal så vidt muligt medbringe din bærbar pc eller mac.
- Opholdet på internatkurserne og forplejning betales af DJ
- Transportudgifter betales af din medarbejderforening, hvis du har en sådan, ellers af forbundet, som dækker DSB standard.

NB: Deltager der kommer vest for Storebælt, Grønland eller Bornholm, vil modtage særskilt information i forbindelse med deltagelsen i modulerne **"Konfliktløsning"** og **"Med Lov skal TR bygges"**.

Vi opfordrer dig til hurtigst muligt efter du er blevet valgt til at tilmelde dig ved, at sende en mail med følgende oplysninger:

1. Fra hvilken dato du er valgt?
2. På hvilken arbejdsplads (medarbejderforening) er du valgt?
3. Er du valgt som tillidsrepræsentant eller stedfortræder?

Send den til forhandlingsteam@journalistforbundet.dk. Du også velkommen til at ringe til os på telefon 33 42 80 00 alle dage mellem kl. 10 og 15.

Grunduddannelsen gør dig til en bedre tillidsrepræsentant. Du bliver bedre til

- at bygge bro mellem kolleger og ledelse
- at formidle
- at se og rette op på skævheder på jobbet
- Og du vil opleve en personlig udvikling.

Et kursusforløb – 5 moduler

Du melder dig til ét sammenhængende forløb, vær opmærksom på at få tjekket dine kalendere, så du kan deltage på alle 5 kursusmoduler i samme forløb, det er vigtigt!

Kursusforløbet består af 2, 3 dages internatophold, 3 separate enkelt dags moduler, som fremgår af oversigten herover. Det er vigtigt at informere din arbejdsplads om datoerne og samtidigt sætte det i kalenderen. På den måde følges du hele tiden med den samme gruppe, som gennem tiden opbygger en fælles viden og mulighed for at hjælpe hinanden med erfaringer og gode råd. Forhandlingsafdelingen har planlagt 2 samlede forløb hen over året – så du kan komme på et forløb forholdsvis hurtigt efter, at du er blevet valgt.

Grunduddannelsens indhold

Værktøjskurset

Tager sit udgangspunkt i to hovedpunkter:

Det første handler om love, regler, overenskomster, freelancere m.m.

Kolleger stiller spørgsmål, ledelsen giver dig en masse modspil – og forbundet har forventninger til din indsats. Det kræver paratviden, som du får på kurset her i form af kendskab til regler om overenskomster, husaftaler, kutymmer, love, afskedigelser, sygdom, ferie – og meget mere. Og vi giver dig et indblik i den verden, vores freelancemedlemmer færdes i.

Det andet er tillidsrepræsentantens rolle. Hvilke forventninger er der til dig i forhold til at være kollegaens forsvarsadvokat, diplomaten i vanskelige forhandlinger eller DJ's udsendte. Der er mange måder at være tillidsrepræsentant på, og i diskussionerne med de andre kursister vil du kunne pejle dig ind på, hvordan du kan og vil agere i en omskiftelig hverdag.

Derudover er der afsat en halv dag til et konfliktspil, hvor du får indsigt i de konflikter medarbejderforeningerne bliver udsat ud.

Vi er klar over, at det kan virke som tung kost. Men vi gør den lettere at fordøje, fordi udgangspunktet altid er sager fra det virkelige liv på arbejdspladserne. Og så er du selv "på" i gruppearbejde, plenumdiskussioner og konfliktspil.

Kurset varer 3 dage, et sted centralt for alle som internat med start kl. 10.00 på førstedagen og slut kl. 16.30 på tredje dagen.

Forhandlingskurset

Tager udgangspunkt i, at du som tillidsrepræsentant konstant bevæger dig i en verden, hvor der forhandles. Med ledelse og kolleger.

Forhandlingsteknik er ikke noget, der er forbeholdt ledelsen. Som tillidsrepræsentant er du dine kollegers forhandler om løn, arbejdsvilkår og personlige konflikter.

Vores forhandlingskursus klæder dig på til opgaven. DJ's forhandlingschef giver dig gode råd om, hvordan du bedst forbereder dig til at sidde over for en ledelse, og om egne og modpartens reaktionsmønstre. Kurset består hovedsageligt af øvelser med efterfølgende refleksioner, og du kommer du også til at prøve kræfter med en professionel forhandler på den anden side af bordet.

Kurset varer 3 dage, et sted centralt for alle som internat med start kl. 10.00 på førstedagen og slut kl. 16.30 på tredjedagen.

Konfliktløsning

Kurset indeholder:

- Viden om konflikters opbygning og nedtrapning
- Konfliktspil
- Kendskab til din egen konfliktstil
- Forberedelse af en konkret svær samtale, som du selv medbringer til kurset.
- Gennemførelse og feedback af en svær samtale

Kurset bliver tilrettelagt, så der hele tiden veksles mellem teori og praksis. Du får lov til at prøve dine nye værktøjer og teste dig selv i trygge rammer blandt andre tillidsrepræsentanter, inden du skal ud at prøve dem af blandt ledelse og kolleger.

Kurset foregår i forbundets kursuslokale Gammel Strand 50, stuen i København og varer en dag fra kl. 10 til 16.30

Med lov skal TR bygges

På kurset går vi lidt dybere ned i nogle af de love du som TR vil kunne støde på i din hverdag. Blandt andet ser vi på ligebehandlingsloven, forskelsbehandlingsloven, lov om tidsbegrænset ansættelse og virksomhedsoverdragelsesloven

Kurset bliver krydret med relevante domme og ikke mindst en masse opgaver, der diskuteres i mindre grupper og i plenum.

Kurset foregår i forbundets kursuslokale Gammel Strand 50, stuen i København og varer en dag fra kl. 10 til 16.30

Service Eftersyn

Er det sidste led i forløbet. Herefter slipper vi dig ud i verden.

Forinden giver vi dig en justering, som du delvis selv kan være med til at bestemme.

Men der er også noget nyt om tillidsrepræsentantens rolle som rådgiver, f.eks. for de kolleger, der lige skal have noget at vide inden de skal til en jobsamtale med en eventuel lønforhandling i samme omgang.

Kurset foregår i forbundets kursuslokale Gammel Strand 50, stuen i København og varer en dag fra kl. 10 til 21.