

Fra konflikt til samarbejde

Socialpædagogerne Østjylland

November 2020

Mette Lindhardt

Erhvervspsykolog, Cand.psych.aut.

ml@amcentret.dk

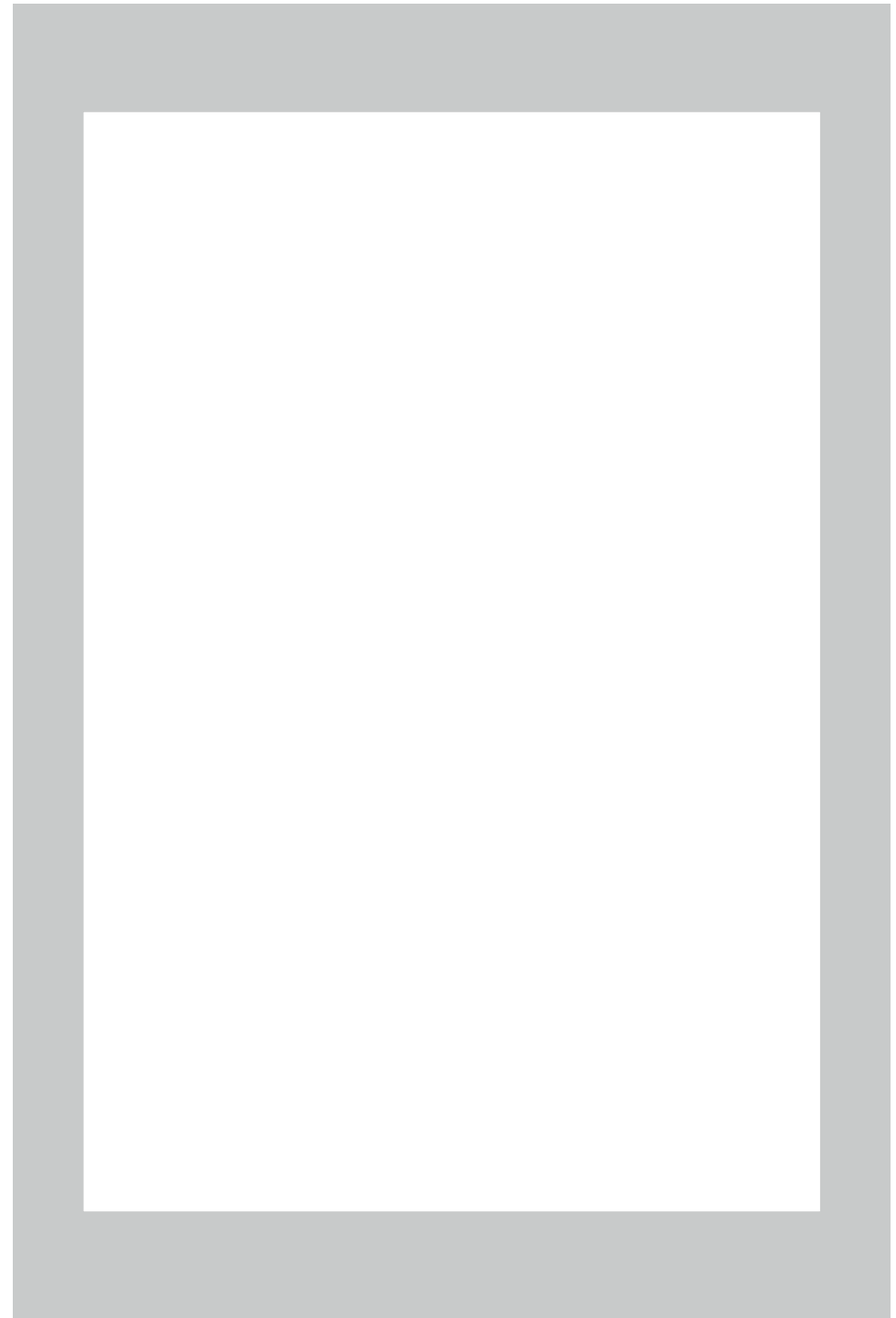
Tlf. 21 34 20 74

Program

Konflikters opståen og udvikling

TRIOs håndtering - inspiration

Spørgsmål



Hvad
kendetegner
et godt
samarbejde?



Den fælles drøm om det gode samarbejde

Fælles opgave og mål

Mening

Respekt

Tillid

At hjælpe hinanden

Alle bidrager

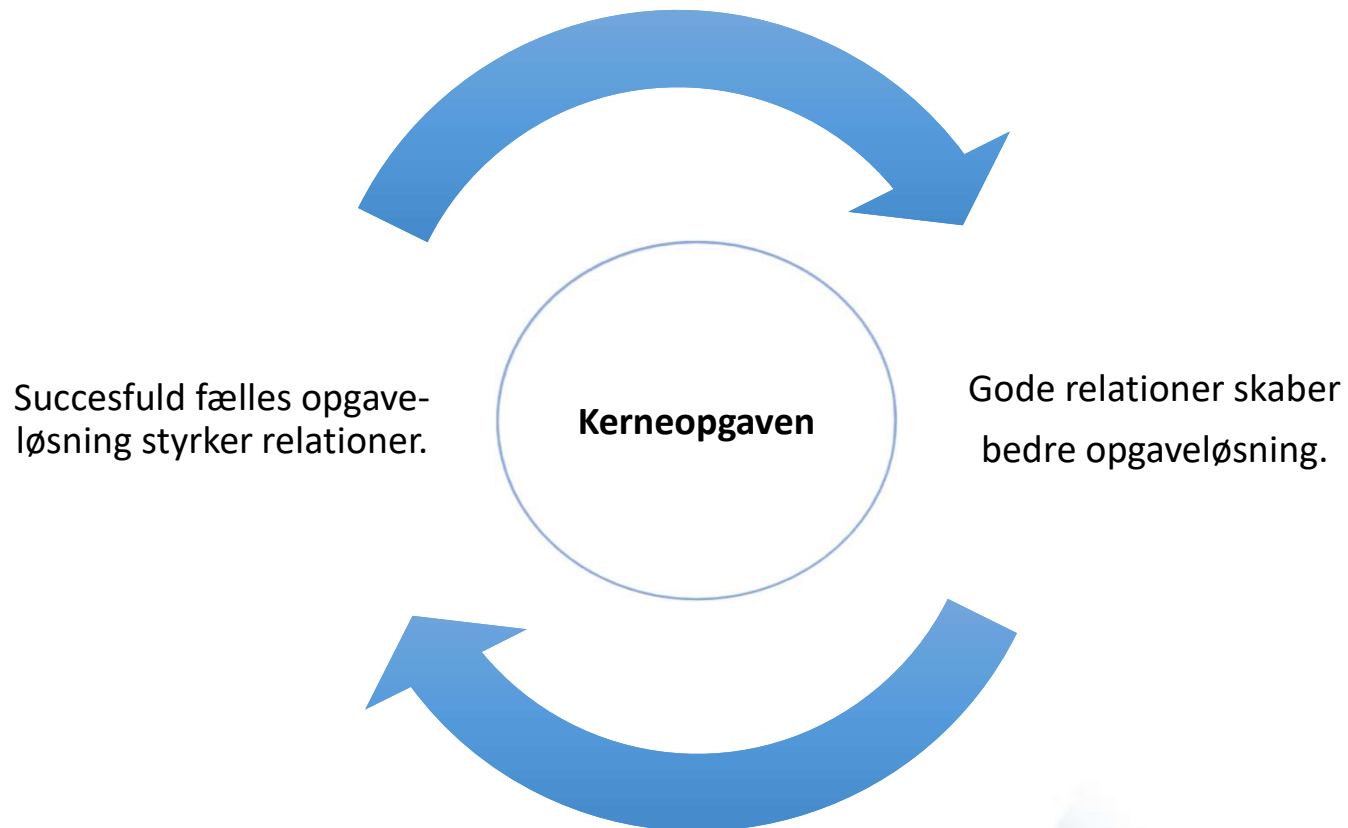
Ansvar

Humor

Åbenhed

Godt arbejdsmiljø

- At alle tager ansvar for opgaveløsningen og det gode arbejdsmiljø



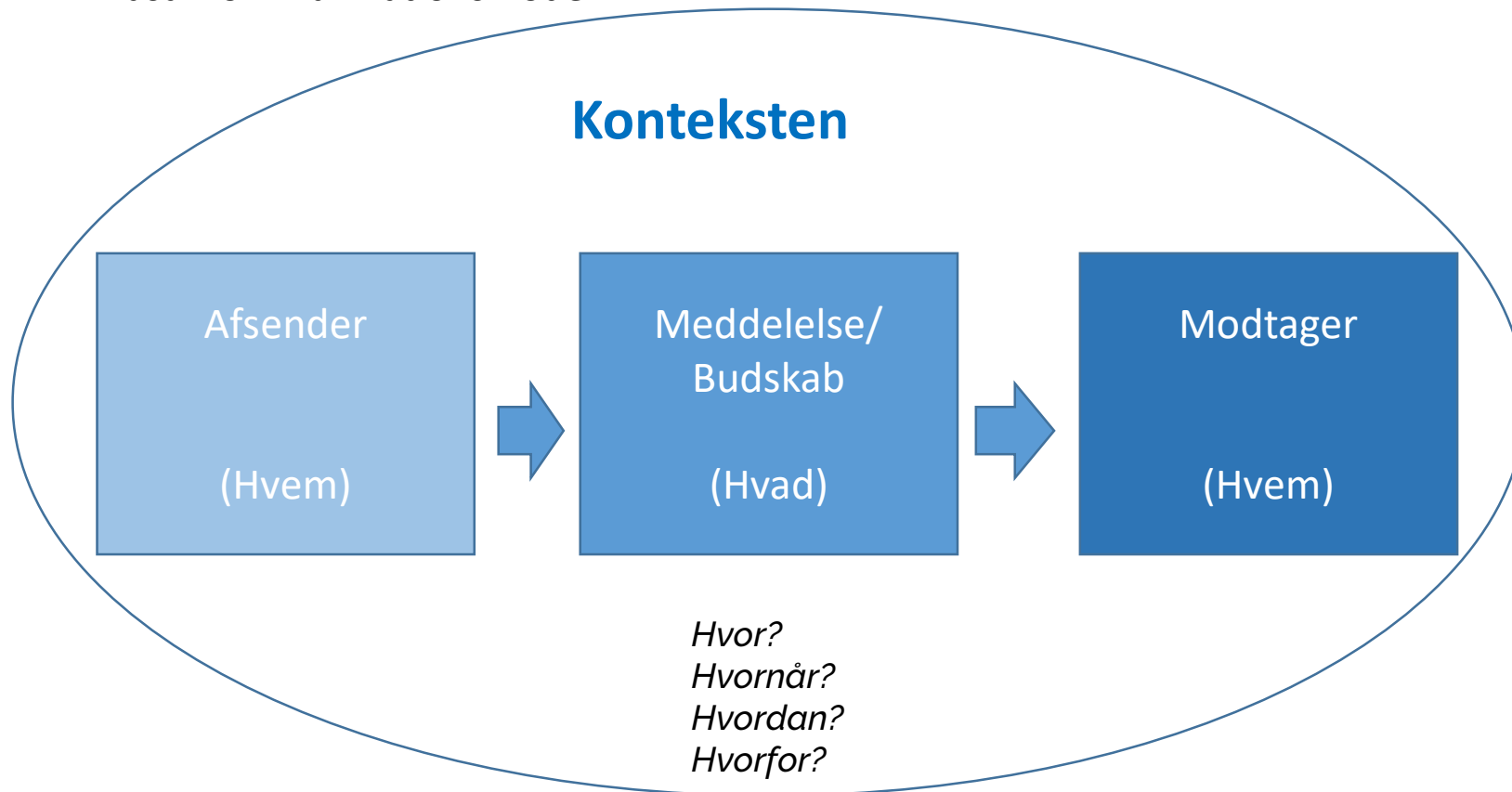
Hvorfor opstår konflikter?

- Fordi vi vil noget forskelligt og har forskellige forventninger til, hvad "det bedste/rigtige" er.
- Fordi vi udfordres på noget, der betyder noget og har stor værdi for os
- Fordi vi føler os utrygge, truet, krænket, ikke respekteret og/eller angrebet
- Fordi uoverensstemmelser ikke bliver løst konstruktivt

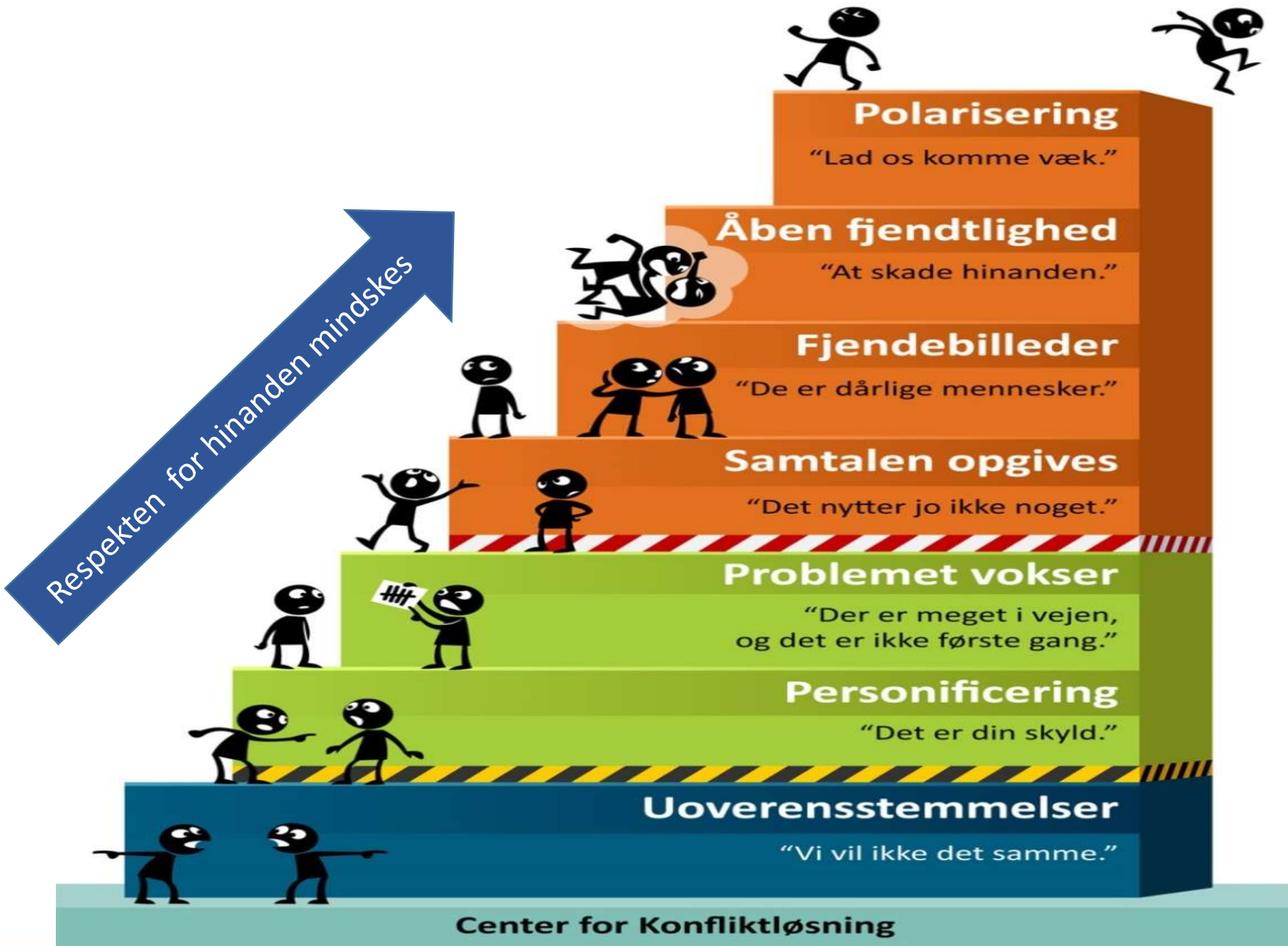
"Bag enhver konflikt er en frustreret drøm"

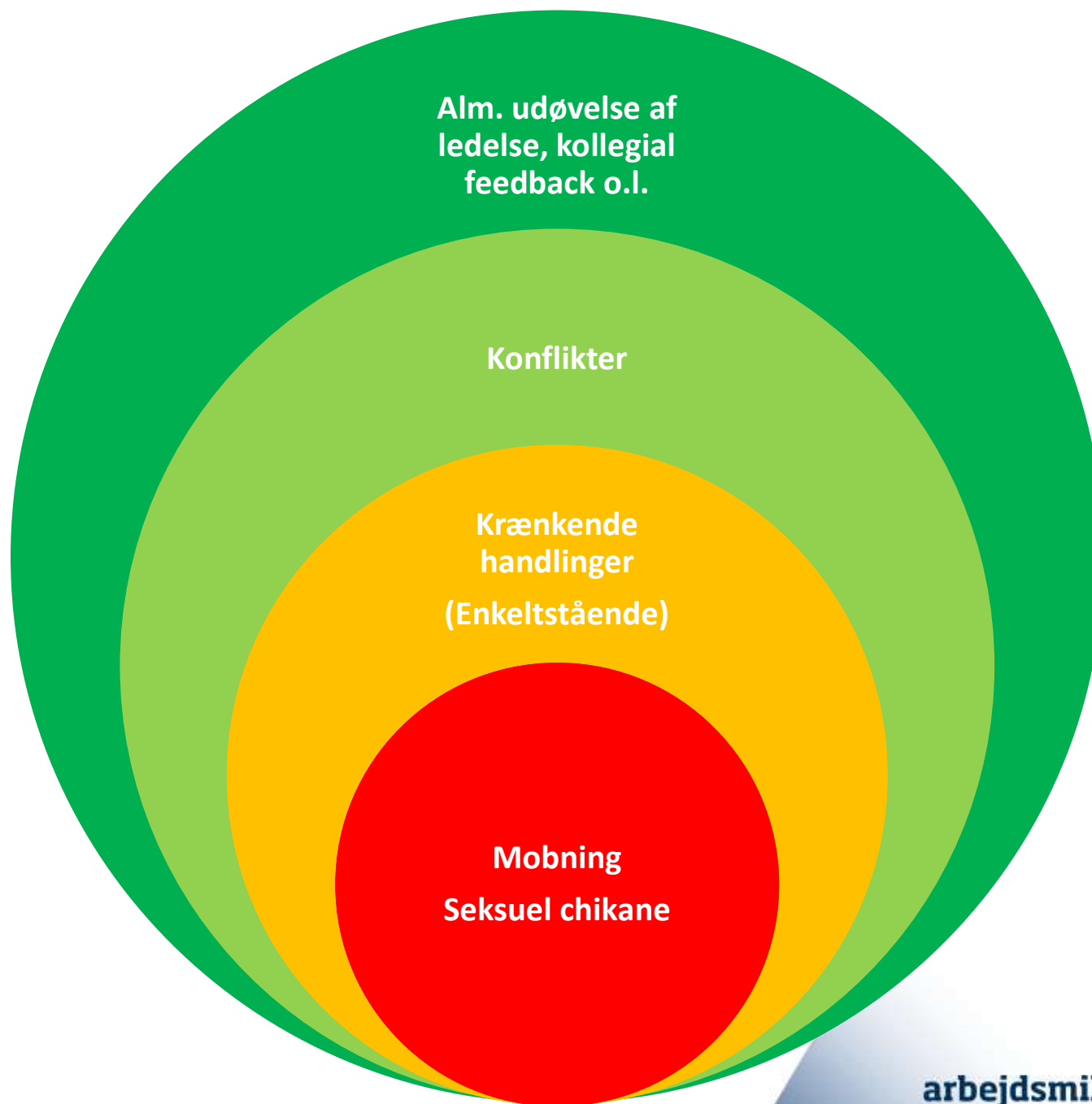
Hvor går det "galt"?

- Basal kommunikationsmodel



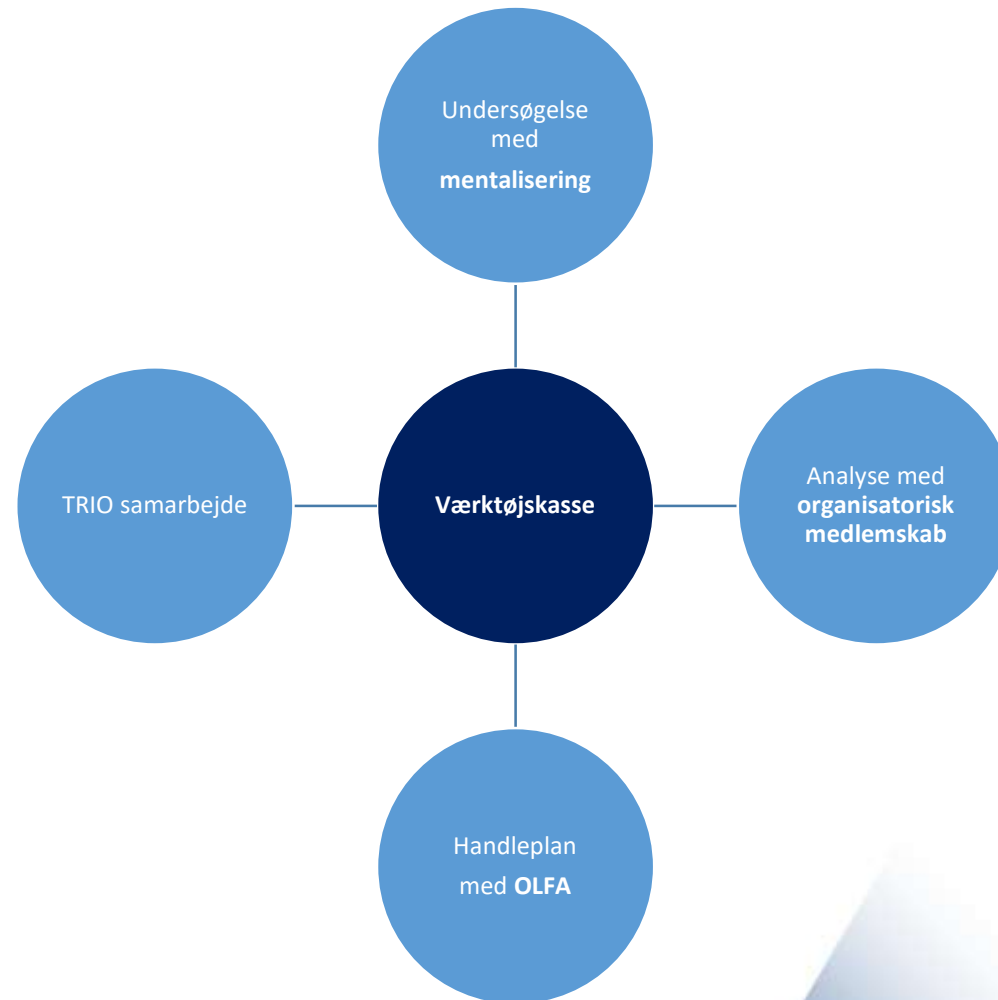
Konflikttrappen





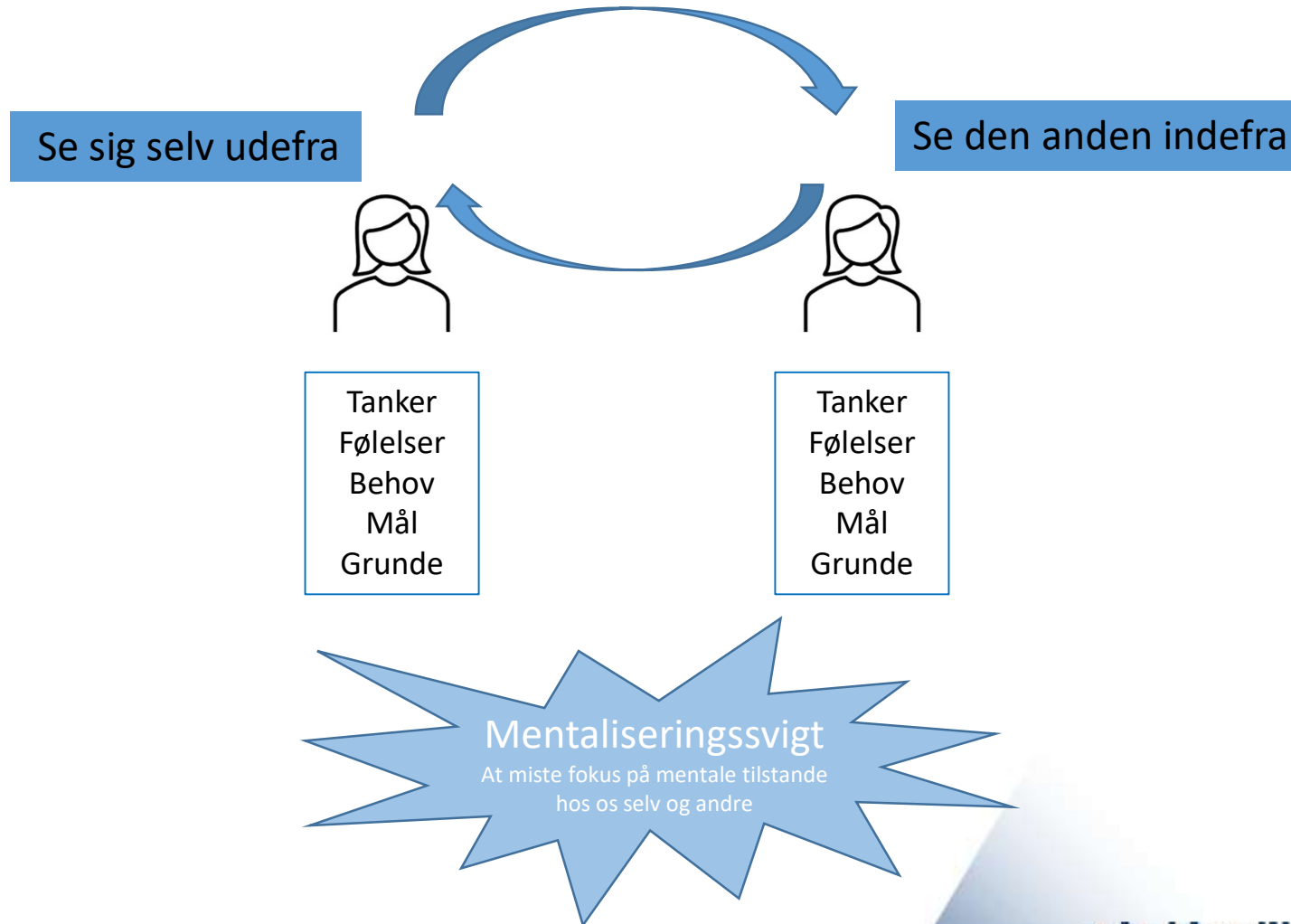
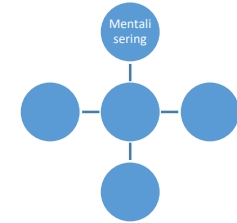
TRIOs håndtering

- Værktøjskassen



Undersøg uenigheden

-Evnens til mentalisering er essentiel i konfliktløsning



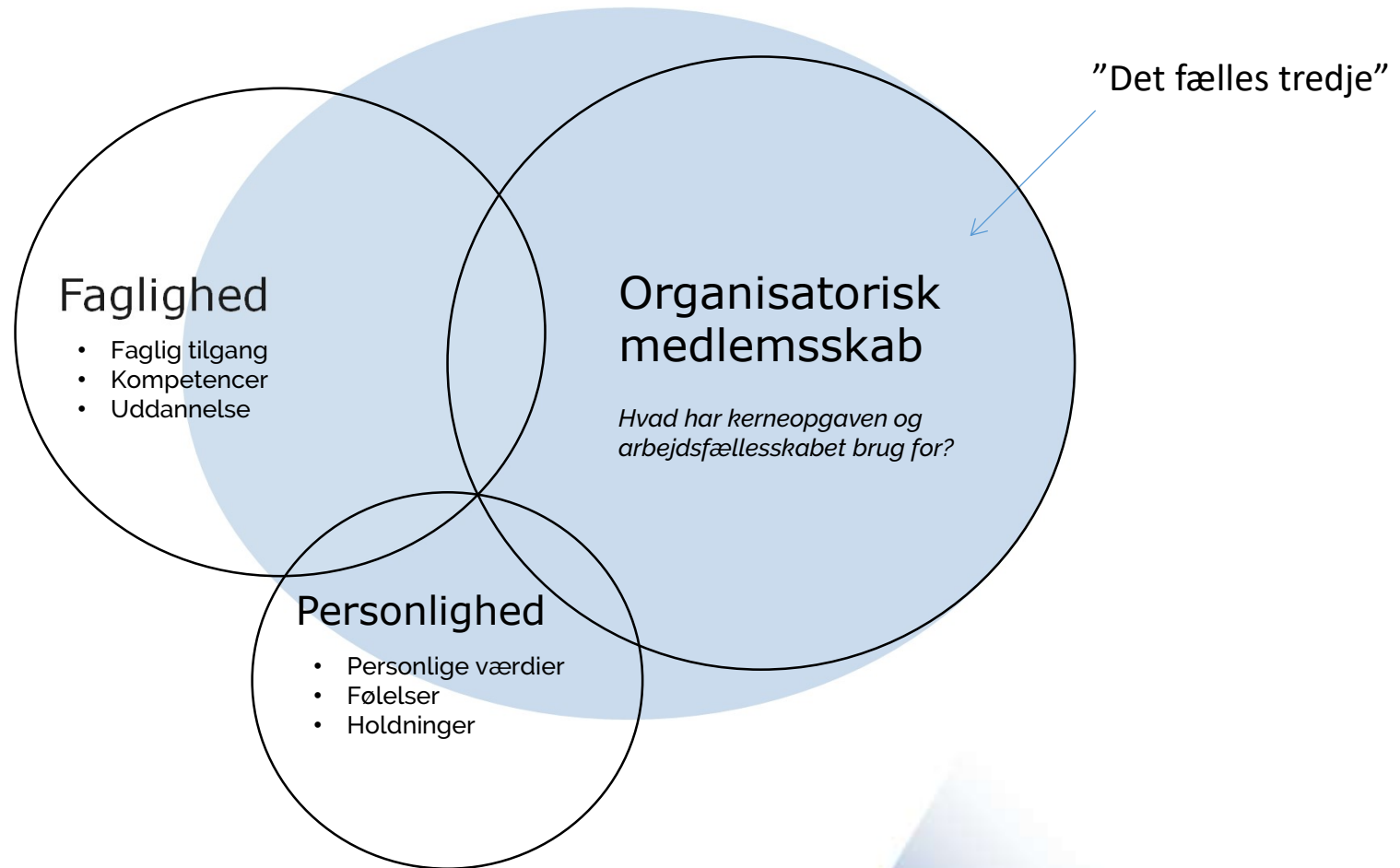
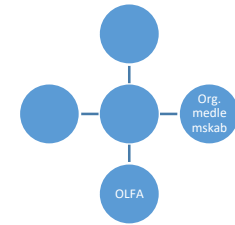
Øvelse til at øge mentalisering

- 1) Tænk hver især på en person, som I har haft en konflikt med. Sæt karakter på personen.
- 2) Hvilken følelse opstod i dig i mødet med vedkommende?
- 3) Hvilken tilskyndelse fik du lyst til?
- 4) Hvad var dit behov?
- 5) Reflektér nu på, hvad den anden ville svare på de sammen spørgsmål, hvis vedkommende tænker på dig.

(Center for konfliktløsning)

Analysér: Hvor opstår konflikter i arbejdsfællesskabet?

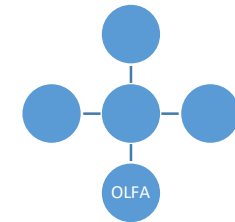
- Ansat vs. indsat



Professionalisme

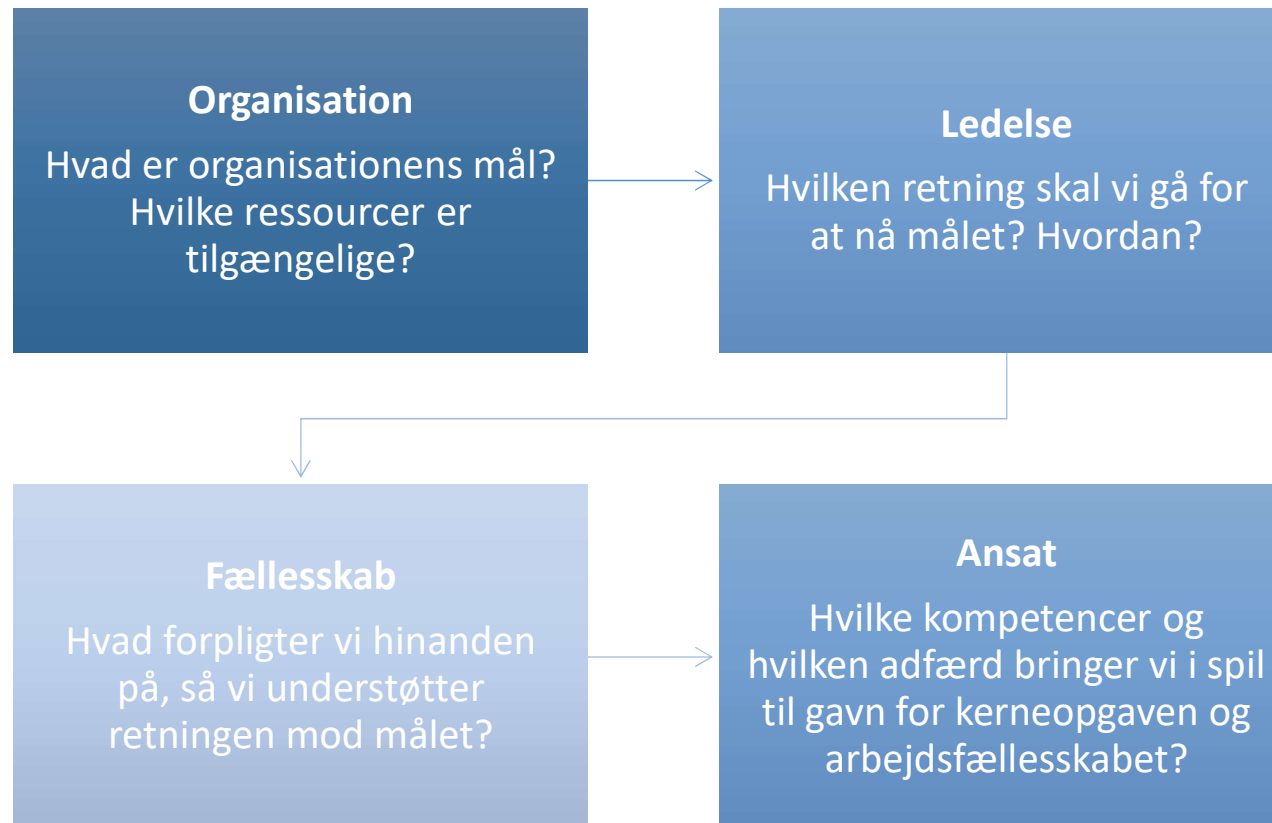
Vi går alle på arbejde for at bidrage med noget værdifuldt, noget vi kan være tilfredse med og stolte af. Når det ikke lykkes, mistrives vi.

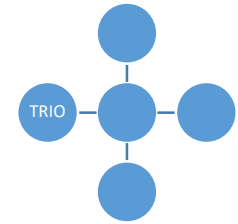
Men det, vi skal bidrage med, skal være værdifuldt for organisationen!



Handleplan med OLFA

- Fælles bevidsthed om at understøtte målet og arbejdsfællesskabet





TRIO - samarbejde



Lav en samarbejdsaftale og forpligt hinanden på denne



Vær undersøgende på uenigheden og tag ikke parti.



Fokuser på at nedtrappe eskalerende konflikter og vær løsningsorienteret



Bidrag til et arbejdsmiljø, hvor I trygt kan drøfte jeres tvivl, usikkerheder og fejl.

Samarbejdsaftale i TRIO

- Hvad er vores mål og hvordan kommer vi bedst derhen sammen?



Hvad skal vi (ikke) samarbejde og kommunikere om?



Hvordan skal rollefordelingen være mellem leder, tillidsrepræsentant, arbejdsmiljørepræsentant? Hvem siger hvad hvornår?



Hvordan bakker vi hinanden op i vores kommunikation? (tone, sprog, kropssprog)



Hvad gør vi, hvis vi selv bliver uenige?

Eksempel på aftale



Vi arbejder frem mod samme mål



Vi hjælper hinanden med hvert vores fokus



Vi bidrager til direkte og konstruktiv dialog og behandler aldrig emner/bekymringer /frustrationer i det åbne.



Vi har respekt for hinandens bidrag og funktion



Vi afslutter altid ethvert møde med en fælles og gensidig forpligtende slagplan.

TR og AMRs rolle i konflikter

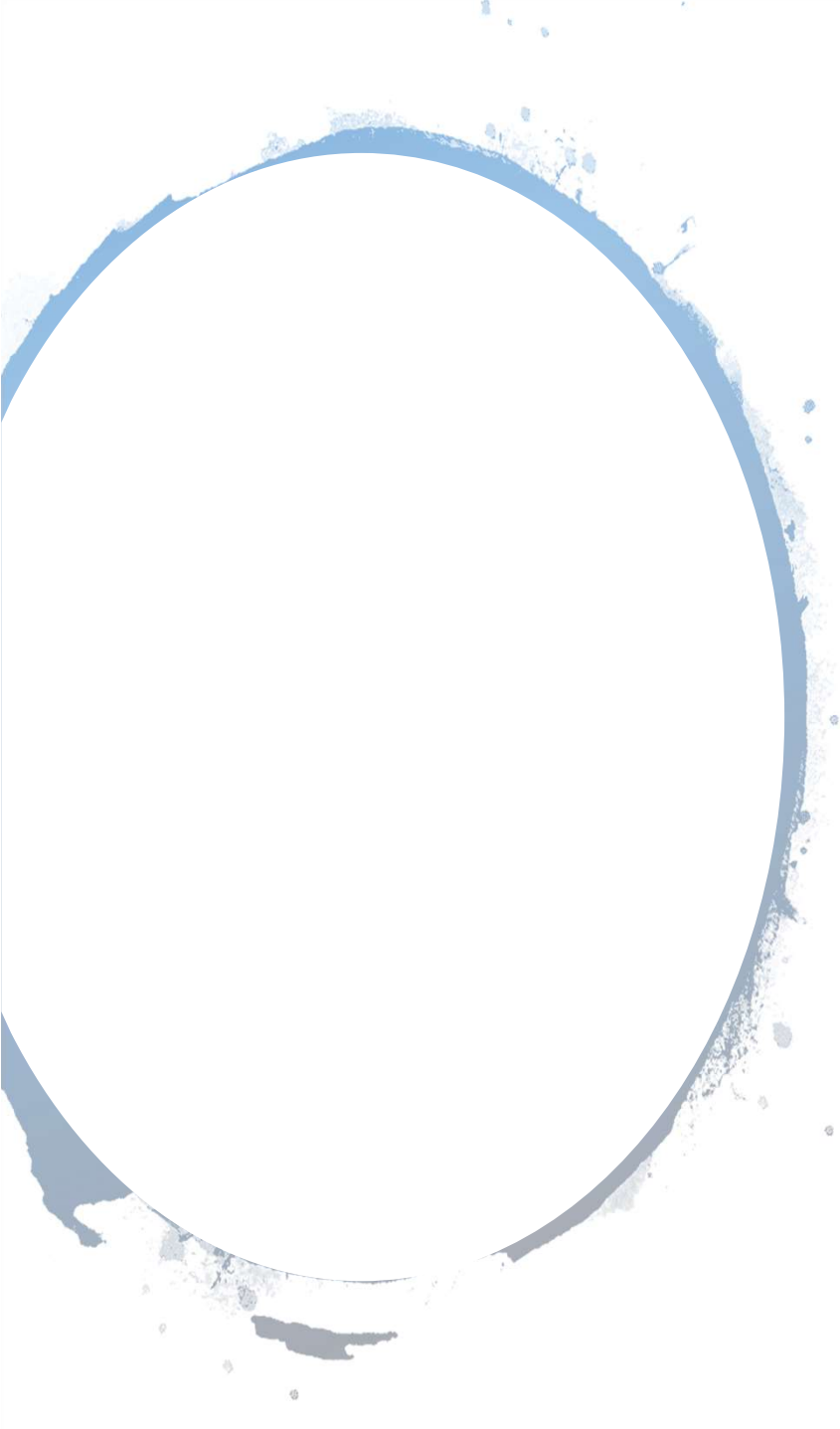
- Gode råd

- Vær en stærk rollemodel
- Lad parterne tage ejerskab på konflikten
- Lyt og anerkend oplevelsen, men undlad at tage parti.
- Forhold dig undersøgende og forsøg at udforske andre forklaringer med fokus på parternes gode intentioner
- Facilitér gode samtaler

Husk hensynet til din egen mentaliseringsevne

- Også for dine kollegaers skyld!

- Hvad kan øge din energi og dermed fokus på at forstå andre og dig selv?
- Hvad kan dræne dig for energi og dermed fokus på at forstå andre og dig selv?
- Hvordan reagerer du typisk, når du bliver presset?
 - Mentalt (tanker)
 - Emotionelt (følelsesmæssigt)
 - Adfærdsmæssigt (fx opsøger social støtte, isolation)
- Hvad er hjælpsomt for dig for at genetablere dit fokus på at forstå andre og dig selv – og genfinde energi og overskud?



Hvis I vil vide mere...

- Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø (NFA)
- Arbejdstilsynet (gode spørgeguides)
- www.arbejdsmiljoweb.dk
- www.Arbejdsmiljøcentret.dk
- <https://www.godtpsykiskarbejdsmiljo.dk/undgaa-vold-og-konflikter/forebyg-digital-chikane>
- *Biologisk stress, Arbejdsfællesskab og OLFA-modellen* – Tue Isaksen
- *Organisatorisk medlemskab* – Maja Loua Haslebo