

Velkommen til medarbejderdag

Plejecenter Birkevang

13. November 2019

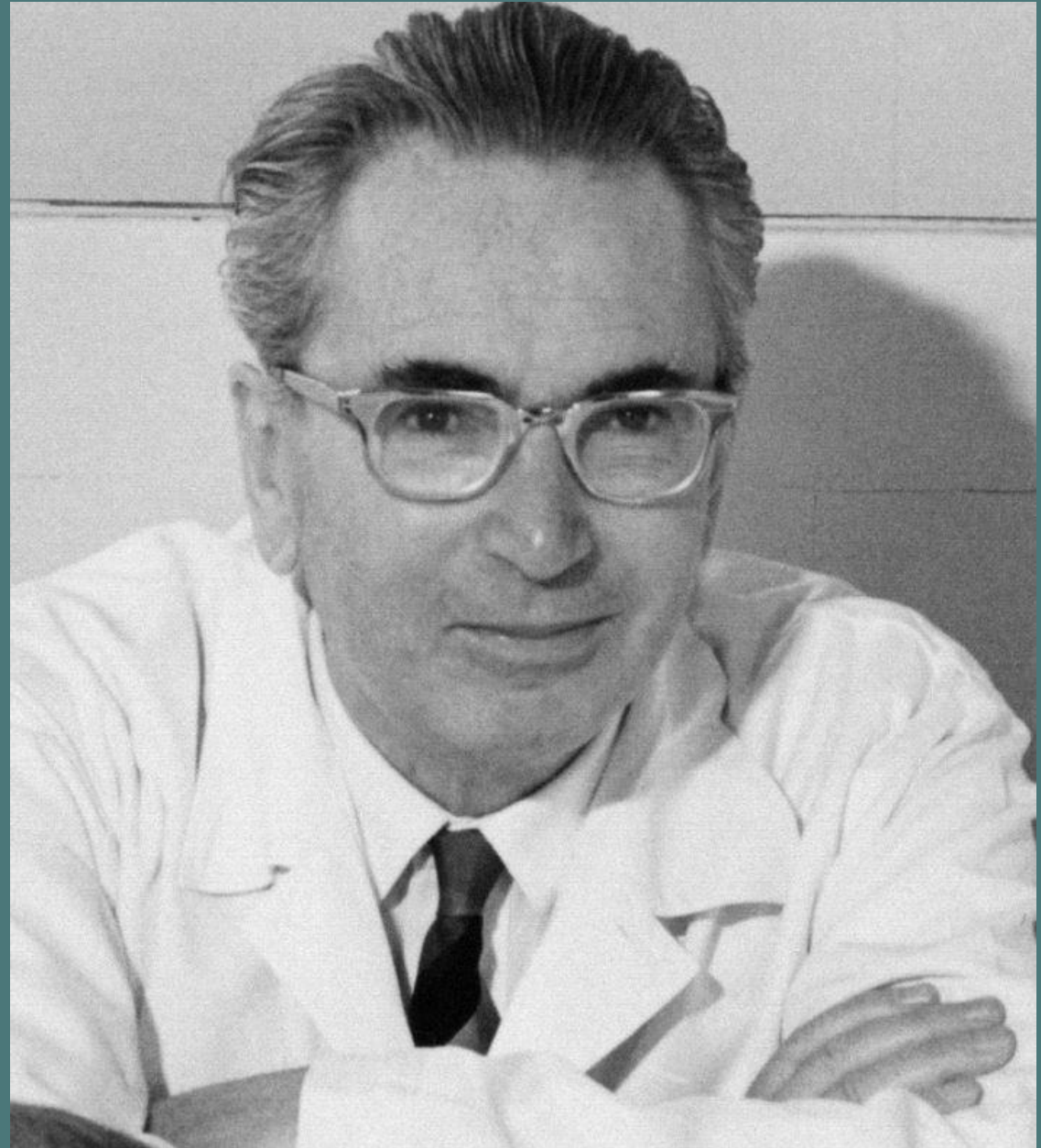


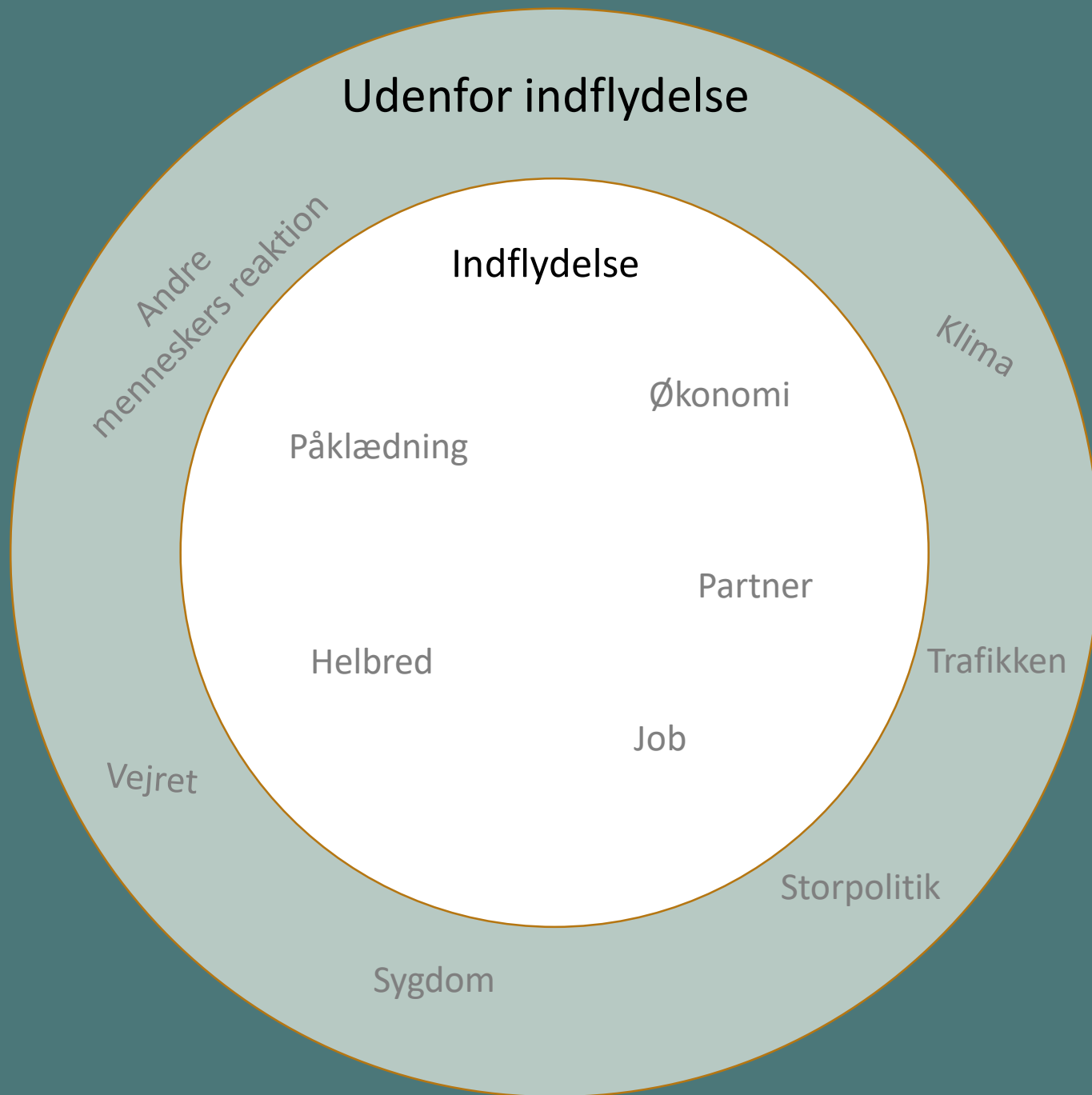
Dagens program

- Bekymringer
- Prioriteringer
- Kommunikation
- Samarbejde

Bekymringer

Viktor Frankl





Kan du gøre noget ved problemet ?

Kan du få hjælp ?

Hvis nej – så acceptér









RAI
Reynolds American Inc.
NYSE

65.52
65.59
65.6000
1.20 + 1.79%

RAI
Reynolds American Inc.
NYSE

65.52
65.59
65.6000
1.20 + 1.79%

4:01:27
Monday, July 24, 2017
NYSE

VOLU 607,062,390
DVOL 349,296,090
UNVOL 251,883,625
TRAN 9,429.39 -41.88
VIX 9.44 0.08
RUT 1,438.06 2.22
XES 15.30 -0.27
RMZ 1,159.71 -1.49
XSO 65.80 -0.12
KBE 43.50 0.30
GOK 374.54 1.49

SPY 2,469.20 -0.20
DXY 95.98 0.14
WTI 46.40
BNOY 48.65
GOLD 1,255.30
HUK 19,975.67
S&P 2,470.60
SPH 2,468.50
WTI 46.40
BNOY 48.65
GOLD 1,255.30
HUK 19,975.67

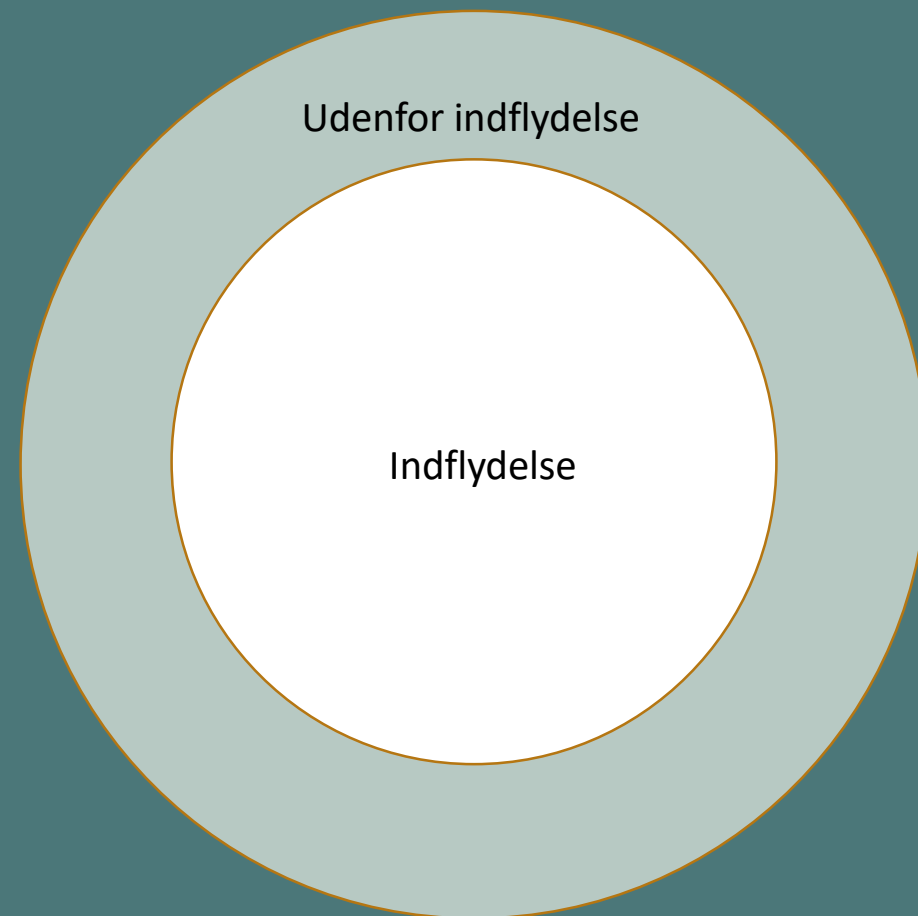
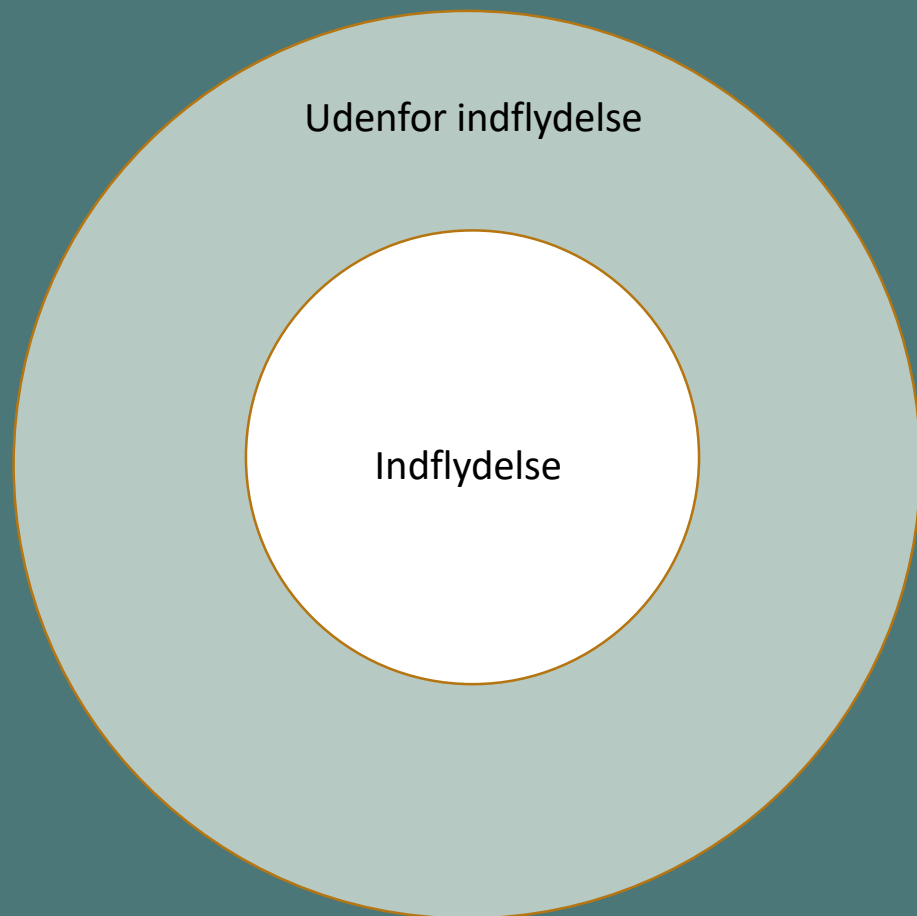
RAI
Reynolds American Inc.
NYSE

65.52
65.59
65.6000
1.20 + 1.79%

RAI
Reynolds American Inc.
NYSE

65.52
65.59
65.6000
1.20 + 1.79%

Er det altid lige nemt?



Reaktive mennesker

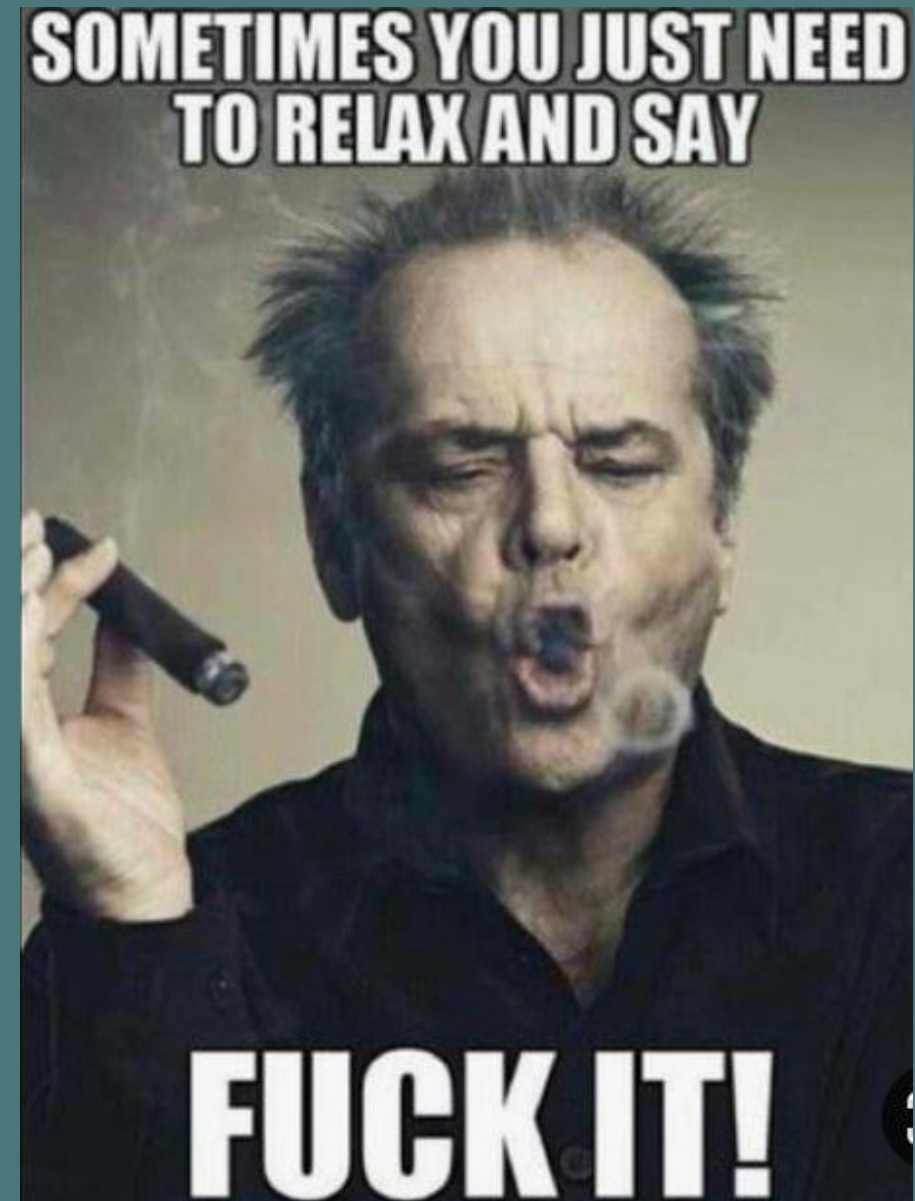
- Tænker udefra og ind
- Bruger vendinger som...
... hvis jeg bare havde
- Har fokus på problemer
- Er sjældent særlig lykkelige eller effektive

Proaktive mennesker

- Tænker indefra og ud
- Bruger vendinger som...
... jeg vil være
- Har fokus på løsninger
- Er ofte mere lykkelige og effektive

Så hvad gør vi?

- Direkte kontrollerbare problemer
 - Vær proaktiv
- Indirekte kontrollerbare problemer
 - Øge indflydelse
- Ukontrollerbare problemer



Gruppearbejde

- Trin 1 🕒 2 minutter
 - Silent brainstorm
- Trin 2 🕒 20 minutter
 - Tal i gruppen om alle emner og gruppér dem i cirklen
- Trin 3 🕒 10 minutter
 - Hvordan vil I håndtere de forskellige udfordringer fremover



Prioriteringer

Dwight D Eisenhower



Det der er vigtigt haster
sjældent

og

det der haster er sjældent
vigtigt



	Haster	Haster ikke
Vigtigt	A – opgaver Kriser Tidsfrister Sygdom (børn, kolleger) Akutte problemer Sure kunder Nødvendigheden	B – opgaver Forebyggelse Planlægning Opbygning Relationer Rekreation Uddannelse Produktivitet og balance
Ikke vigtigt	C- opgaver Andre menneskers prioriteringer Afbrydelser Hastesager Selvbedraget	D-opgaver ”Dårligt TV” Ligegyldig snak Surfe på nettet Notifikationer på mobilen Spild og overflod

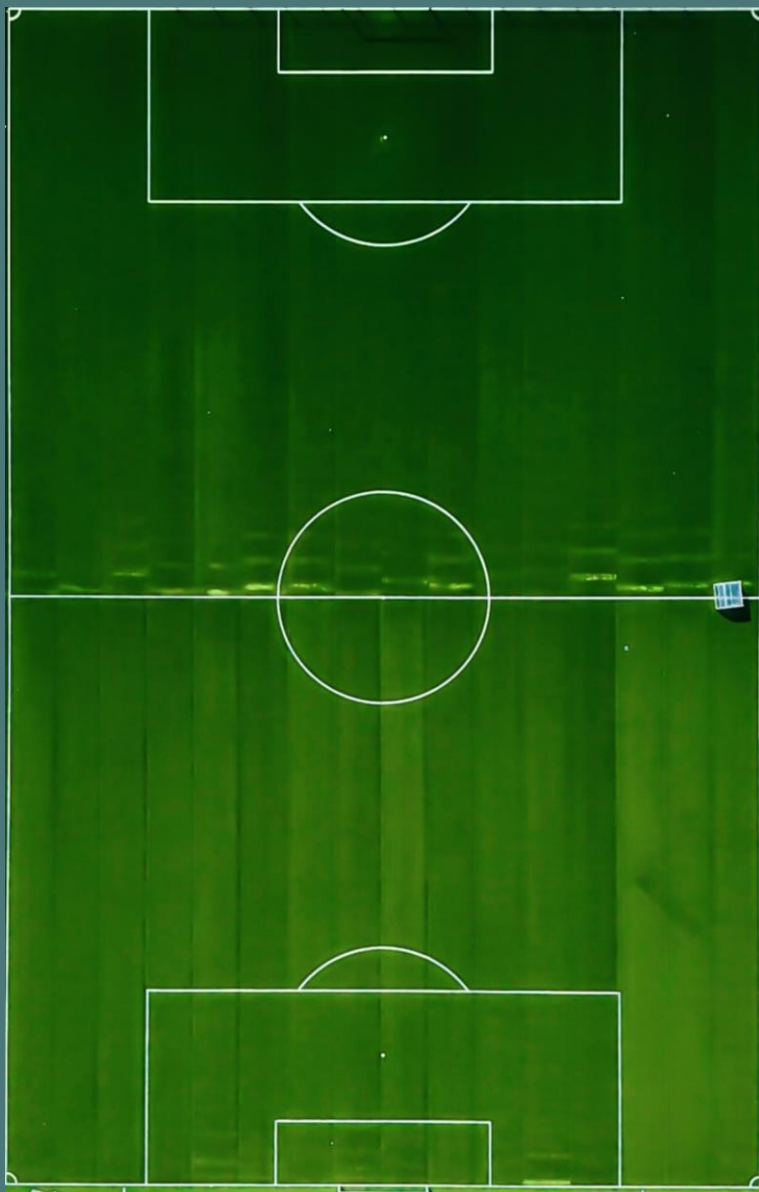
Gruppearbejde

- Trin 1  5 minutter
 - Gruppe brainstorm
- Trin 2 15 minutter
 - Grupperne arbejder med konkrete tiltag for hvordan I sikrer at de vigtige opgaver bliver prioriteret



Vigtige opgaver som vi
kommer til at udskyde

Kommunikation



	Assertiv	Aggressiv	Submissiv
Kendetegn	Viser hvem man er Respekt for andres model af verden	Forsøger at dominere og gennemtrumfe egne meninger og holdninger	Ønsker ikke at konfrontere Fred for enhver pris
Holdning	Jeg er OK Du er OK	Jeg er OK Du er ikke OK	Jeg er ikke OK Du er OK
Kommunikation	Ærlig åben og direkte	Nedladende eller direkte truende	Frafalder egne rettigheder
Konfliktadfærd	Win-Win	Vinde for enhver pris	Undgå konflikt for enhver pris



Hvor gode er vi til assertiv kommunikation ?

Tilbage melding gruppearbejde



Tilbagemelding Gruppearbejde

- Hvad vil det give os, hvis vi får en mere assertiv adfærd?
 - Færre misforståelser
 - Bedre kommunikation
 - Større overskud
 - Gladere borgere
 - Større professionalisme
 - Mere overskud – på arbejdet og privat
 - Højre faglighed
 - Bedre arbejdsmiljø
 - Bedre livskvalitet for borgerne
 - Mindre fravær
 - Større fleksibilitet
 - Bedre løsning af problemer



Tilbagemelding Gruppearbejde

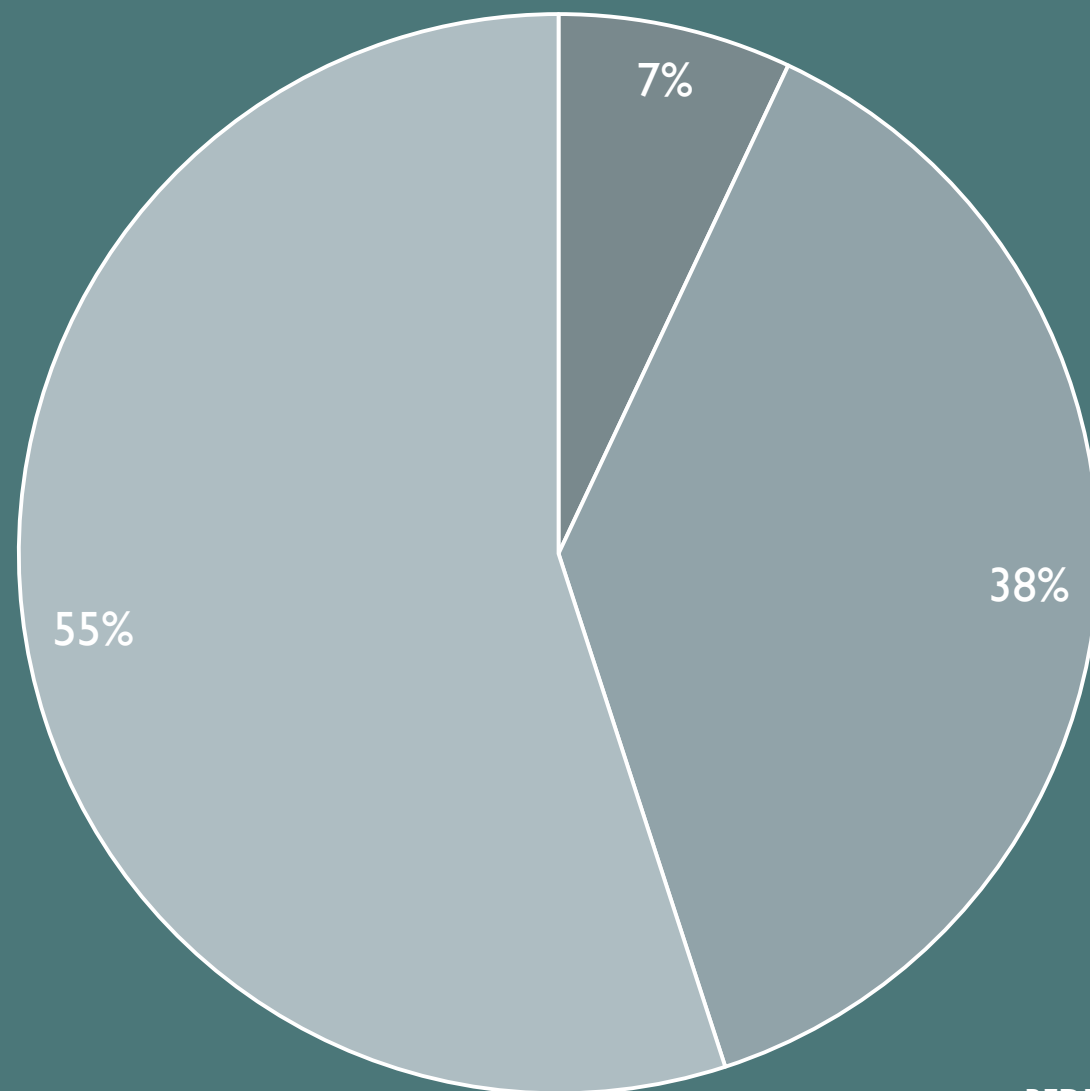
- Hvilke tiltag vil vi gøre for at få en mere assertiv adfærd?
 - Opmærksom på egen kommunikation og kropssprog
 - Afsender og modtager sikrer at de forstår hinanden
 - Det kan være OK at vende tilbage, når budskabet har sat sig
 - Det kræver en holdningsændring
 - Temadag
 - Mikro teams
 - Bedre deltagelse ved borgerkonferencer
 - Bedre struktur
 - Være opmærksomme på hinandens signaler
 - Tage det i opløbet
 - Selvudviklingskursus – konfliktsky
 - Tænk før du taler
 - Spørg ind ved misforståelser
 - Giv plads – anerkendelse – ros – lyt
 - Mimik/nonverbal



Mere kommunikation

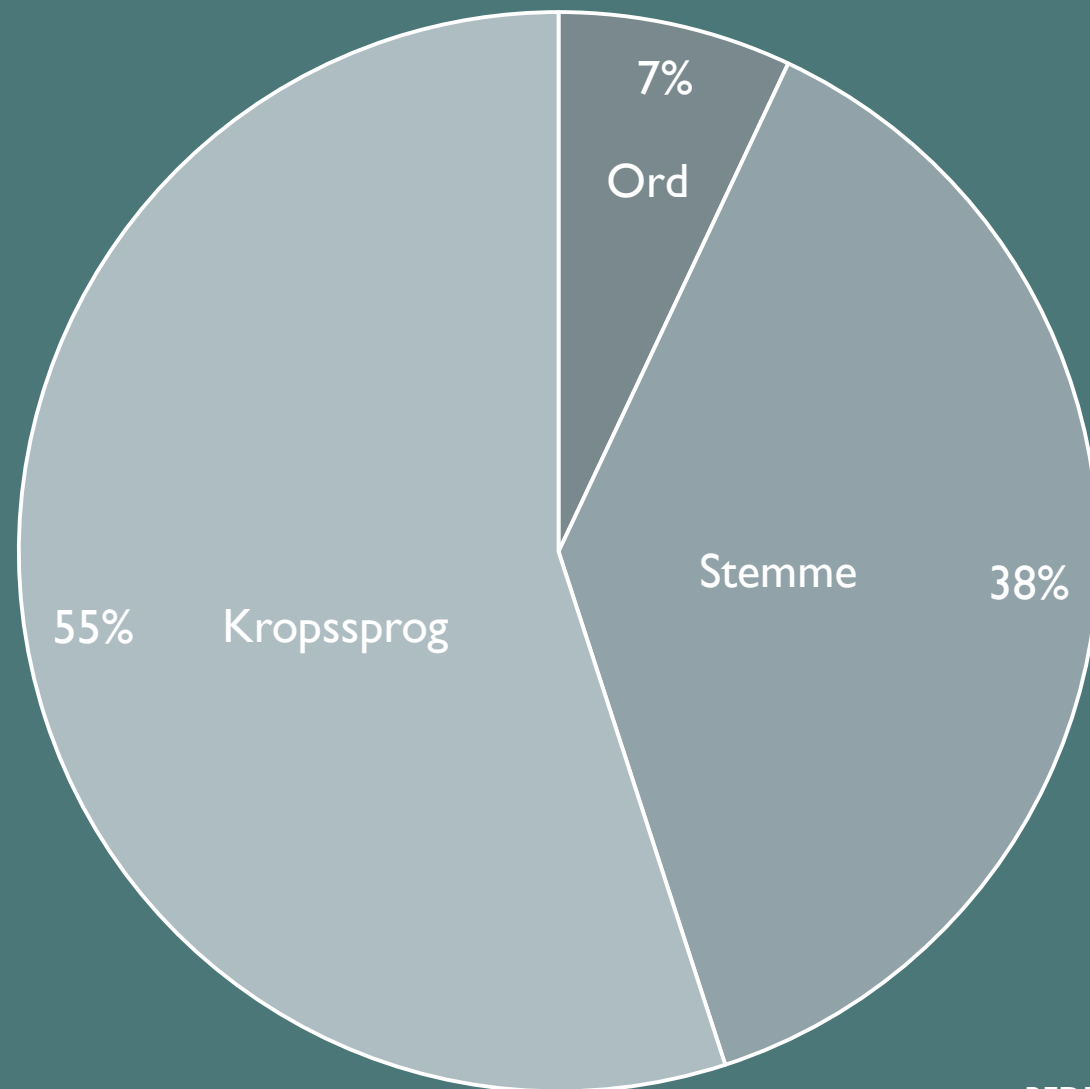
Vores kommunikation består af

- Ord
- Stemme
- Kropssprog



Vores kommunikation består af

- Ord
- Stemme
- Kropssprog



Stemninger

Frustration

Glæde

Foragt

Genert

Angst

Overrasket

Had

Trist

Vrede

Forvirret

Ligeglad

Medfølelse

Stolt

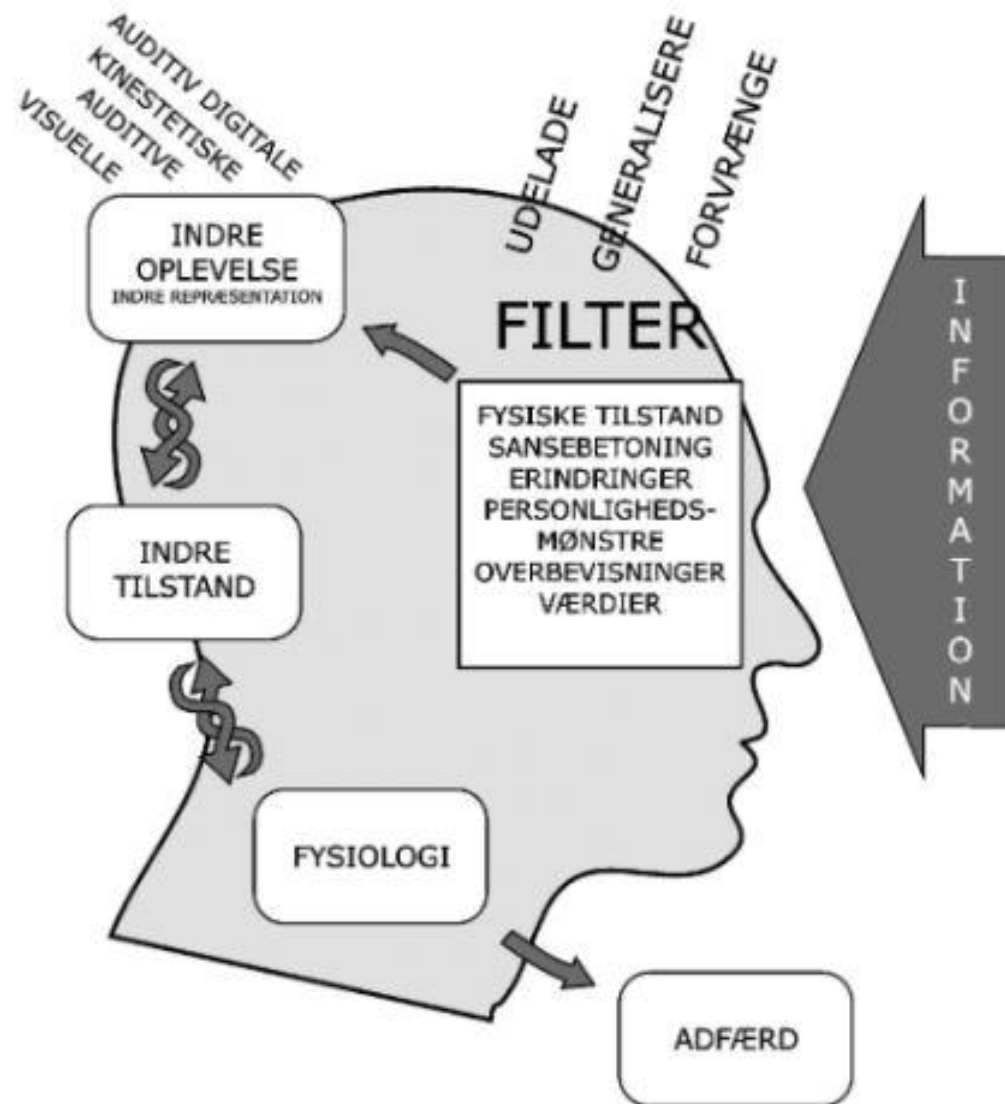
Gruppearbejde

 10 minutter



Gæt en stemning

Modellen af verden







Eksperiment

Den psykologiske bankkonto

Indsættelser på kontoen

- Forstå den anden
- Små opmærksomheder
- Overhold løfter
- Personlig integritet
- Giv en undskyldning

Jeres goodwill konto



Hverdagen på Birkevang

En god hverdag

- En god hverdag bygger i høj grad på
 - god kommunikation internt og med andre
 - forståelse for hinanden
 - at få lavet nogle gode aftaler
 - at bruge ressourcerne rigtigt

Gruppearbejde

 6 minutter hvert emne

- Hvad er vi fælles om her på Birkevang ? 
- Hvordan får vi den bedste overlap på vagter ?
- Hvordan kommer vi godt i gang med dagen ?
- Arbejder vi hver især med det vi er bedst til ?
- Vores psykologiske bankkonto ?

Mange tak for i dag