

## Modul 7

Relasjonell atferd i arbeidslivet. 2-dagers HMS kurs

Faglitteratur: Boka «Relasjonell atferd i arbeidslivet» Universitetsforlaget.

Undervisning/øvelser: REFLEKTORIET på Seim

Pris: 8000 kr. **inkl. bok og servering.**

### Hvorfor ?

---

Mange arbeidsplasser strever kontinuerlig med for høyt sykefravær og et arbeidsmiljø som ikke er slik lederne ønsker. NAV har lenge satt seg mål om å senke fraværet i organisasjoner i Norge uten helt å lykkes. Lederutvikling har ofte hatt fokus på lederens bidrag til lavere fravær, men de fleste ledere har likevel hatt de samme utfordringene med nærværet og fraværet. Skolen har kjempet med læringsutfordringer, disiplin og mobbing og myndigheter har leitet etter svar på alle spørsmål knyttet til bedre læring, bedre arbeidsro i klassen og mindre mobbing. Næringslivet vil gjerne ha mer omsetning hos kunder og offentlige kontorer får kritikk for lite kundesvennlig betjening av sine brukere. Helseorganisasjoner sliter med varierende eller for lav tilfredshet med helsetjenester.

En viktig del av svaret på alle disse samfunnsutfordringene finnes i selve atferden hos dem som utfører tjenester og ledelse i arbeidslivet. Relasjonell atferd hos de som møter tjenestesøkende, enten de er unge eller eldre, ville gjøre samfunnet mer tilfreds på mottakersiden og skape et relasjonelt velferdssamfunn. Studiet av «Relasjonell atferd i arbeidslivet» skal åpne øynene på deltakerne for relasjonell atferd i ledelse og i arbeidsutførelse. Storparten av samfunnet jobber med håndtering av små og store medmennesker og dette studiet setter lys på den relasjonelle kvaliteten i atferden hos alle som tjener eller betjener andre.

### Hva ?

---

Boka tar utgangspunkt i det psykologiske i relasjonell atferd. Vi berører andres tanker og følelser ved hvert møte og vi lever i et felles emosjonelt handlingsrom. Vi gir og mottar relasjonelle klapp og klask hele døgnet, hverdagsatferd som setter oss i emosjonelle stemninger. Disse små «like-dislike» berøringene gjør noe med oss på godt og vondt. Vi får følelser av anerkjennelse eller avvisning i et mylder av inntrykk fra andre omkring oss i hverdagen. Kan vi forplikte hverandre på en relasjonell atferd som sikrer at vi ikke blir misfornøyde med vår relasjonelle kontekst – eller i verste fall blir deprimerte av møte med de andre ? Kan vi dyrke relasjonell atferd i et arbeidsmiljø slik at vi får interne positive resultater og slik at konteksten rundt oss får effekt av det ? Kan vi lage relasjonelle normer for atferd som regulerer oss raskt tilbake når vi synder mot denne helseskapende atferden ? Studiet handler om å lære psykologisk, sosialt og atferdsmessig hva som bidrar til at andre får positiv effekt av vår atferd. Vi snakker om å internalisere atferd som virker positivt på andre og å bygge opp et mønster av atferdsuttrykk som gir våre omgivelser positive

berøringer. Selve holdningene til å berøre andre relasjonelt , til å bygge relasjonell resiliens og sustainability er noe alle mennesker kan bli bedre på. Vi trenger en relasjonell kapital omkring oss for å mestre vårt eget liv. Vi er alle havarister uten en relasjonell kapital som redningsbøye.

## **Hvordan ?**

---

Atferd er et resultat av trening og justert atferd er et mål for studiet. Vi går gjennom et treningsprogram som korrigerer gamle uvaner og utvikler kongruent relasjonell atferd. Relasjonelle møter mellom mennesker har en relasjonell innledende start der begge får positiv effekt av den andre. Trening i relasjonelle startøvelser kan være viktig for alle som skal håndtere mennesker i sitt daglige arbeid. Dette er vår etiske credo og forpliktelse når vi ferdes rundt i hverdagslivet vårt. Er jobben vår å hjelpe andre med svakheter og helsepørsmål, blir vår egen atferd enda viktigere. Vår egen atferd bidrar bokstavelig talt til hjelpen vi skal levere. Lærerens relasjonelle atferd og helsearbeiderens relasjonelle atferd er en kritisk viktig del av selve arbeidsutførelsen og tjenesteleveransen. Målet er å komme ut av studiet med justert og forbedret relasjonell atferd slik at studenten selv og omgivelsene kan glede seg over positive effekter. Alle vil bli en bedre tjenesteleverandør , en bedre pedagog og en bedre helsearbeider, og alle vil oppleve et sunt og godt arbeidsmiljø. Alt dette skapes best ved at vi lærer mer om hvordan vi relasjonelt påvirker hverandre og tar ansvar for vår egen relasjonelle atferd.