

Kommunikasjon og Etikk

Med en dose selvinnsikt



- God kommunikasjon handler om å se den andre.
- At vi bryr oss om hva den andre sier og mener, og at vi forstår hva den andre sier,
- Være aktive lyttere,
- trenger ikke å være enige, men gå inn for å forstå at andre kan ha andre meninger enn det vi har.
- Det er lov å skifte mening.

Å se den andre



- **Kommunikasjon**
 - God kommunikasjon innebære at sender og mottaker oppfatter hverandres signaler og at de forstår hva signalene betyr – at de tolker hverandre riktig.

**Momenter som skaper
godt arbeidsmiljø**



- Felles etisk plattform
 - Lage felles Etiske retningslinjer på vår arbeidsplass. Hvordan forholder vi oss til hverandre i en situasjon og hva jeg kan endre for at det skal bli bedre



- Tid til etisk refleksjon
 - Etisk refleksjon handler om å være bevisst på de valgene jeg gjør, stoppe opp og tenke på hva jeg gjorde bra eller dårlig
- Informasjon
 - Viktig at vi er informert om hva som skjer på vår arbeidsplass. Blir aldri for mye informasjon?



- Selvinnsikt
 - Selvinnsikt er evnen til å se seg selv i forhold til sine omgivelser, hvordan forholder jeg meg til mine arbeidskolleger, arbeidsoppgaver.
- Humor
 - latter er godt våpen mot snurping og at den korteste veien mellom mennesker er gjennom et smil.



- arbeidsmiljø ikke er noe vi får, men noe vi selv er med å skape.



- Kommunikasjon er noe vi gjør hele tiden, så lenge vi er våken og sammen med noen. Det er viktig å vite at kommunikasjon er ikke bare hva vi sier, men også hvordan vi sier det og hva slags signaler vi sender ut. (kroppsspråk)
- Hvordan vi oppfatter og forholder oss til det som blir sagt
- Hvordan vi forstår budskapet

Hva er Kommunikasjon?



- Kommunikasjon: forsikre oss om at det vi sier og mener, blir forstått av mottakerne.
- Forstå hvem vi kommuniserer med, og handle deretter

Kommunikasjon



- Holdninger er også hvordan vi kommuniserer sammen.
- Hvordan vi oppfatter og forholder oss til det som blir sagt
- Hvordan vi forstår budskapet

Kommunikasjon



- **Å tale er å så, å lytte er å høste.**

Tyrkisk Ordtak



- God kommunikasjon må i alle fall innebære at sender og mottaker oppfatter hverandres signaler og at de forstår hva signalene betyr – at de tolker hverandre riktig.

Hva er GOD kommunikasjon?



- «Skjønner du hva jeg mener, eller virker det uklart ?»
- «Hvis du forteller meg hvordan du har oppfattet det jeg har sagt, så kan jeg oppdage om det er noen misforståelser slik at jeg kan formulere meg bedre «
- «Har jeg forstått deg riktig når jeg oppfatter at du synes at ...?»»

Et godt kjennetegn på god kommunikasjon



- Snakk for deg selv.
- Bruk ordet jeg og marker din mening.
- Be om det du vil ha. Si direkte og tydelig fra om hva du vil ha, og hva du vil være med på.
- Ikke gjør noe du ikke har lyst til.

Kommunikasjon



- Gi klare og fullstendige meldinger, slik at det ikke skaper uklarheter og forvirring.
- Vær hensynsfull og høflig. Unngå «dårlige» unnskyldninger men gjør det når du trækker noen på tærne.

Kommunikasjon



- Snakk om nåtid, ikke fortid og fremtid. Gjør opp med det samme slik at konflikten ikke vokser seg stor og ugjenkjennelig.
- Gå over fra å snakke generelt til å snakke spesifikt. Vær så konkret som mulig.

Kommunikasjon



- Kom med egne meninger før du spør om de andres. Da vet omgivelsene hvor du står og hva du mener.
- Unngå sladder- snakk direkte til den saken gjelder.
- Aksepter ulikheter hos dine kolleger. Prøv å forstå motparten selv om de ikke prøver å forstå deg.

Kommunikasjon



- Tomrommet som oppstår ved manglende eller mislykket kommunikasjon, fylles raskt med rykter, sladder, vrøvl og gift.

Henry Louis Mencken

Manglende kommunikasjon



Etikk og moral



- Etikk skiller seg fra moral ved at **etikk** er **tankene** om hva som er galt og riktig, mens **moral** er hvordan man **oppfører seg i praksis**.

Etikk og moral



- Yrkesetikk handler om de valgene du gjør som yrkesutøver og fagperson. Disse valgene angår brukere og kollegaer.



- ”Etikk er den verdibaserte refleksjonen mennesker gjør om sine holdninger, sine handlinger og sin atferd for å unngå at de verdiene de setter høyt, blir forsømt eller krenket, eller for å fremme disse verdiene” (Lingås 2008).

Hva er etikk og etisk refleksjon?



- I følge Aristoteles er et moralsk menneske, et menneske som handler og praktiserer de verdier det verdsetter og anser som etiske, gjennom sine daglige gjøremål. Dette krever kunnskap og innsikt, i tillegg til etisk refleksjon og bevissthet. Denne evnen kan oppøves.

Etisk refleksjon



- Etisk refleksjon handler om å være bevisst på de valgene jeg gjør, stoppe opp og tenke på hva jeg gjorde bra eller dårlig i en situasjon og hva jeg kan endre for å gjøre møtet, samarbeidet med medarbeidere og brukere bedre. Hvorfor jeg gjorde det jeg gjorde nå, er alltid viktig å tenke over.

Etisk Refleksjon.



1. Identifisering av problemet.
2. Identifisering av de berørte parter.
3. Identifisering av verdier, prinsipper og dyder står på spill.
4. Vektlegging av ulike hensyn.
5. Mulig løsning.

En modell for etisk refleksjon



Etisk dilemma

- Når faglige vurderinger går på tvers av brukerens eller pårørendes vurderinger
- Når brukeren har redusert evne til å forstå hva som er best for ham eller henne selv
- Når pårørende har sterke meninger som ikke deles av brukeren selv eller av medarbeidere



- **Et etisk dilemma er en situasjon hvor det finnes gode moralske innvendinger mot ethvert handlingsalternativ. . Eller sagt mindre akademisk: Et etisk dilemma er en situasjon hvor vi opplever at det blir galt uansett hva vi gjør. Følgende situasjoner er eksempler på etiske dilemmaer**

- Når rammer, regler og ordninger er til hinder for god pleie og omsorg
- Når det er faglig uenighet, og spørsmål om livskvalitet blir tungen på vektskålen

Etisk dilemma



- Etisk kompetanse er evnen til å lytte aktivt, til å oppdage hvordan andre blir berørt, til å se hvilke verdier som kommer i klemme, hvilke moralske og juridiske plikter som settes på spill, hvilke alternative handlingsmuligheter som finnes.

Etisk kompetanse og faglig kvalitet



- Hvilke etiske regler gjelder på arbeidsplassen? Lag en liste med fem regler.
- Diskuter handlinger dere utfører hver dag. Dette kan være ting dere gjør mot hverandre, eller ting dere sier til hverandre. Synes dere disse handlingene er moralske eller umoralske?

Utfordringer til deg



- Hvordan vi opptrer og hvilke menneskesyn vi har overfor de menneskene vi møter i våre verv er en viktige faktorer på hvordan vi blir hørt og trodd på av partene.
- Vi må oppføre oss slik at vi har den tilliten som trengs for å være en pådriver for løse de sakene vi er involvert i.

Verneombudet



- I en konflikt, skal verneombudene ikke involveres som en part i en konflikt pga at de skal være upartisk og kunne se konflikten fra alle sider.



Selvinnsikt

intuitiv intelligens



- Å GÅ I SEG SELV er en skummel affære, kanskje er det ingen hjemme.

Selvinnsikt

<http://vernetjeneste.no>



- Selvinnsikt er evnen til å se seg selv i forhold til sine omgivelser, hvordan forholder jeg meg til mine arbeidskolleger, arbeidsoppgaver.



Typiske kjennetegn ved mennesker som har høy selvinnsikt - intuitiv intelligens

- følsomme overfor egne verdier,
- meget bevisste på egne følelser,
- selvmotiverte,
- klar over egne sterke og svake sider,
- og har en velutviklet selvfølelse.



- ”Det handler om å forstå seg selv og sine omgivelser, og om å bruke denne innsikten til å skape et arbeidsmiljø hvor folk flest er seg selv på sitt beste hver dag ”



Dårlig selvinnsikt?

- 1. Dårlig dømmekraft over egne handlinger og prestasjoner.**
- 2. Tenker lite på medarbeiderne.**
- 3. Sjefer er isolert fra virkeligheten.**



- Er å forstå hvordan man vanligvis møter frustrasjoner og konflikter. Selvinnsikt oppnår man ofte ved å få reaksjoner fra andre på egen væremåte, konfliktstil og lederstil

selvinnsikt



- **”Den viktigste enkeltfaktoren i formelen for suksess, er å vite hvordan man forholder seg til andre mennesker”**

- Theodore Roosevelt,



SMITTEFARE



UTBRUDD AV ARBEIDSGLEDEVIRUS

SYMPTOMER:

- ~ engasjement
- ~ godt humør
- ~ hjelpsomhet
- ~ vennlighet
- ~ latteranfoll

RISIKO FOR Å:

- ~ få ros
- ~ bli sett og verdsatt
- ~ få gode venner
- ~ lære mer
- ~ ha det artig på jobb
- ~ smitte andre

VED MISTANKE OM SMITTE,
KONTAKT EN KOLLEGA !