

Diskutera

Påverka /var/andra



Man vill så gärna ändra på alla andra... tänk om man kunde få dem **precis** som man vill ha dem!

"Give a man a fish and you feed
him for a day.

Teach a man to fish and you
feed him for a lifetime."

Lao-Tse

"Man kan inte ändra en annan människa"

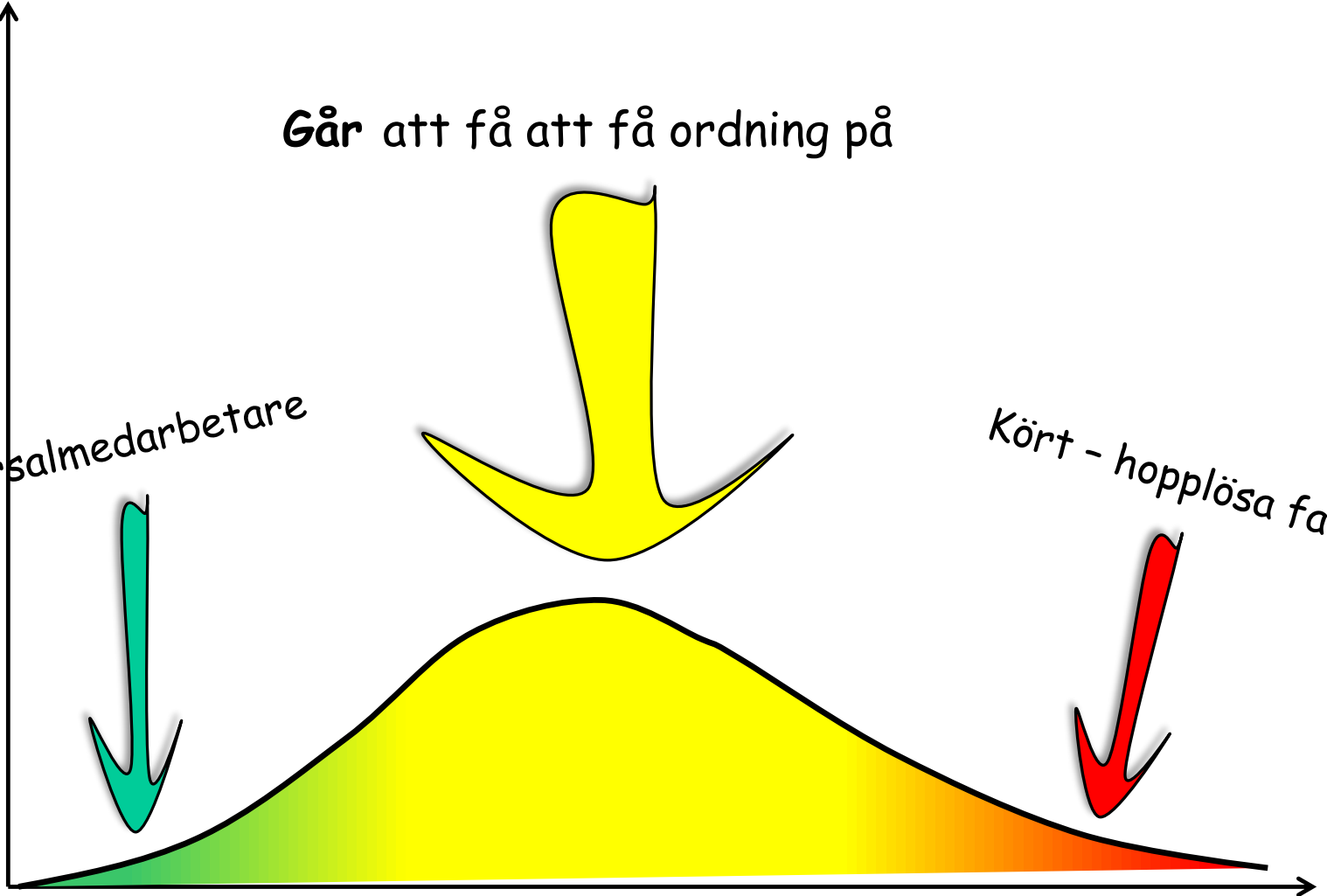


Andel av de
anställda

Går att få att få ordning på

Universalmedarbetare

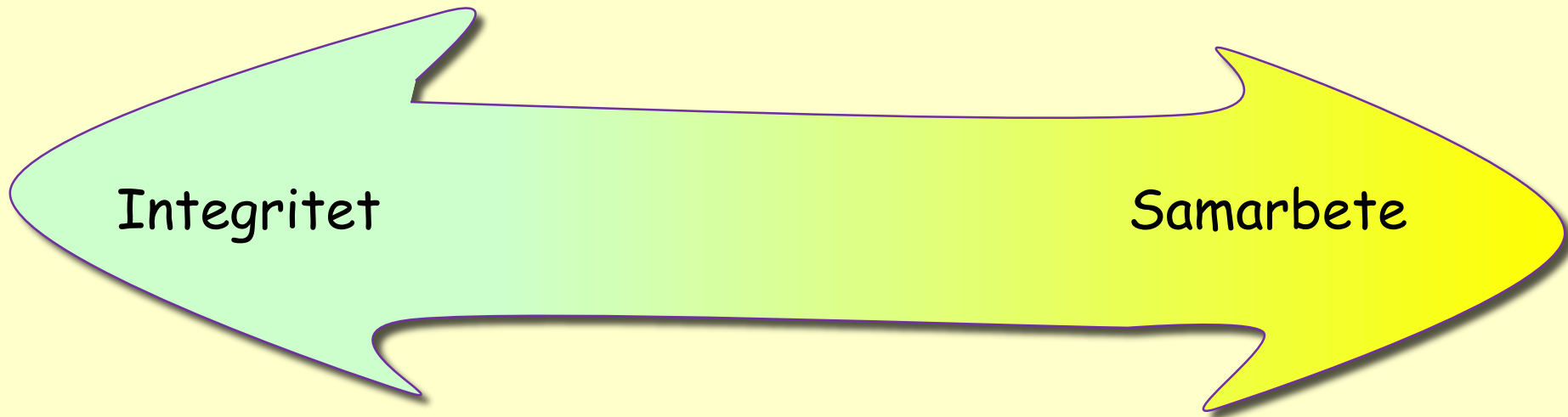
Kört - hopplösa fall



Grad av besvärlighet - brist på
vilja och/eller förmåga

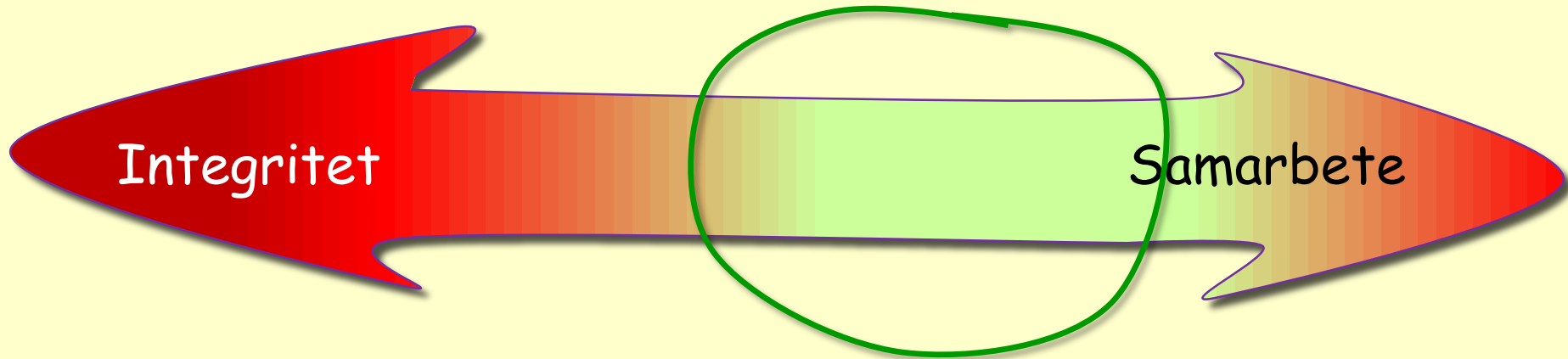
Var har du din medarbetare?

Samarbetar hen för mycket eller för lite?
Samarbetar hen på ett sätt som är bra eller dåligt för hen?
Samarbetar hen om rätt saker?



**Medarbetarens position är avgörande för
chefens insatser**

Går det att "flytta" den andre mot mitten?



Insikt

- Förstår hen var hen befinner sig?
- Kan hen annars förmås förstå?

Motivation

- Vill hen byta position, dvs förändra sig?
- Vad skulle vinsten vara för hen själv?

Förmåga

- Kan hen förflytta sig?

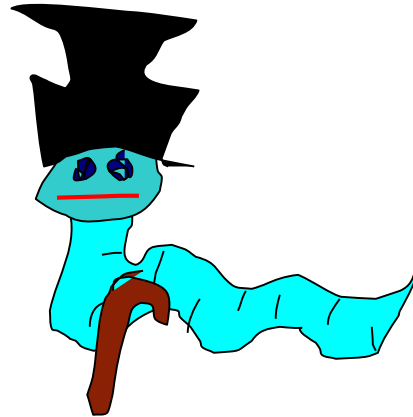
Vid problematiskt beteende

- ❑ Enstaka "beteende" eller uttryck för underliggande personlighet?
- ❑ Många kan se och be om hjälp med ett beteende utan att se mönstret av underliggande dysfunktionella personlighetsdrag.
- ❑ Vad är ett realistiskt mål, dvs vilken "nivå" ska vi lägga interventionen på?
- ❑ Börja "utifrån och inåt", eller tvärtom?

Den andre ska inte bara göra något...

Hen ska vilja göra det hen gör!

Alla människor hatar att ta order



"The key to commitment is
involvement.
No involvement, no commitment"

Riktig kärlek



"Man kan inte ändra en annan människa"

Men man kan erbjuda den andre den självinsikt som kan få denne att själv **vilja** ändra sig.

"Jag har sett saker du gör som oroar mig. Jag undrar om du inte betalar ett rätt högt pris för dem. Skulle du vilja att vi pratar om det?"

Hört det förut?

Motivation är grunden

Hjälp den andre hitta ett varför, ett eget varför, för de önskade förändringarna.

"Jag har ingen motivation"



Alla människor har behov, alla vill något



Identifiera och tillfredsställ
människors behov

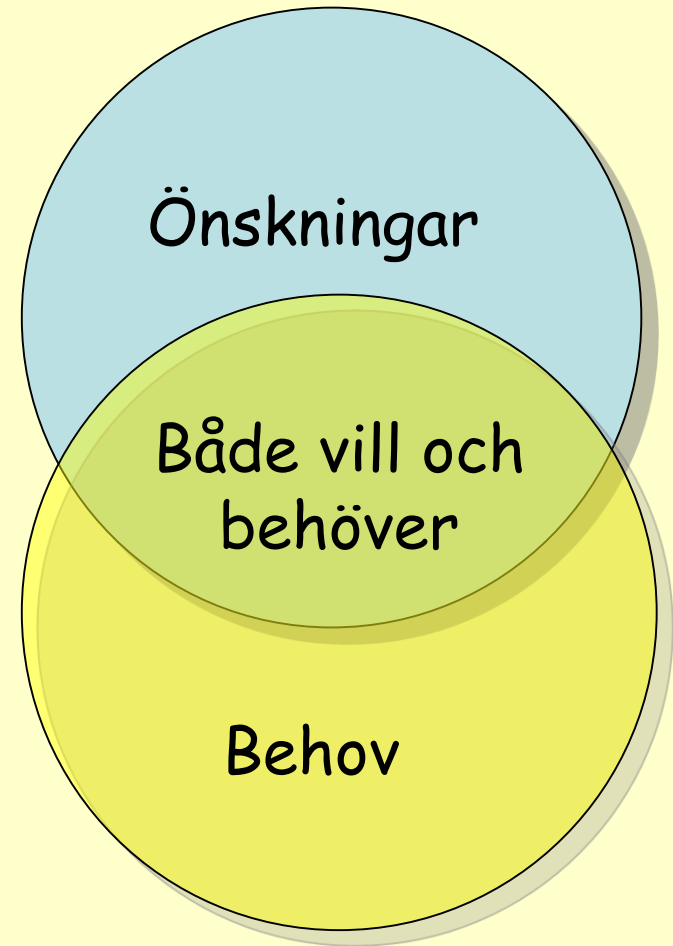
Om att skapa en allians - en början

1. Alla vill **något**.
2. Finn ut (fråga!) vad just denne medarbetare vill.
3. Bekräfta önskemålet.
4. Förmedla att du vill hjälpa honom att uppnå detta.

Önskan eller behov?

Vad medarbetaren **vill och önskar**. Vi måste börja här; intressera oss för och ta reda på.

Vad medarbetaren **behöver**. Vi måste intressera oss även för detta, utan att sätta oss över den andre eller reducera honom till objekt.



"Jag har minsann redan
pratats med honom, och
inte hjälpte det!"



"Jag har minsann redan
pratad med honom, och
inte hjälpte det!"



När då?

Hur många gånger?

På vilket sätt?

Körde du svenskt, eller talade du klarspråk?

Slutsats

SNACKA med besvärligt folk...
Snacka litet till... och ÄNNU mer.

Lyssna, spegla, fråga om du förstått.

Påvisa och ifrågasätt taskiga kartor och orimliga
förväntningar.

Lyssna, ifrågasätt, säg vad du själv tycker och
vill, ge dig inte!

JOBBA litet!

Tror på samtal som fördjupar och
skapar mening, möten som gör oss
levande och sårbara. Inte lyckliga.
Jag vill känna mig meningsfull.
Lycka är skitprat.

Lotta Lundberg, SvD 2015

Var inte för "professionell"

- ❑ Autenticitet och personliga reaktioner är kanske den största gåva vi kan ge en annan människa.
- ❑ Vi behöver andras äkta känslor, tankar och reaktioner på oss för att kunna orientera oss i våra sociala sammanhang.
- ❑ Denna genuina återkoppling gör det möjligt för oss att nyansera vår självbild och bättre förstå hur andra reagerar på vårt beteende.
- ❑ Därmed får vi möjlighet att ändra oss så att vi bättre uppfyller gruppens önskemål och därmed kommer i åtnjutande av gruppens acceptans, gillande och gentjänster.
- ❑ **Ge dina besvärliga medmänniskor CHANSEN att hyfsa sitt beteende!**

Privat, personlig eller professionell?

- Falsk dikotomi.
- Man kan vara alla tre och växla mellan rollerna.
- Utnyttja inte den andre för dina egna behov.
- Hur blir det för den andre är den viktigaste frågan.
- Viktigast för den andre är tillförlitlig återkoppling.
- Äkthet därför det viktigaste för ett meningsfullt samtal.
- Visa vad du tycker och känner, bjud på dig själv.
- "Professionell" är ofta en mask.
- Proffsigt är att våga se de missar man gör, be om ursäkt för dem och gå vidare.



Ge råd?



"I don't really have advice for people, except one thing: don't take any advice."

Ge inte råd, men dela med dig av dina egna upplevelser och erfarenheter.



Var ett bollplank



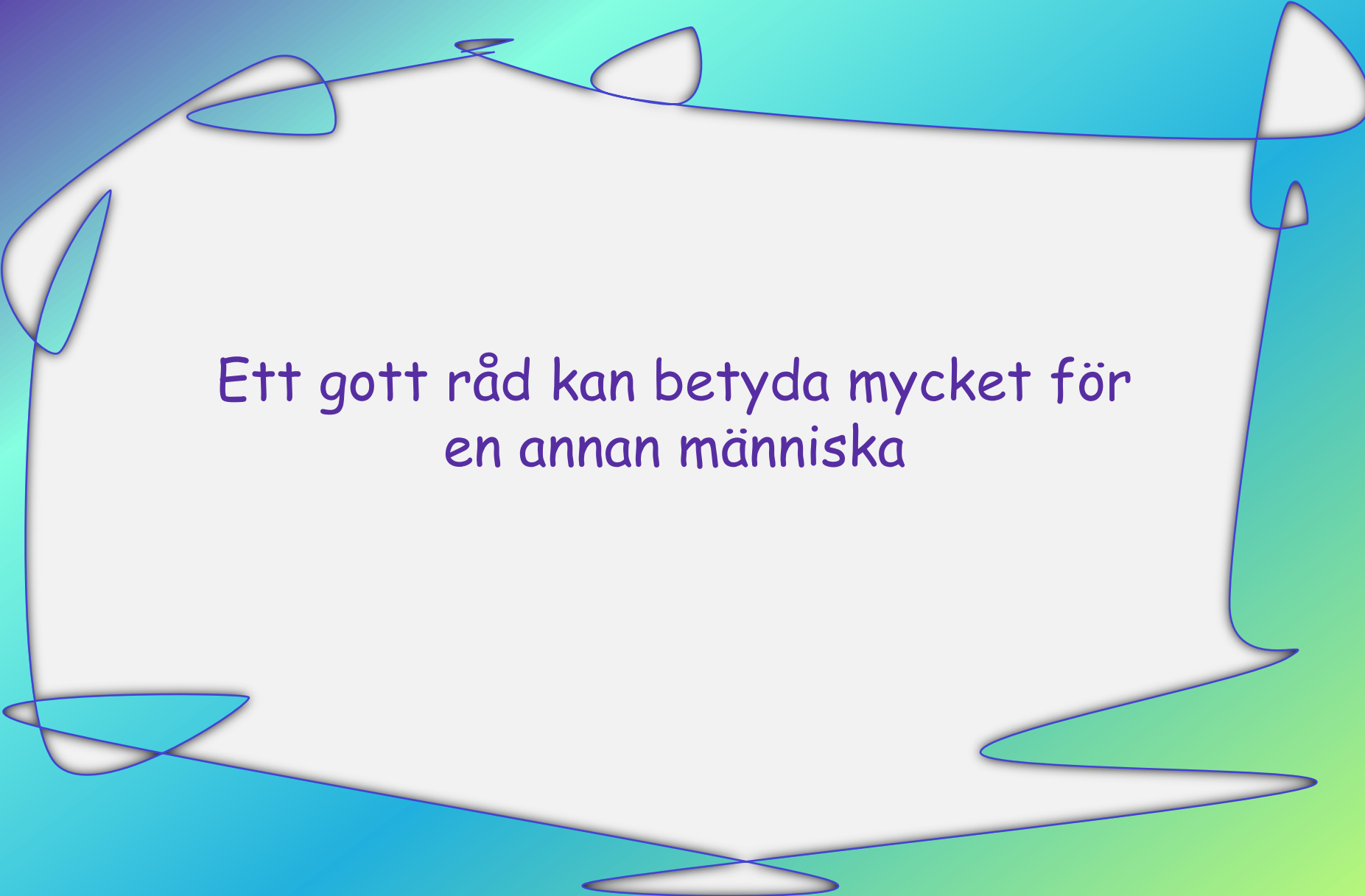
“Jag kan inte säga hur du ska göra, för det vet jag inte, men jag berättar gärna hur jag själv tänker om detta. Vill du det?”



Det handlar om **hur** man gör



Det finns sannolikt inte något råd som inte kan vara till skada om det ges på fel sätt eller vid fel tillfälle.



Ett gott råd kan betyda mycket för
en annan människa



Ska vi ge råd?

Skaffa dig en **invitation**.
Kom med ett **erbjudande**.
Skilj på råd och **goda råd**.
Fatta inte beslut åt den andre.
Ta inte över ansvaret.

Skaffa dig en invitation



Inträdesbiljettens valuta:

- Vänlighet och värme
- Omsorg
- Intresse
- Respekt
- Empati

"Jag hör att du har det svårt, och jag skulle gärna prata med dig om det. Skulle du vilja det?"

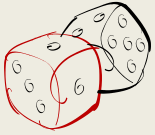


Skilj på råd och goda råd



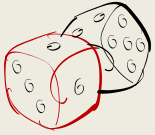
Ett gott råd

- ❑ ges utifrån god kännedom om just den rådet gäller, anpassat till just denna persons behov och sätt att vara.
- ❑ framförs på ett sätt som gör intryck.
- ❑ framförs **en** gång.
- ❑ överlämnas till den andre som en möjlighet att överväga - inte som ett krav.



Ge ett erbjudande - men fatta inte beslut





Kom med ett erbjudande

- ❑ Skulle jag kunna vara till hjälp för dig på något sätt?
- ❑ Du vet att jag alltid har tyckt mycket om dig, och jag vill gärna hjälpa dig om jag bara vet hur.
- ❑ Jag är osäker på vad jag kan göra för att hjälpa dig utan att du känner dig invaderad - kan du berätta hur jag bäst kan stötta dig?
- ❑ Hör gärna av dig framöver om jag kan bidra med något - jag gör det gärna!



... men var ytterst försiktig med att
fatta beslut åt patienten



Hur gör Allan Linnér?



☰ Meny | sverigeSRadio

🔍 Sök

PI

Radiopsykologen

Lyssna på program

Om...

Kontakt

Senaste programmet



Min man tog livet av sig

10 oktober kl 11:03 (30 min)

För fyra år sedan tog Karins man livet av sig. Då hade de levt tätt tillsammans i 52 år, fått två barn och åkt land och rike runt på sina motorcyklar. Men så blev Karins man sjuk och till slut orkade han... → [Läs mer](#)

▶ LYSSNA (30 MIN)

⬇️ LADDA NER (30 MIN, MP3)

➦ DELA LJUDET



Ta inte över ansvaret

Patientens ansvar	Läkarens ansvar	Någon annans ansvar

Det är ingen match mellan er!

