

FOREBYG UDBRÆNDTHED – SAMMEN MED DIN LEDER

Målgruppen: Medarbejder og ledere sammen

Formålet: At sikre professionalismisme og at reducere magtesløshed

Instruktion:

Case

Du bliver følelsesmæssigt belastet, fordi du over en længere periode oplever, at det er meget svært eller umuligt at løse de svære problemer, som de mennesker, du arbejder med, har. Der er underbemandet, og det er svært at bruge din faglighed på en tilfredsstillende måde.

1. Hvad er opgaven, og hvilke greb kan vi gøre brug af her?
2. Kan vi finde meningsfuldhed – i adfærden hos de mennesker, vi arbejder med?
3. Hvad har de mennesker, som vi arbejder med brug for?
4. Hvornår gør vi en forskel?
5. Hvad er succeskriterierne?
6. Realitetscheck – er det muligt at opnå disse kriterier – er det også de succeskriterier kunden/borgere og andre samarbejdspartnere har?
7. Har vi alle realistiske forventninger inden for de givne rammer – eller overperformer vi?

Det er vigtigt, at vi har fælles forståelse af succeskriterier i vores arbejde. De mennesker, som rammes af udbændthed, har typisk haft et stort personligt engagement i deres arbejde. De har haft høje krav til sig selv og/eller er også blevet mødt med store krav fra ledelse eller personer, de arbejder med. Det er vigtigt løbende at forventningsafstemme og drøfte medarbejderens oplevelse af magtesløshed for at forebygge udbændthed.