

Steg for steg: Hva skal til for å skape et psykologisk trygt arbeidsmiljø?

Abelias tips til bedrifter og organisasjoner for hvordan ledere kan utvikle et arbeidsmiljø som er preget av psykologisk trygghet:

Det er viktig å merke seg at skape psykologisk trygghet er en kontinuerlig prosess og krever innsats og engasjement fra hele organisasjonen, fra toppledelse til individuelle medarbeidere.

1. **Kommunikasjon og åpenhet:**

Oppfordre til åpen kommunikasjon på alle nivåer i organisasjonen. Ansatte bør føle seg trygge nok til å uttrykke meninger, komme med forslag og dele bekymringer uten frykt for negative konsekvenser. Lytt aktivt uten å dømme eller avbryte. Vær tydelig i egen kommunikasjon.

2. **Regelmessige møter:**

Legg til rette for regelmessige møter, ukentlige eller månedlige møter der hvert teammedlem deler oppdateringer og eventuelle utfordringer de står overfor. Sørg for å sette av nok tid og styre samtalen, slik at alle føler at de kan komme til ordet. Sørg for at medarbeiderne føler at deres meninger er verdsatt og at de er en viktig del av teamet.

3. **Klare Retningslinjer:**

Etabler klare retningslinjer for kommunikasjon, inkludert hva som er akseptabelt og hva som ikke er det. Vær konkret med eksempler, og ta med medarbeidere i arbeidet.

4. **Tydelige forventninger:**

Klare og tydelige forventninger til ansatte og team kan bidra til å skape trygghet. Alle bør vite hva som forventes av dem og hva de kan forvente av sine kolleger og ledere.

5. **Støttende lederskap, anerkjennelse og belønning:**

Ledere bør være tilgjengelige, støttende og lyttende. De bør oppmuntre til deltakelse, gi tilbakemeldinger og vise interesse for ansattes trivsel og velvære. Sørg for å anerkjenne og belønne ansattes innsats og prestasjoner.

6. **Aksepter feil og læring:**

Skap en kultur hvor det er akseptabelt å gjøre feil og lære av dem. Feil bør ses på som muligheter for vekst og utvikling, og ikke som grunn til straff eller ydmykelse.

Vær åpen ved å innrømme egne feil og vis hvordan man kan lære av dem

7. **Lagarbeid og samarbeid:**

Oppfordre til samarbeid og teamarbeid. Skap en følelse av fellesskap og gjensidig støtte blant ansatte. Dette kan oppnås gjennom teambyggingsaktiviteter, felles målsettinger og anerkjennelse av felles innsats.

8. **Opplæring og utvikling:**

Tilby opplærings- og utviklingsmuligheter for ansatte. Dette kan gi dem nødvendige ferdigheter og kompetanse, og samtidig bidra til økt trygghet i deres rolle.

9. **Fysisk og psykisk helse:**

Legg til rette for en arbeidsplass som fremmer både fysisk og psykisk helse. Dette kan inkludere tiltak som støtter ansattes trivsel, balanse mellom arbeid og fritid, tilgang til støttetjenester og ressurser for å håndtere stress.