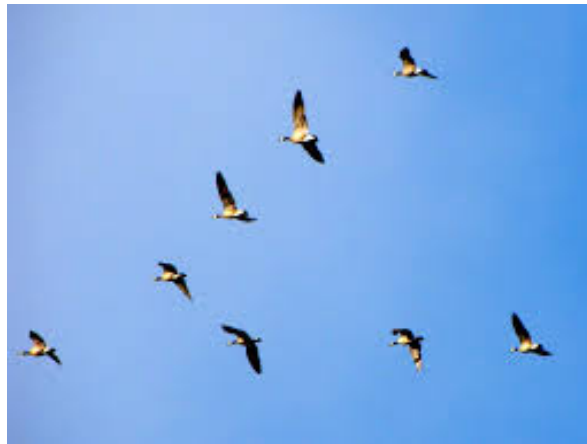


Kommunikasjon og samarbeid i en digital tidsalder



Servicekonferansen 2016
Oslo

Eva Gyllensvaan
Edumera Utbildning AB
www.edumera.se





Uppsalabo

SAS 20 år

Leg.psykolog, fil.mag. & konsult

Bra på att laga pasta



Kommunikation
Teambuilding
Bemötande
Konflikthantering
Kulturkommunikation







125 000 år sedan



För ett ögonblick sedan

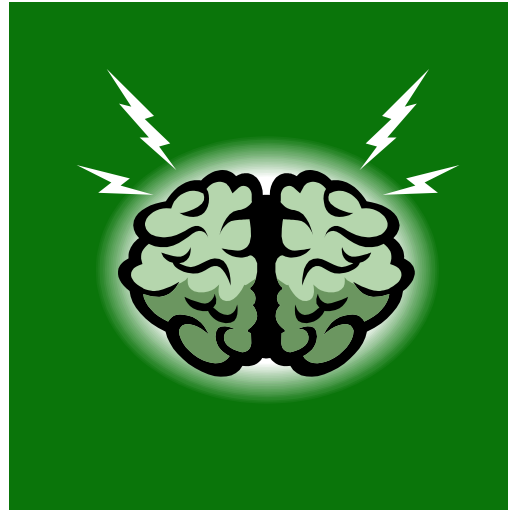


Idag



...sms...mail...

dopamin!



tankejärna

däggdjurshjärna

reptilhjärna

Dopamin

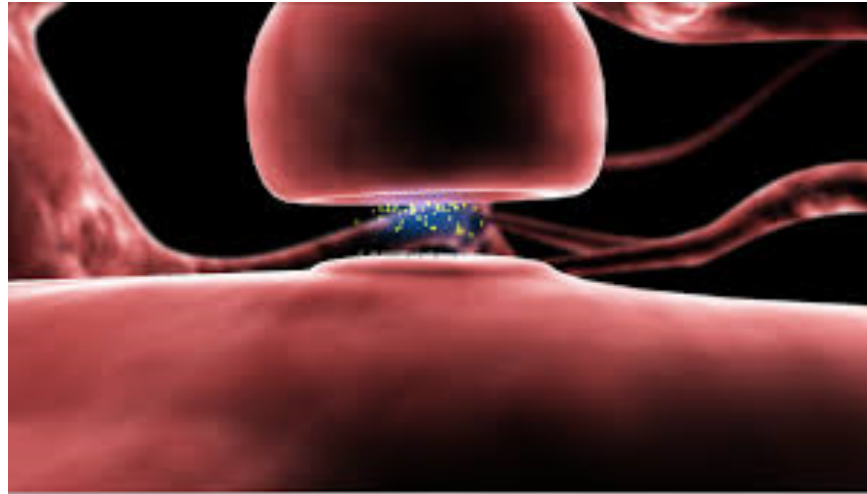
vår belöningssubstans

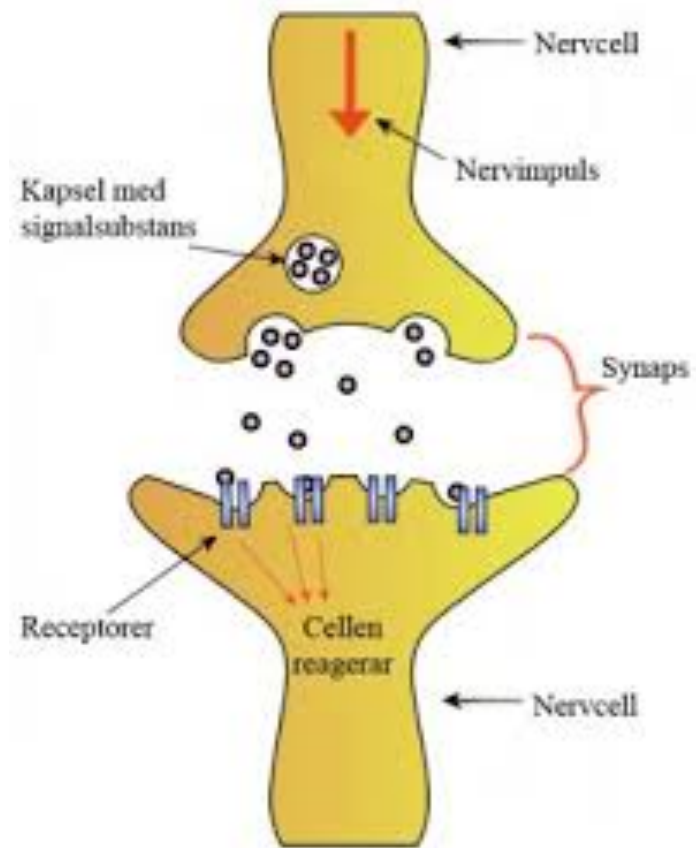
gör oss glada, euforiska, nöjda

utsöndras vid mat, sex, motion, droger

och digitaliserad kommunikation

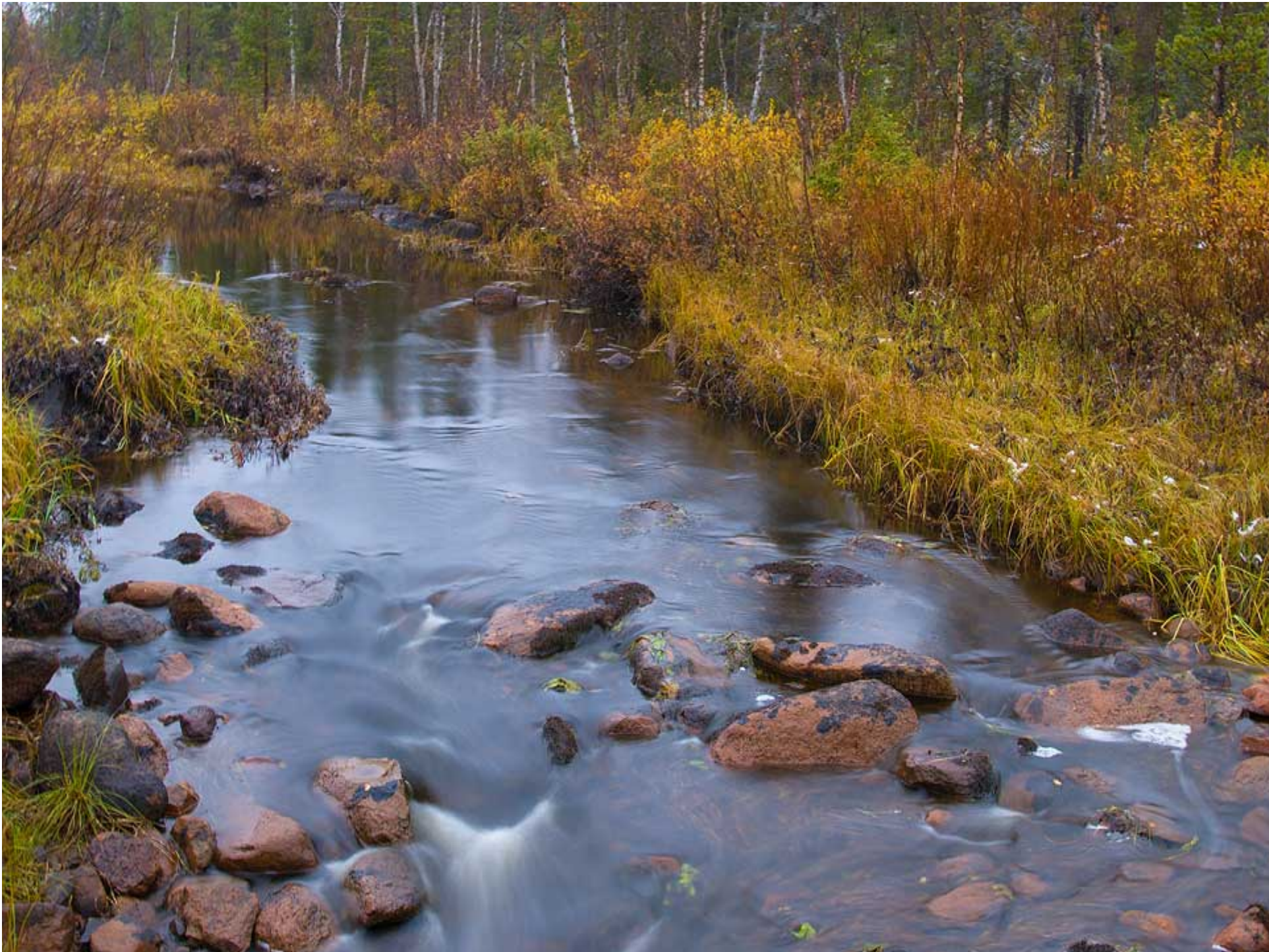
kan skapa beroende





Är vi förförda av digitaliseringen?
Har vi blivit beroende?





Hjärnstress



Få göra en sak i taget...



Samarbete i effektiva team



När presterar vi bäst?

I en trygg och välkänd miljö där man relaterar till varandra på ett vänligt sätt.

Oxytocinproduktion!



Oxytocin

vår lugn o ro-substans

gör oss avspända o lugna

minskar smärta, ångest, stress, depression,

utsöndras vid närhet och umgänge

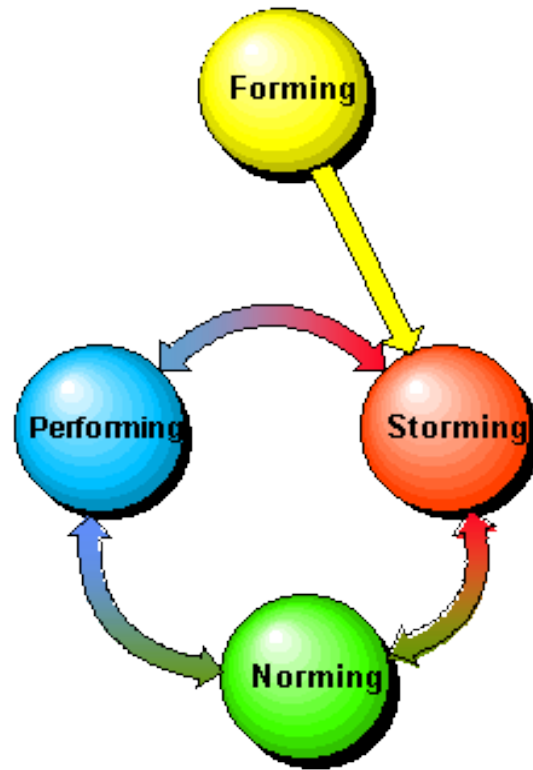


Teamets uppgifter

Utföra arbetsuppgiften
Hantera sociala relationer

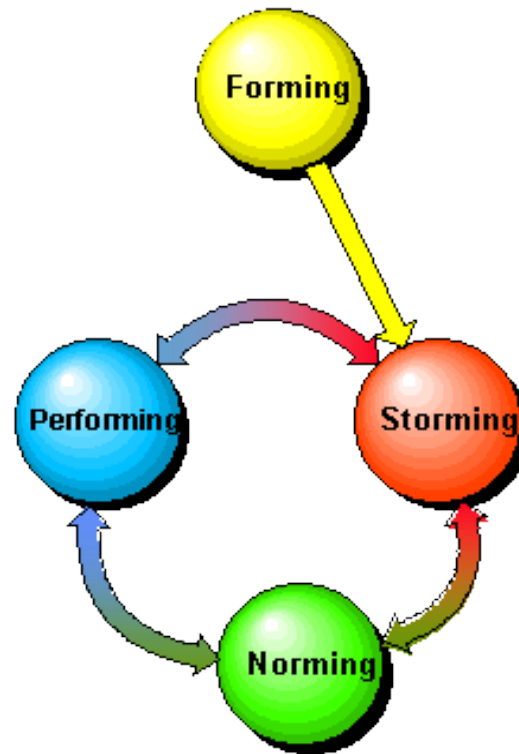
Hur/vad gör ni?





(Tuckman)

Var befinner ni er?



Framgångsrika team

- Gemensamma mål
- Öppen och god kommunikation
- Arbetsvillighet
- Samarbetsvilja och ”attraktion”
- Vilja till konstruktiv problem/konfliktlösning
- Håller samman över tid



Framgångsrika team

- Gemensamma mål
- Öppen och god kommunikation
- Arbetsvillighet
- Samarbetsvilja och ”attraktion”
- Vilja till konstruktiv problem/konfliktlösning
- Håller samman över tid



Hur har ni det?

Framgångsrika team

- Gemensamma mål
- Öppen och god kommunikation
- Arbetsvillighet
- Samarbetsvilja och "attraktion"
- Vilja till konstruktiv problem/konfliktlösning
- Håller samman över tid



I framtiden

- *Få möjlighet arbeta med få uppgifter*
- *Få möjlighet att aktivt utveckla relationer*

Viktigast -
ha det gott o roligt tillsammans

