

De vigtigste indsigter fra projektet "Lederens forbundethed"

Hvilken betydning har forbundethed for lederes trivsel?

1. Lederne oplever, at forbundethed styrker deres trivsel

Vores data viser, at forbundethed styrker ledernes trivsel i arbejdslivet, lederrollen og i livet generelt. Desuden styrker følelsen af forbundethed deres relationskompetencer og evne til at lytte, skabe god kontakt og udvise empati. Samtidig oplever lederne en større autenticitet i lederskabet og en øget følelse af motivation og mening i lederrollen. Forbundethed skaber balance.

2. Sprogliggørelsen af og bevidstheden om begrebet forbundethed fremmer forbundethed

Det at sætte fokus på forbundethed – fx via daglige praksisser og oplevelsesbeskrivelser – styrker ledernes følelse af forbundethed.

3. Oplevelsen af forbundethed skaber positive følelser

Forbundethed skaber positive følelser som glæde, ro, velvære, taknemmelighed og tillid. Samtidig har positive følelser som tillid og taknemmelighed en fremmende effekt på at kunne opleve forbundethed, mens negative følelser som mistillid og frygt har en hæmmende effekt på at opleve forbundethed.

4. Lederne oplever, at forbundethed styrker deres lederskab.

Lederne oplever, at forbundethed giver dem mere ro, mindre stress og øger deres dømm- og handlekraft. De bliver bedre i stand til at vægte og prioritere ud fra eget værdisæt.

5. Lederne oplever, at mangel på forbundethed forårsager mistrivsel.

Erkendelsen af u-forbundethed (det at se tingene rent) kan være katalysator for forandring

6. At arbejde med forbundethed skaber værdi for ledere

Det har skabt positiv værdi for lederne at arbejde med forbundethed i undervisningen. Begrebet forbundethed har mødt begejstring, omend også modstand fra enkelte ledere. I den forbindelse er vi opmærksomme på, at vi bruger vores studerende som empirisk grundlag, og at der kan være et paradoks i, at mange kommer herind for at få konkrete værktøjer til deres ledelse – og så stiller vi dem filosofiske spørgsmål og møder dem med en fænomenologisk tilgang. Det kan være en passende forstyrrelse og inspiration for nogle og føles frustrerende for andre.

7. Lederne finder forbundethed i relationer, med sig selv og i naturen

Lederne oplever, at forbundethed opstår, når der er ro, nærvær, positive relationer og mening – og forsvinder når tempoet og presset stiger. Forbundethed opstår især i nære relationer såvel som i psykologisk trygge relationer på arbejdet. Naturen og stille stunder med eksempelvis meditation eller dagbogsskrivning fremstår også som kilder til forbundethed. Ro, tilstedeværelse og aktivt nærvær, hvor man for eksempel lægger

telefonen væk og søger kontakt, fremmer forbundethed, mens stress, stramme deadlines og træthed hæmmer forbundethed.