



# Tökum höndum saman og eflum heilbrigða vinnustaðamenningu

## Fróðleiksmolar um samskiptasáttmála



Samskipti eru grunnur að öryggi og vellíðan starfsfólks og árangri á vinnustað.

Heilbrigð samskipti efla starfsánægju, styrkja samvinnu, auka sálfélagslegt öryggi og eru forsenda árangurs.

*Slæm samskipti* valda streitu og vanlíðan ásamt því að draga úr framleiðni.

Samskiptasáttmáli getur reynst öflugt tæki þegar kemur að því að hafa jákvæð áhrif á vinnustaðamenningu

Samstarfsfólk sammælist um hvaða hegðun er æskileg og hvaða viðmið eiga að gilda á vinnustaðnum. Hægt er að fara ólíkar leiðir í þeirri vinnu, eftir stærð og eðli vinnustaða. Er þá unnt að gera samskiptasáttmála fyrir vinnustaðinn í heild eða sem ná til einstakra teyma og verkefna.

Dæmi um gildi í góðum samskiptum, sem efla heilbrigða vinnustaðamenningu:



- virðing
- traust
- samkennd
- samvinna
- gleði
- jákvæðni

Heilbrigð samskipti fela meðal annars í sér:



- jákvæð og uppbyggileg samskipti
- virðingu og vinsamlega framkomu í öllum samskiptum, enda erum við ólík, með mismunandi bakgrunn og lífsskoðanir
- kurteisi og umburðarlyndi í öllum samskiptum
- að halda athygli og að hlusta á hvert annað
- að hver og einn sé meðvitaður um hvað hann leggur af mörkum í samskiptum og hvað hann getur lagt af mörkum
- að vilja fyrirbyggja óæskileg samskipti og neikvæða hegðun á vinnustað

Sálfélagslegt öryggi er jafn mikilvægt og líkamlegt öryggi á vinnustöðum. Miklu máli skiptir að samskiptasáttmálinn sé kynntur nýju starfsfólki, sé lifandi plagg sem þróist áfram hjá viðkomandi starfseiningum og vinnustaðnum í heild.

Mikilvægt er að öll séu meðvituð um hvernig menningin er á vinnustaðnum, þannig að tryggt sé að samræmi sé milli samskiptasáttmála sem öll koma sér saman um og þeirra viðmiða og viðhorfa sem eru gildandi innan vinnustaðarins. Stundum getur verið þörf á að breyta menningu sem er ríkjandi á vinnustað, jafnvel með utanaðkomandi ráðgjafa, þannig að samskiptasáttmáli skili tilætluðum árangri.

Ábyrgðin á góðum samskiptum á vinnustað liggur sameiginlega hjá stjórnendum og starfsfólki. Til að skapa góða vinnustaðamenningu þurfa öll að leggja sitt af mörkum, stuðla að góðum samskiptum og láta vita ef samstarfsfólk eða aðrir sýna óviðeigandi framkomu. Hver og einn ber ábyrgð á eigin hegðun. Öruggt og heilsusamlegt vinnumhverfi þar sem starfsfólki líður vel er undirstaða góðra verka. Það er því sameiginleg ábyrgð að vinna saman að því að samskiptasáttmálinn sé virtur.

Sjá nánari umfjöllun um góða vinnustaðamenningu á vef Vinnueftirlitsins.

Nóvember 2023.