



KĀ UZMUNDRINĀT UN MOTIVĒT  
DARBAM KRĪZES APSTĀKĻOS?  
**DARBINIEKU NOSKAŅOJUMS UN TĀ**  
NOVĒRTĒŠANA

Lauma Žubule,  
Vebinārs, 15.05.2020

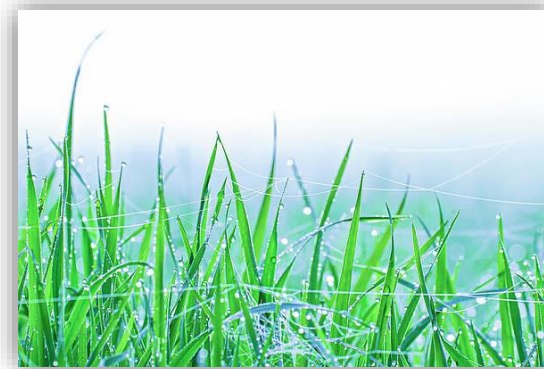
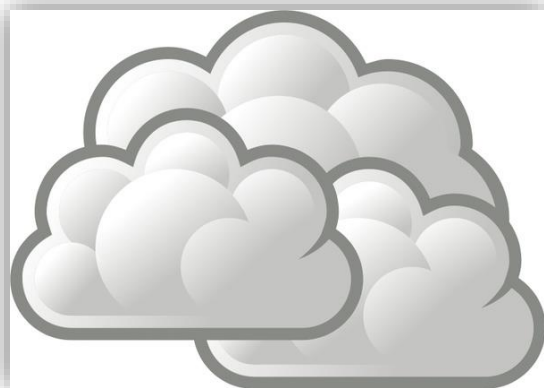
## DARBINIEKU REALITĀTE:

- Neskaidrība un nedrošība
- Rūpes par savu un tuvāko veselību
- Psiholoģiska spriedze par notiekošo kopumā
- Darba un privātās dzīves līdzsvarošana
- Tehnoloģiskie izaicinājumi
- Attālināta komunikācija, tās izaicinājumi
- Muguras, plecu sāpes

## DARBINIEKU VAJADZĪBAS:

- Skaidrība (uzdevumi un rīcības plāns)
- Tieša un skaidra komunikācija
- Sajūta, ka es esmu svarīgs un par mani rūpējas
- Atbalsts un uzmundrinājums
- Piederības sajūta, saikne ar kolēģiem

# DARBINIEKU NOSKAŅOJUMS:



KĀ JŪS VĒRTĒTU SAVU DARBINIEKU KOPĒJO NOSKAŅOJUMU?

# KAS IETEKMĒ KOLEKTĪVA NOSKAŅOJUMU KRĪZES LAIKĀ?

- Emocionālās inteliģences spēja katrā cilvēkā individuāli
- Vadītāja emocionālā inteliģence
- Iekļautības un piederības sajūta



(Daniel Goleman, Travis Bradberry)



# IEKĻAUTĪBA

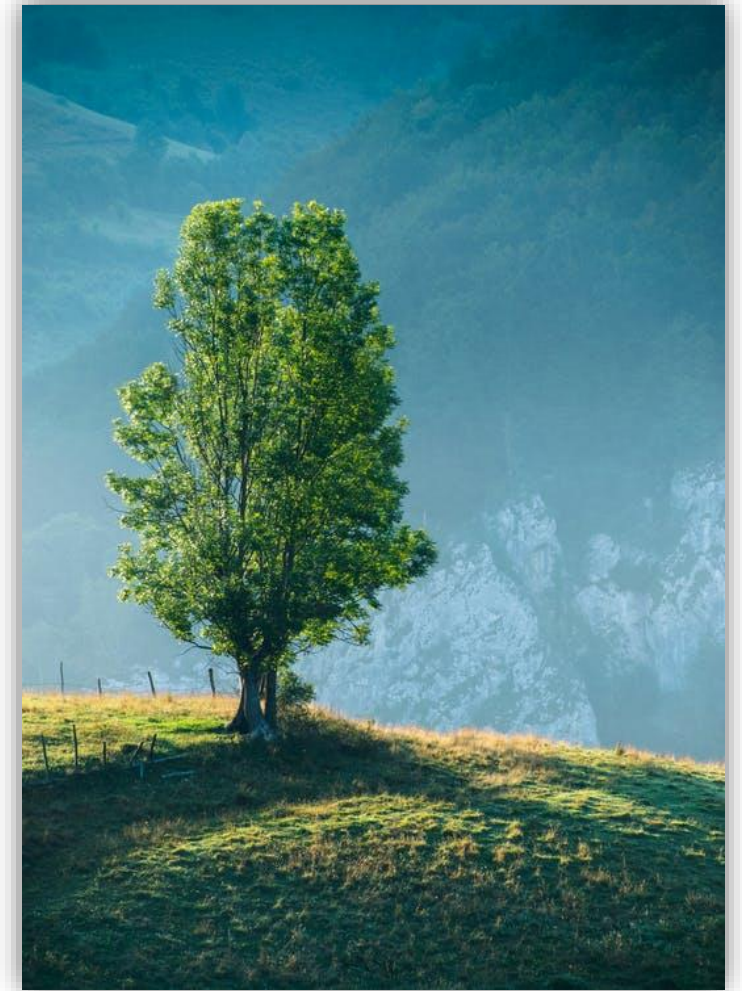
**Attālināts darbs var būtiski ietekmēt vientulības sajūtu.**

Vientuļiem cilvēkiem ir tendence uz pasliktinātāku:

- fiziskās veselības stāvokli,
- mentālo veselību,
- intelektuālo sniegumu
- un pesimismu.

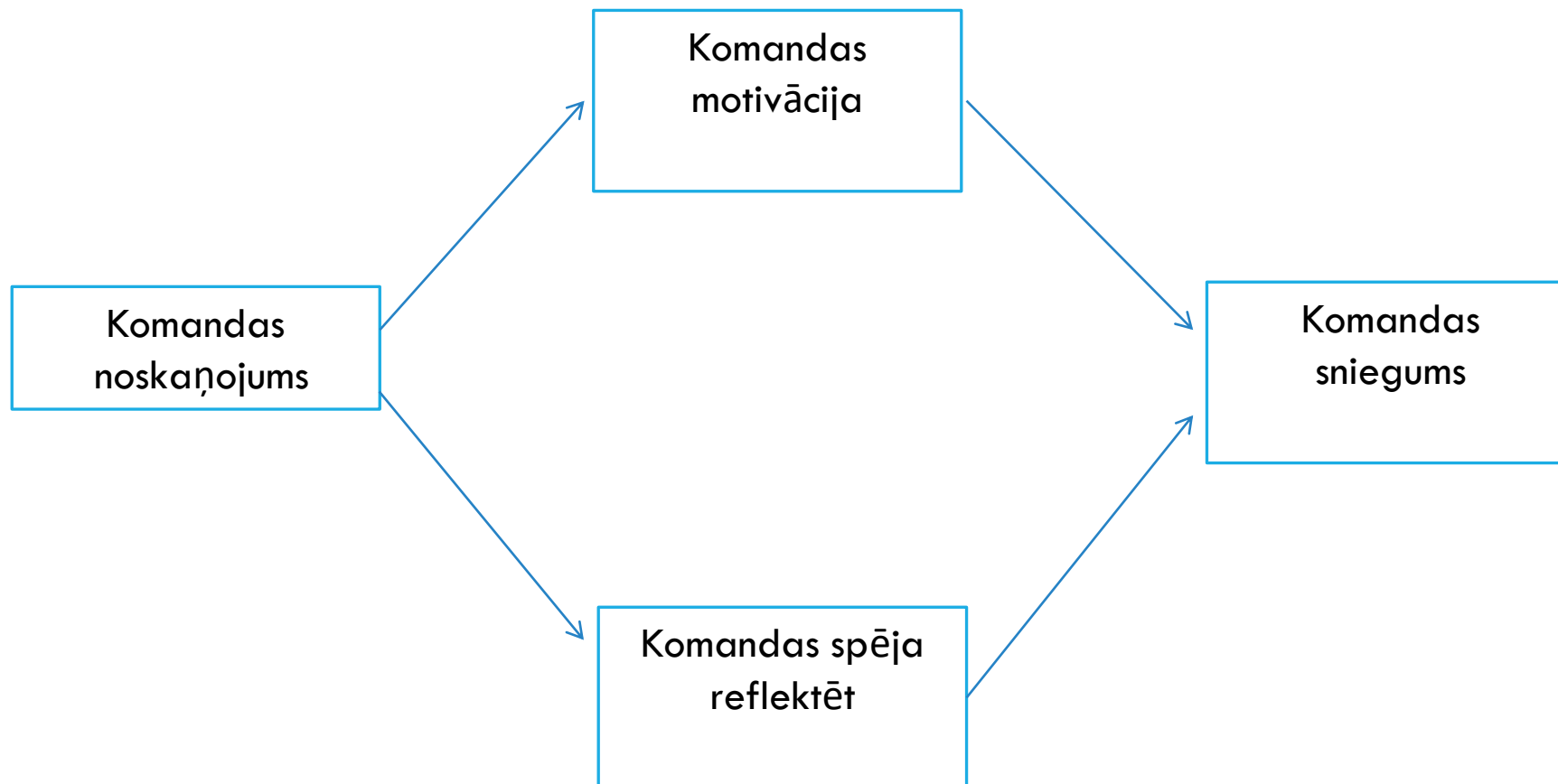
Kas var palīdzēt?

- Piederības sajūta
- Jēga / mērķis



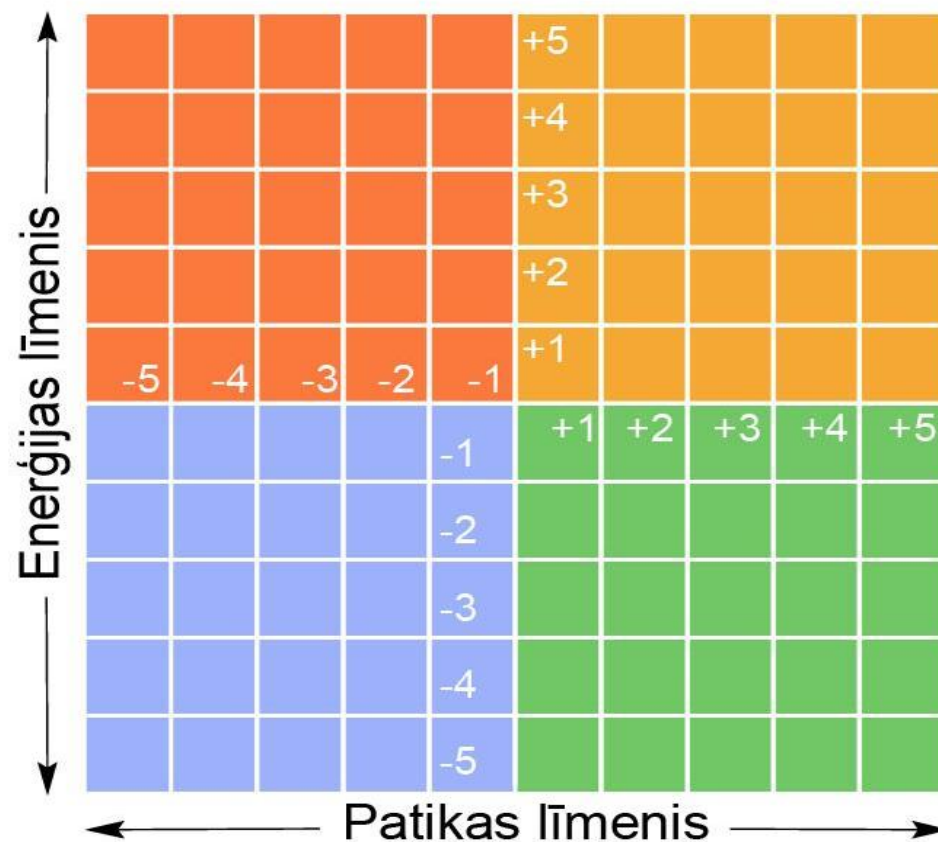
(Covid 19 Outbreak, Supporting employee wellbeing, 2020. Ņemts no: <https://ej.uz/2v9n>)

# KO IETEKMĒ KOLEKTĪVA NOSKAŅOJUMS?



# MOOD METER – NOSKAŅOJUMA MĒRĪTĀJS

KĀ SAPRAST, KĀ ES / VIŅI JŪTAS?







# KAS VAR SEKMĒT POZITĪVĀKU KOLEKTĪVA NOSKAŅOJUMU?

- Regulāra komunikācija no vadības – skaidrības un drošības sajūtas radīšana
- Regulāras tikšanās / «Kafija ar kolēģiem»
- Jautājums «Kā jūties?»
- Aktīvas iesaistes elementi:
  - Atsūtiet bildi ar savu «jaunā» ofisa skatu / apgūstot jaunu prasmi;
  - Google doc – idejas darba ikdienas uzlabošanai – visi kopīgi raksta, sapulcē izvērtē un pieņem 1 – 2 idejas;
  - Dalīšanās ar grāmatām / filmām, kas pēdējā laikā iedvesmo;
  - «Mācību 5 minūte» - iemāci prasmi citiem – tiešsaistes rīki / darba procesi / komunikācija virtuālajā vidē;
  - Dalīšanās labajā praksēs, piemēros
  - «Paldies» viens otram / «Paldies Tev par!»

LAI PARŪPĒTOS PAR  
CITIEM, IR  
JĀPARŪPĒJAS PAR  
SEVI.