

Hybridarbete för advokater – möjligheter och risker

Jens Nilsson | Occupational Psychologist
www.ambitorprofile.com – www.nilsson.info




Agenda

1. Hybridarbete – fördelarna
2. Utmaning i hybridarbete: kulturerosion
3. Självledarskap: gränser mellan arbete & fritid
4. The Big Quit?
5. Individfaktorn



1

Hybridarbete – fördelarna



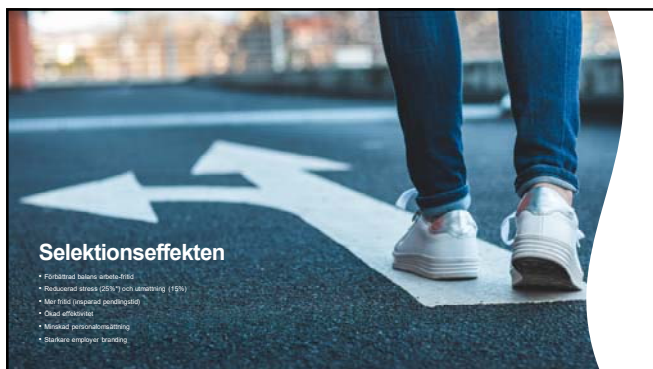
Bakgrundsfaktorer som påverkar ert distansarbete

- Ledarskap
- Livstil
- Personlig läggning
- Vem man bor med
- Hur man bor



Selektionseffekten

- Förbättrad balans arbete-fritid
- Reducerad stress (28%) och utmattning (19%)
- Mer fritid (öppnades på måndag)
- Ökad effektivitet
- Minskad personalsvinn
- Stärkt employer branding




Fördelar med hybridarbete

- Bättre balans arbete-fritid, livspusslet
- Mindre stress och utmattning för många
- Lättare att fokusera i arbetet

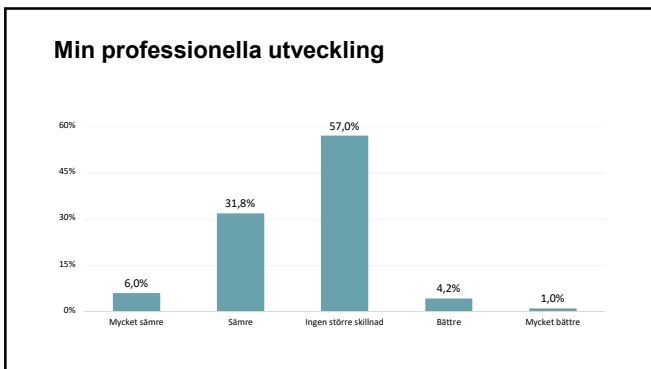


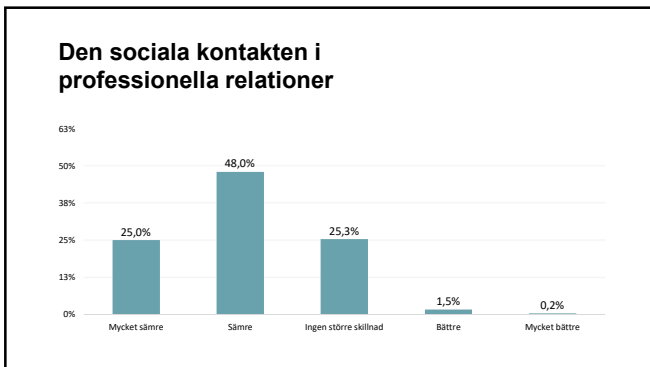
2



Utmaning i hybridarbete: Kulturerosion

Silos mellan arbetsgrupper/avdelningar



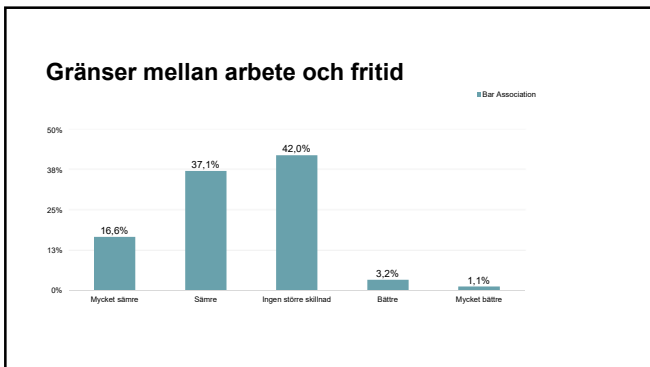


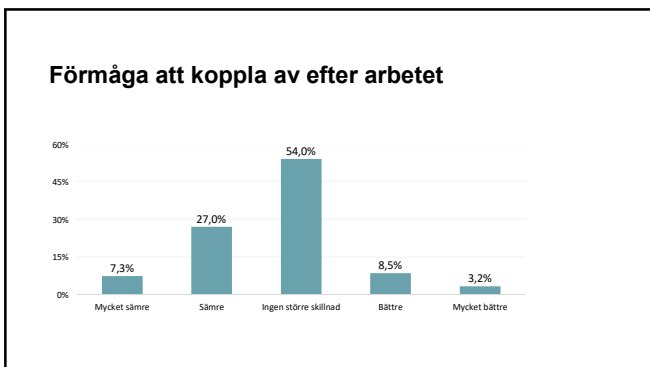
Nackdelar

- **Kulturerosion**
- Minskad spontan kommunikation
- Svårare att involvera juniora i projekt
- Svårt att skilja arbete och fritid, att bli ledig mentalt
- Plan professionell utveckling

3


Självledarskap: gränser mellan arbete & fritid



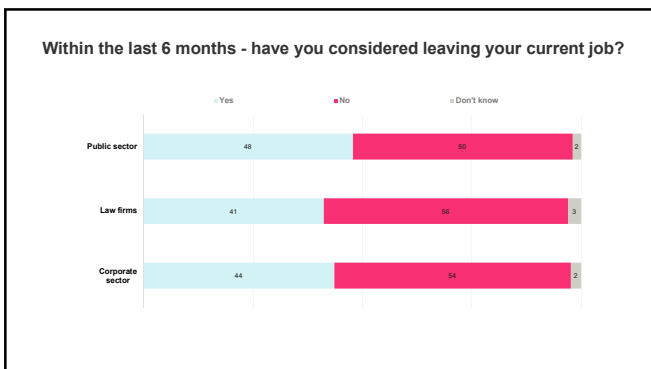


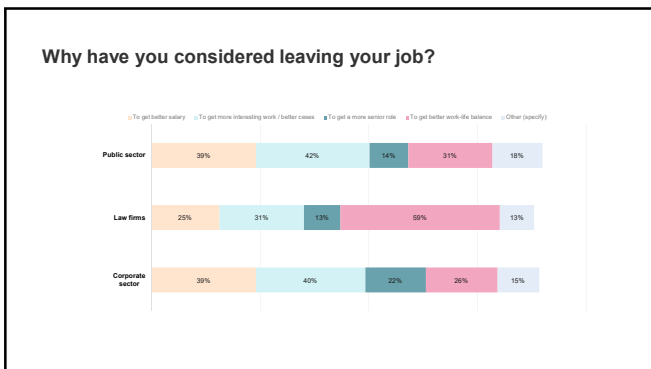


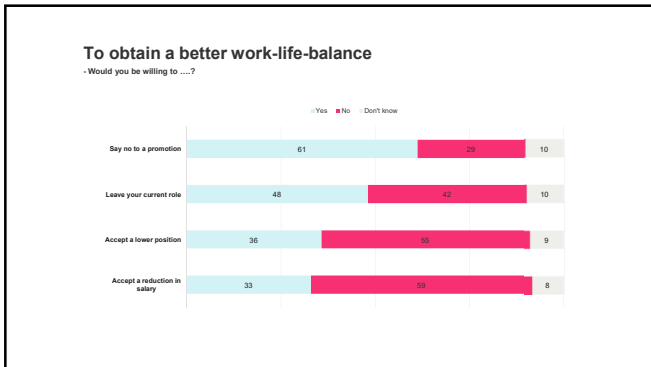
4

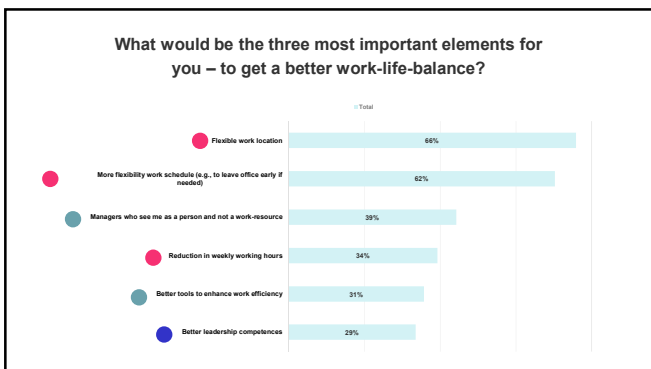


The Big Quit?








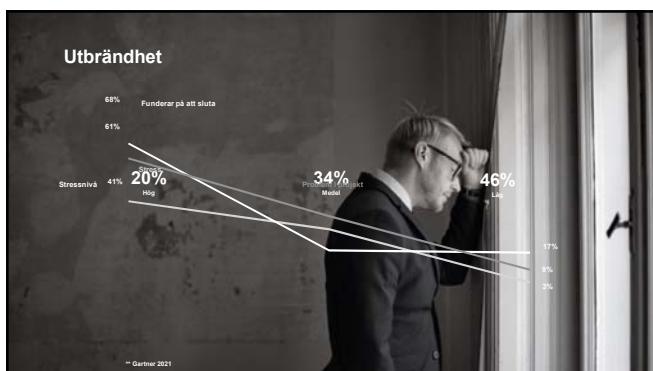


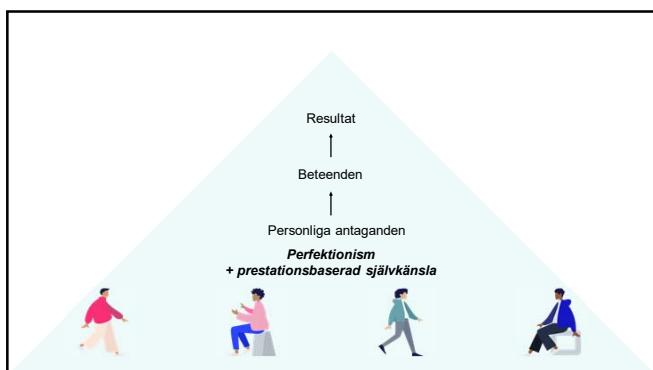
- ### Sätt att öka flexibiliteten
1. Arbetsarrangemang/timmar/schema
 2. Talent management (ledarskap & självledarskap)
 3. Teknologi som gör arbetsflödet mer produktivt och stödjer flexibilitet

5

Individfaktorn







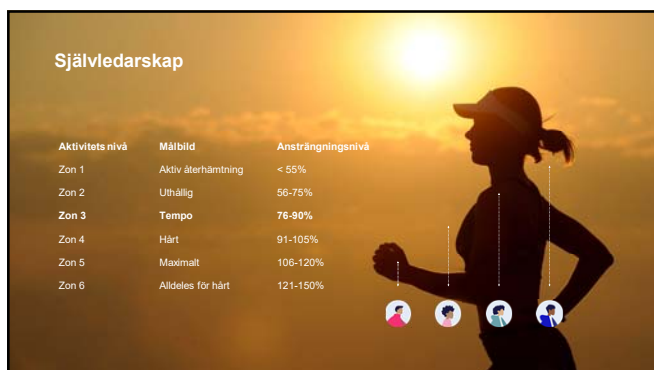
Personlighetsdrag

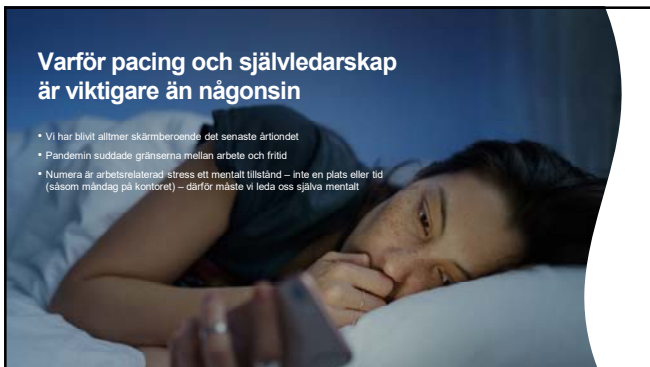


Burnout



Självedarskap





Självledarskap

Mitt inre prestationssamtal

Om jag misslyckas är mitt liv över!

Jag kan alltid göra mer

Ledig=lat

Arbeta hårdare!

Jag är ett misstag "Jag får aldrig, aldrig misslyckas!"

Jag blir aldrig bra nog.

Undvik Katastrof

Snoozar du så loosar du.

Arbeta över varje dag

Jag svarar på alla mail inom en minut

24/7

Jag får aldrig misslyckas

Det finns alltid någon annan som är bättre

misstag= katastrof

Burnout Tolerans

Självledarskap

My inre prestationssamtal

Om jag misslyckas, tar jag ansvar och går vidare

Hur mycket kommer jag behöva arbeta?

Jag måste ta en paus nu.

Ledig=nödvändigt

Jag är bra på många saker

Låt mig dubbelkolla om jag gjorde fel där.

Jag duger som jag är.

Jag löser en katastrof

Jag är uppmärksam!

Jag arbetar hårt idag, Men tar det lite lugn imorgon.

Jag kollar min epost Jag ber om en andra chans så ofta jag behöver

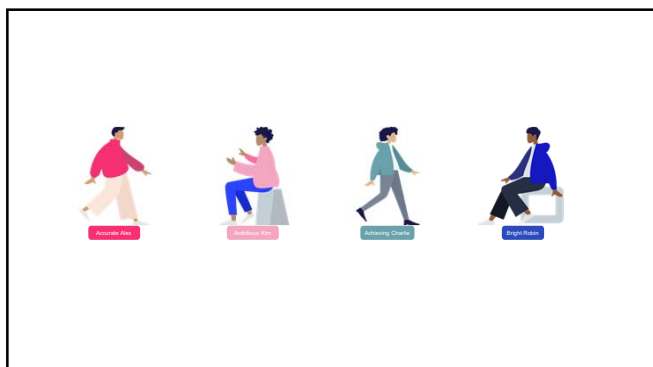
Arbete 9-5, 7-9

Genom att planera, Undviker jag misstag

Jag kommer göra mitt bästa

Ett misstag är = Tillfälle att lära

Burnout Tolerans





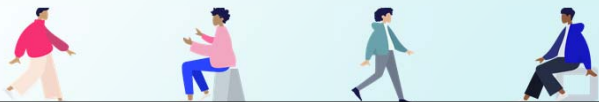
Bluff-syndromet

En persons inre övertygelse att de har uppnått sina framgångar genom tur, andras misstag eller bara hårdt arbete utan någon extra talang eller intelligens.

Meta-bluff-syndromet

När du vet att många omkring har bluff-syndromet, men du har observerat hur kompetenta dom är. Dom är inte som du, den riktiga bluffen.

Gränssituationer



Delegering



Delegering – Självledarskap

"Om jag inte får tillräckligt med struktur och information så känner jag mig osäker, vilket stressar mig."

"Det kan vara jätteskönt att få stämna av på vägen och få bekräftat att jag jobbar i rätt riktning."

"Om någon försöker planera för mig får jag panik."

"Jag behöver förstå varför saker ska göras för att känna mig riktigt motiverad. Vad är målet?"

"För mig är det stor skillnad att kommunicera vad som ska göras, och hur det ska göras. Det senare känns som en jobbigt mikrostyrning."

Delegering - Ledarskap

Jag behöver förstå att micromanagement inte fungerar för alla kollegor.

Jag kan behöva påminna mig själv att det viktigaste är att arbetsuppgiften utförs korrekt. Inte att den är utförd på mitt sätt.

Jag behöver ge mycket mer struktur för att processen skall funka för vissa kollegor.
