

DANAŠNJI DATUM: _____ ZAPOSLENIK / TIM: _____

❶ KORAK: PROCIJENITE SITUACIJU ZAPOSLENIKA / TIMA

1. PROVJERITE MENTALNO / EMOTIVNO STANJE TIMA ILI ZAPOSLENIKA		ZAKRUŽITE			
1#	PRIMJEĆUJEM KAKO JE KONCENTRACIJA SLABIJA NEGO INAČE, KAO DA MISLI NISU FOKUSIRANE	Nikad	Ponekad	Često	Redovito
2#	MANJE JE NOVIH I DOBRIH IDEJA, SMANJENA JE KREATIVNOST	Nikad	Ponekad	Često	Redovito
3#	IMAM DOJAM DA JE RAZMIŠLJANJE SPORIJE, OTEŽANO, DA NIJE BISTRO I KVALITETNO KAO INAČE	Nikad	Ponekad	Često	Redovito
4#	PRIMJEĆUJEM POVRŠNIJE, BRZOLETE ODLUKE I KOMENTARE	Nikad	Ponekad	Često	Redovito
5#	PRIMJEĆUJEM VIŠE GREŠAKA, MANJE KVALITETAN URADAK	Nikad	Ponekad	Često	Redovito
6#	PRIMJEĆUJEM SLABIJU SAMOREGULACIJU PONAŠANJA, LOŠIJE NAVIKE DOLAZE DO IZRAŽAJA, EMOCIONALNE REAKCIJE SU SNAŽNIJE, BRŽE, A IZJAVE MANJE RACIONALNE	Nikad	Ponekad	Često	Redovito
7#	FOKUS JE NA NEGATIVNOM, VIŠE JE IZRAZA NEZADOVOLJSTVA, VIŠE JE KRITIKA, POJAČANO SE VIDE PREPREKE, A MANJE PRILIKE	Nikad	Ponekad	Često	Redovito
8#	PRIMJEĆUJEM VEĆU NAPETOST KOD LJUDI, POJAČANA JE OSJETLJIVOST NA MALE STVARI, MALE GREŠKE	Nikad	Ponekad	Često	Redovito
9#	PORASTAO JE BROJ KONFLIKATA I PREPIRANJA, A MANJE JE MEĐUSOBNOG RAZUMIJEVANJA, MANJE JE SLUŠANJA	Nikad	Ponekad	Često	Redovito
10#	PRIMJEĆUJEM GENERALNI PAD ENERGIJE, IZVEDBA JE SPORIJA NEGO INAČE	Nikad	Ponekad	Često	Redovito

VAŠA UKUPNA PROCJENA MENTALNOG / EMOTIVNOG STANJA SURADNIKA

1 2 3 4 5

❷ KORAK: RAZMISLITE KOJI SU UZROCI ILI / I NEZADOVOLJENE POTREBE SURADNIKA U PODLOZI EVENTUALNO LOŠIJEG MENTALNO-EMOTIVNOG FUNKCIONIRANJA

❸ KORAK: RAZMISLITE KAKO BISTE MOGLI DOPRINIJETI MENTALNOJ I EMOTIVNOJ DOBROBITI TIMA / ZASPOLENIKA

4 PROCIJENITE VLASTITO **PONAŠANJE**

STRATEGIJA 1 – POVEĆATI OSJEĆAJ IZVJESNOSTI I SIGURNOSTI

1#	SVJESNO SMANJUJEM PRITISAK, NASTOJIM OPUSTITI SEBE I SURADNIKE	Nikad	Ponekad	Često	Redovito
2#	TRANSPARENTNO KOMUNICIRAM RELEVANTNE INFORMACIJE, DOSTUPAN SAM, ODGOVARAM JASNO NA PITANJA	Nikad	Ponekad	Često	Redovito
3#	DAJTEM NADU, UKAZUJEM NA OPCIJE, NA NOVE PRILIKE	Nikad	Ponekad	Često	Redovito
4#	IZBJEGAVAM OTPUŠTANJA AKO JE TO MOGUĆE, A KVALITETNO OBJAŠNJAVAM AKO SU POTREBNA	Nikad	Ponekad	Često	Redovito

STRATEGIJA 2 – PODRŽATI OSJEĆAJ SNAGE I AUTONOMIJE

1#	DAJEM LJUDIMA ŠTO VIŠE SLOBODE, FLEKSIBILAN/A SAM, NE UPLIĆEM SE PRETJERANO U INDIVIDUALNE RADNE PROCESSE	Nikad	Ponekad	Često	Redovito
2#	UKLJUČUJEM ZAPOSLENIKE U PROCES ODLUČIVANJA, PITAM IH ZA MIŠLJENJE KAD JE TO MOGUĆE	Nikad	Ponekad	Često	Redovito
3#	JASNO KOMUNICIRAM I OBJAŠNJAVAM NAJVAŽNIJE ODLUKE	Nikad	Ponekad	Često	Redovito

STRATEGIJA 3 – ODRŽAVATI I GRADITI POVEZANOST U TIMU

1#	ORGANIZIRAM VIRTUALNA DRUŽENJA, ALI BEZ DNEVNOG REDA	Nikad	Ponekad	Često	Redovito
2#	POKAZUJEM LJUDSKU BRIGU, PITAM LJUDE „KAKO SU“	Nikad	Ponekad	Često	Redovito
3#	PITAM O OBITELJI I SITUACIJI KOD KUĆE	Nikad	Ponekad	Često	Redovito
4#	TRUDIM SE SLUŠATI VIŠE I PAŽLJIVIJE NEGO INAČE	Nikad	Ponekad	Često	Redovito

STRATEGIJA 4 – PRUŽATI EMOCIONALNU PRVU POMOĆ

1#	NE IGNORIRAM ILI OMALOVAŽAVAM EMOCIONALNO STANJE KOLEGA, NE PRAVIM SE KAO DA SE NIŠTA NE DOGAĐA	Nikad	Ponekad	Često	Redovito
2#	IMENUJEM EMOCIJE, OPISUJEM RIJEČIMA EMOCIONALNO STANJE	Nikad	Ponekad	Često	Redovito
3#	POTIČEM SURADNIKE DA SAMI POZITIVNIJE REINTERPRETIRAJU SITUACIJE ILI NUDIM VLASTITO KONSTRUKTIVNO TUMAČENJE	Nikad	Ponekad	Često	Redovito

5 PLAN INTERVENCIJE NA RAZINI TIMA

CILJ – ŠTO ŽELIM POSTIĆI?	PLAN AKCIJE – ŠTO TOČNO ĆU UČINITI?	VRIJEME – KOJOM PRILIKOM / KADA?

6 PLAN INTERVENCIJE NA RAZINI POJEDINCA

OSOBA – S KOJOM OSOBOM ŽELIM ŠTO POSTIĆI?	PLAN AKCIJE – ŠTO TOČNO ĆU UČINITI?	VRIJEME – KOJOM PRILIKOM / KADA?
OSOBA: CILJ:		
OSOBA: CILJ:		
OSOBA: CILJ:		