



Opdag kraften i psykologisk tryghed

Forestil dig, at du sidder i et møde, og du ved, at du har en idé, der kan dreje projektet i en ny og gunstig retning. Men du frygter at blive misforstået eller afvist og derfor holder du idéen for dig selv.

I en verden, hvor alt fra teknologi til markedsdynamikker ændrer sig hastigt og hvor presset for at levere resultater til bundlinjen aldrig synes at lette, så er det helt naturligt at føle sig overvældet og usikker. Men hvis vores samarbejde er psykologisk trygt, så bliver frygten for at begå fejl, tvivle og stille spørgsmål erstattet af en nysgerrighed efter at udforske og eksperimentere. Det er her, personlig og organisatorisk transformation begynder. Hvis vi evner at fjerne stigmatiseringen ved at komme med skæve ideer eller begå fejl, så skaber vi rum for nytænkning, læring og innovation.

Det er vigtigt at understrege, at psykologisk tryghed ikke er en fripas til at sige alt, hvad man tænker, uden tanke for konsekvenserne. Frasen "Altså, hvis jeg skal være HELT ærlig" skal ikke bruges som en undskyldning for at tale uden filter. Psykologisk tryghed skal fremme et miljø, hvor alle føler sig trygge nok til at dele og udforske ideer, men det skal ske med respekt og hensyn til andre.

To værktøjer der kan øge psykologisk tryghed i hverdagen:

- 1. Dedikerede 'tænketider':** Blokér regelmæssige perioder i jeres kalendere, hvor I kan afsætte tid til uforstyrret tænkning og eksperimentering. Disse perioder giver rum til at dykke ned i nye projekter, tænke kreativt eller udforske innovative løsninger uden det pres, der følger med daglige opgaver og deadlines. Disse "tænketider" er vitale for at nære kreativitet og personlig vækst.
- 2. Fejring af fejltagelser** For at fremme en kultur, hvor fejl ikke blot tolereres, men værdsættes som væsentlige for personlig og organisatorisk vækst, kan I indføre "F*ck-up-Friday". Den første fredag i hver måned dedikeres til at fejre de fejl og f'ck-ups, som har bidraget mest til læring og udvikling.

Ved at implementere disse værktøjer kan I skabe en kultur, der fremmer psykologisk tryghed og understøtter kontinuerlig udvikling og nyskabelse.

Vil du være med til at transformere potentielle fejl til kraftfulde læringserfaringer?

Tilmeld dig vores næste workshop, **'Psykologisk tryghed i praksis'**. Her vil vi dykke ned i, hvordan du kan integrere strategier for psykologisk tryghed i din hverdag og dermed omdanne frygt til frihed og fejl til innovation.

Tag skridtet mod et arbejdsmiljø, hvor du ikke bare overlever – men lever, trives og vokser.

Hvis du vil vide mere om emnet kan du få indsigt og inspiration i videoen af Amy Edmondson professor fra Harvard Business School, som er ophavskvinde til begrebet "Psykologisk tryghed". Hendes forskning har vist, at psykologisk tryghed blandt andet fører til højere innovation, bedre beslutninger og stærkere arbejdskultur.

”
En fiasko en er investering i fremtiden. Du har allerede betalt for den, så du kan lige så godt høste frugterne

Amy Edmondson



De bedste hilsner
SUPPLEMENT AS

ÅBNE KURSER

[Bliv klog på ChatGPT – København: den 27/5 2025](#)

[Sidemandsoplæring – effektiv videndeling – København: Den 10/6 2025](#)
- Flere datoer i 2025

[Psykologisk tryghed; workshop – København: Den 27/8 2025](#)

[Bliv en bedre underviser – København: Den 15-16/9 2025](#)
- Flere datoer i 2025

[Præsentationsteknik med personlig gennemslagskraft - København: Den 15-16/9 2025](#)
- Flere datoer i 2025

ÅBNE ØKONOMI KURSER

[Knæk et regnskab – København: Den 12/5 2025](#)
Flere datoer i 2025

[Forstå og analysér årsrapporten – København: Den 12-13/5 2025](#)
Flere datoer i 2025

[Bogholderi for begyndere – og opfriskning – København: Den 19-20/5 2025](#)
Flere datoer i 2025

[Bogholderi for begyndere – og opfriskning – København: Den 3-4/6 2025](#)
Flere datoer i 2025

[Knæk et regnskab – København: Den 17/6 2025](#)
Flere datoer i 2025

[Økonomistyring og budgettering – København: Den 4/11 2025](#)



Supplement AS

Søgårdsvej 34, 2820 Gentofte
Runddelen 25, 6000 Kolding

Tel. +45 3990 2688, Mail: info@supplement.dk