



## Ensomhed i arbejdslivet - et personligt og organisatorisk problem

Blogindlæg [Gyldendal Uddannelse](#) 04.09.17 af Birgitte Bonnerup og Annemette Hasselager, Bonnerup&Hasselager [0 Ledelse](#)

Ensomhed er opslidende. Det er både en personlig belastning og et organisatorisk problem. Arbejdspladser mister noget, når den enkelte isoleres eller isolerer sig.

### Alenehed og ensomhed

At være alene er et menneskeligt grundvilkår. Den psykologiske evne til at være alene er lige så vigtig som evnen til at skabe og indgå i meningsfulde relationer. Evnen til at være alene grundlægges tidligt i livet og læres i andres nærvær. At være alene er væsensforskelligt fra at være ensom. Den, der er alene, kan række ud, her og nu eller senere.

### Se vores bogsektion

I samarbejde med flere forlag tilbyder DenOffentlige en selvstændig bogsektion. Her kan du læse om nye bøger, finde inspiration fra forskellige udgivelser og læse anmeldelser.

### Find vores [bogsektion her](#).

At være ensom er at være afskåret fra muligheden for at forbinde sig med andre. At være ensom er at opleve sig eller være afvist for den man er, det man mener, eller det man kan. Flere undersøgelser viser, at ensomhed er forbundet med lavere livskvalitet og kan være helbredstruende.

### Ensomhed i rollen og i gruppen

Ensomhed i arbejdslivet er et problem. For dem der oplever sig ensomme, for dem der mister eller undgår kontakten med de ensomme, og for organisationen, der ikke får den fulde viden og engagement fra dem, som af forskellige grunde ikke rigtig er en del af arbejdsfællesskabet.

Ensomhed opstår i eller forstærkes af den rolle, man indtager. Vi møder ofte ensomhed hos ledere, der qua deres rolle, helt naturligt er alene med beslutninger og viden og omgivelsernes forventning om kapacitet til at overkomme, rumme og klare. Rollens naturlige alenehed kan udvikle sig til slidsom ensomhed, som kan opleves både skamfuld og personlig. Ensomhed kan også være en gruppedynamik. Den der udtrykker og bærer synspunkter, erfaringer og følelser, som andre ikke vil vide af, kan blive ensom. Syndebukken er ensom. Og det er helten, som idealiseres og holdes i et idealiseringsfængsel også.

### Opgave og relationer – kærlighed i arbejdslivet

For mange af os bliver arbejdslivet heldigvis ramme om betydningsfulde og tætte relationer. Det er svært og ofte misundelsesfyldt at være udenfor vigtige, nære, venskabelige og kærlige relationer. Der kan udvikle sig en ond cirkel, hvor hverken den ensomme eller de andre formår at ændre mønstret i samarbejdet. Vi hverken kan eller skal afskaffe, at der er nogen man bedre kan lide at arbejde sammen med, end andre. At der er relationer, hvor arbejdet kan tage karakter af leg, optagethed af at løse opgaverne eller blot og bart glæden ved at arbejde sammen med en man kan lide og har en særlig tillid til.

Gyldendal Uddannelse

Gyldendal Uddannelse bakker op om **bogsektionen på DenOffentlige** ved at udgive nyt om bogudgivelser og indlæg fra forfattere.

**Læs mere om Gyldendal Uddannelse lige her.**

Opgavefællesskaber med fokus på arbejdsopgaven gør det enklere at arbejde sammen trods forskelligheder. En generel tolerance for forskelligheder – netop og især – når forskellighederne ikke blot er et krydderi på tilværelsen, men udgør en udfordring, et problem og ikke blot er et hurraord. Man må ville det. Og derigennem tage ansvar for, at ensomhed ikke alene er et etisk mellemmenneskeligt problem, men også er og bliver et gruppe- og organisatorisk problem, som kan løses. Hvis vi kan og vil.

**Du kan læse mere her: ”Kærlighed og ensomhed i arbejdslivet” af Birgitte Bonnerup og Annemette Hasselager. Bogen er udkommet d. 28. august på Hans Reitzels Forlag.**

Emneord: Gyldendal Uddannelse, Ensomhed, Personalepolitik, Psykologi, Stress, Birgitte Bonnerup, Annemette Hasselager, 040917-2, Bøger

[SE PROFIL »](#)

Gyldendal Uddannelse på DenOffentlige.dk Gyldendal - veje til viden...

Aktivitet: Artikler: 5 | Kompetenceområder: 2

Er du også aktiv i og omkring den offentlige sektor, så læs om mulighederne for at blive udgiver på DenOffentlige.dk her.

[Læs mere her](#)

---

Læs også

#### 04.09.17 [Infrastruktur](#)

### [Flere virksomheder døjer med ubesatte stillinger](#)

Det bliver sværere og sværere at finde den rette arbejdskraft for mange virksomheder, viser ny analyse fra Landbrug & Fødevarer. Især Region Syddanmark og Midtjylland er ramt.

#### 28.08.17 [Ledelse](#)

### [Ny bog sætter fokus på det vi ikke taler om: kærlighed og ensomhed i arbejdslivet](#)

Det er ikke nødvendigvis noget, vi taler åbent om – at føle sig ensom på sin arbejdsplads eller den betydning kærlighed i arbejdslivet har, men det er vigtigt at forholde sig til det.

#### 09.05.17 [Velfærd](#)

### [Verdenskendt professor holder børne- og ungdomskonference i Danmark](#)

En af psykologiens fremmeste tænkere – skaberen af teorien om socialkonstruktionisme – professor Kenneth J. Gergen – er medarrangør, når Center for Skole og Læring, University College Sjælland i efteråret holder en stor konference om udsatte.

#### 16.01.17 [Politik](#)

### [Borgmester: Medarbejdere skal selv bestemme deres arbejdstid](#)

"Vi er i forskellige livssituationer på forskellige tidspunkter i vores liv, og det smitter naturligt af på, hvor meget vi har mulighed for eller lyst til at arbejde. Det skal en arbejdsplads kunne imødekomme," siger Ninna Thomsen, der er sundheds- og omsorgsborgmester i Københavns Kommune.

#### 16.01.17 [Ledelse](#)

### [Ny bog om distribueret ledelse: Ingen leder står alene](#)

Formelle ledere kan ikke tage ansvar for hver eneste handling i en kompleks organisation. Derfor distribueres ledelse i stor stil til medarbejderne, påpeger konsulent i COK, Mai-Britt Herløv Petersen og Susanne Ploug Sørensen i ny bog om emnet.

## Seneste blogindlæg

21-11-2017 15:15 [Nye forberedende grunduddannelser skal blive en succes](#)

21-11-2017 07:00 [Kommunerne skal frigive danskernes frivillige energi: Her er 8 ideer](#)

20-11-2017 07:46 [Aarup anmelder regeringsudspil: Luk jobcentrene og genskab socialindsatsen](#)

20-11-2017 06:45 [Wicked problems – absurd teater eller nødvendigt bureaukrati?](#)

18-11-2017 07:00 [EU og de danske erhvervsuddannelser - hvad har de med hinanden at gøre?](#)

17-11-2017 11:38 [Der er masser af magt i samskabelse](#)

## Nyhedsbrevet fra DenOffentlige

Email adresse \*

Fornavn \*

Efternavn \*

Titel \*

Postnummer (kun danske)

Subscribe

## Nyeste i "Ledelse"

20-11-2017 07:29 [Politiet opgav målstyring men: Kulturen er svær at slippe](#)

20-11-2017 07:00 [Poul Venø: Selvbetjeningsløsninger skal være mere brugervenlige](#)

17-11-2017 11:38 [Der er masser af magt i samskabelse](#)

17-11-2017 10:30 [Velfærdssamtale: Problemet er summen af dokumentation og kontrol](#)

17-11-2017 07:00 [Ove Kaj P: Offentligt ansatte må anerkende konkurrencestaten](#)

16-11-2017 23:11 [Innovationsminister iværksætter kulegravning af bureaukrati](#)

DenOffentlige.dk

Gammel Hareskovvej 309DK-3500 Værløse CVR 2504 9462

© 2017 MDO