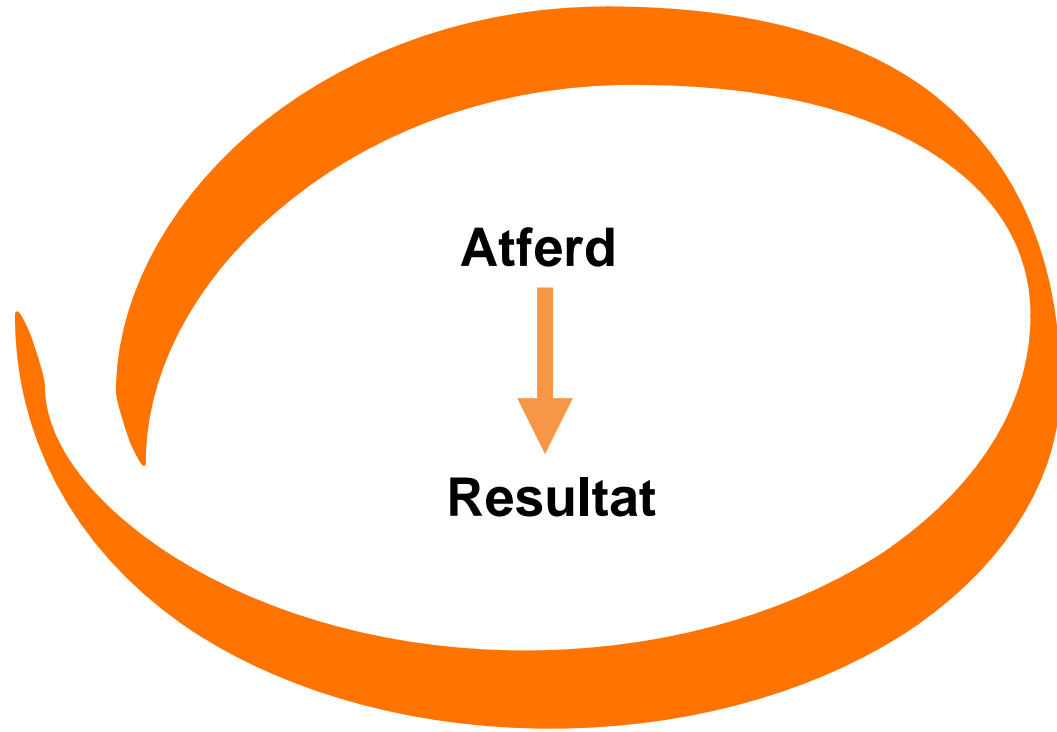


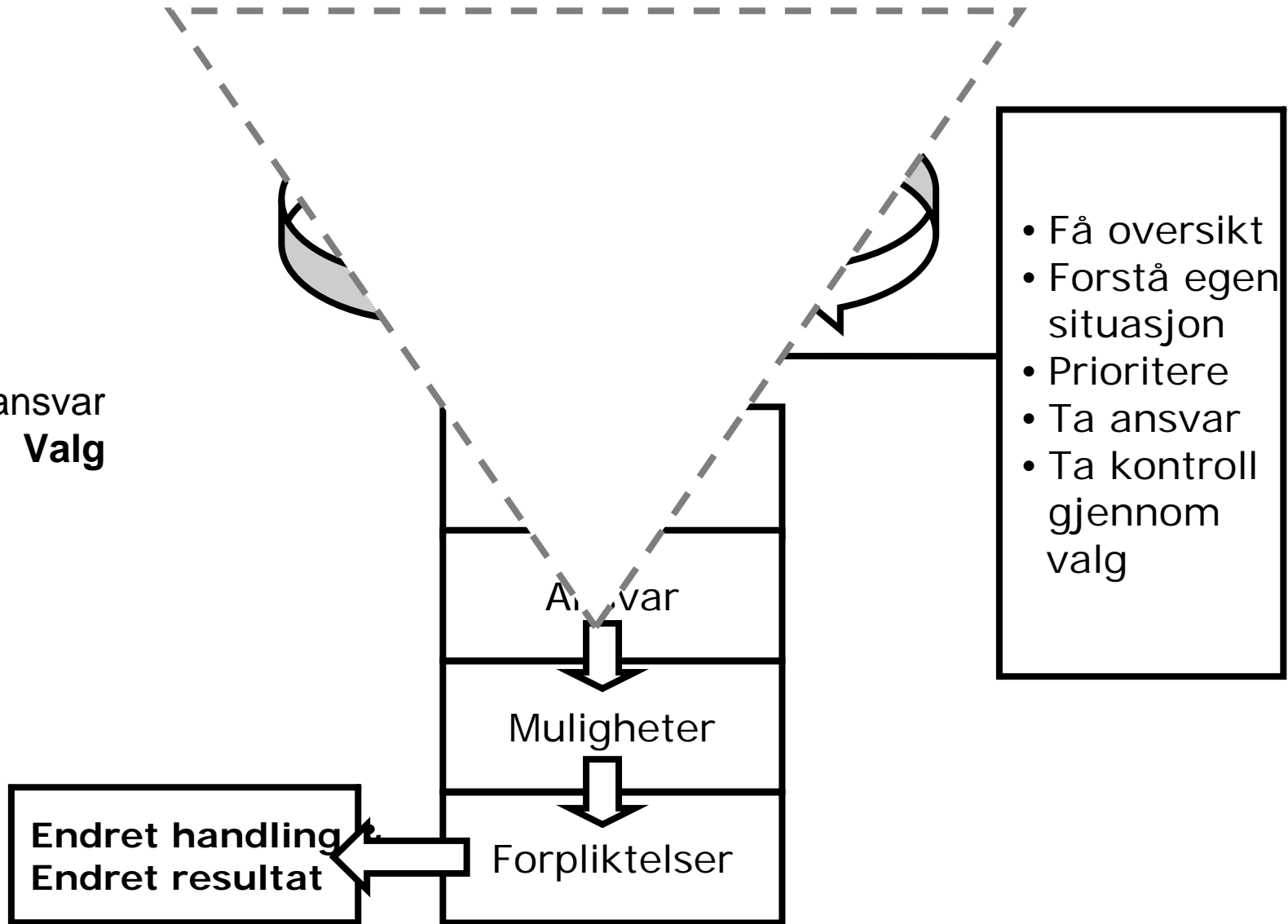
**BJØRNSON**  
organisasjonspsykologene

**Fra ide til gjennomføring**  
Psykologiske muligheter og barrierer  
på veien til sunn forretningsdrift

Øivind Bjørnson  
Psykolog  
Spesialist i arbeid og organisasjonspsykologi, NPF



Eierskap, ansvar  
**Valg**



**Gründer**  
Tydelig selvledelse

Hva vil jeg?

• Intensjoner

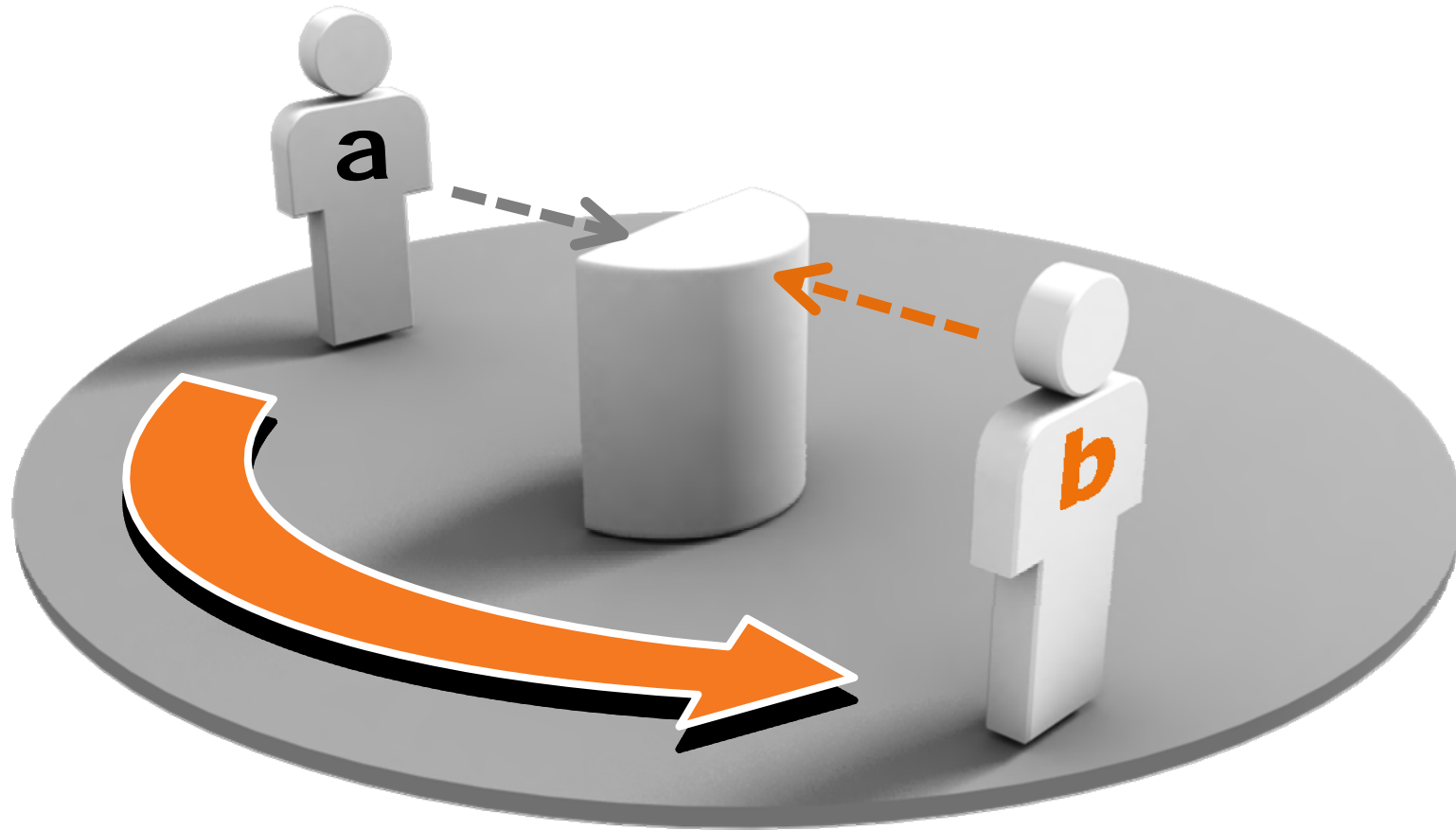
Hva gjør  
jeg?

• Handlinger

Hva oppnår  
jeg?

• Konsekvenser

# Valg av perspektiv – Støtte!



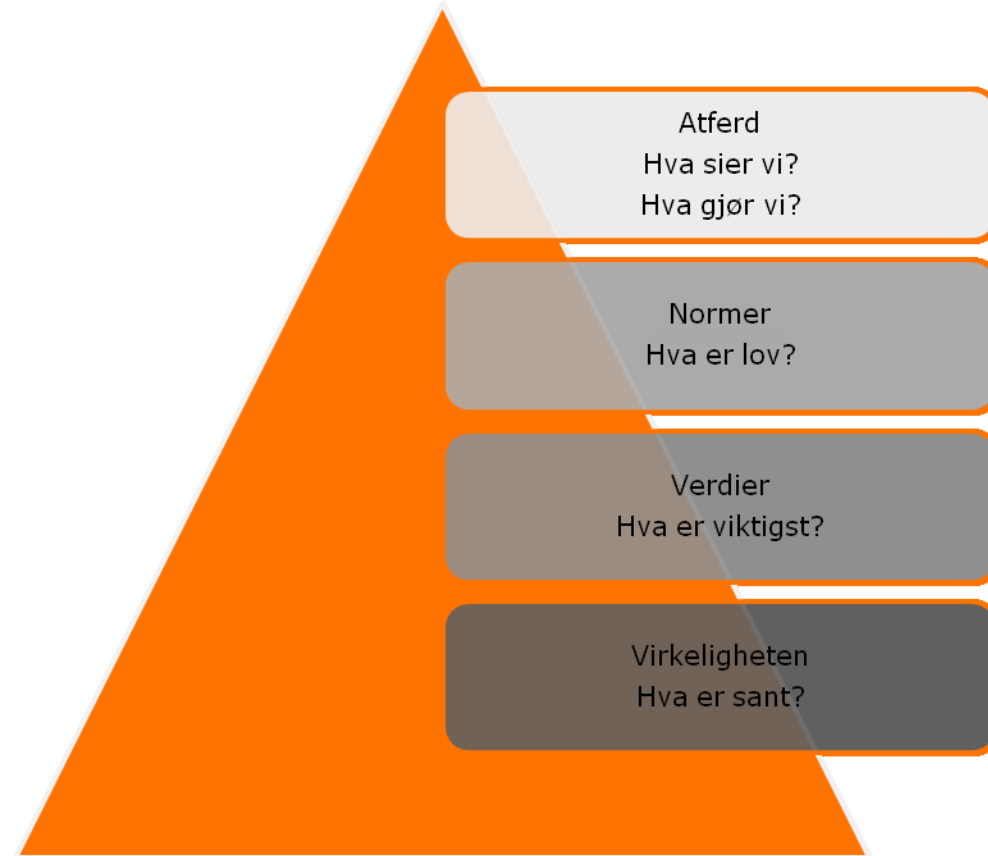
**Person  
vs  
Rolle**

## **Styring av forventninger**

**Person** → **Rolle**

**Rolle** → **Person**

## Organisasjonskultur



**Ord i media**  
Individualisme og felleskap  
Verdier ?

Ord	1984	2004	Endring %
Grådig	61	221	362 %
Kjøpe	3303	4433	34 %
Konkurransesatt	0	92	
Omtanke	136	102	- 25 %
Plikt	940	746	- 21 %
Produksjon	1504	869	- 42 %
Rettighet	828	1155	39 %
Samhold	239	161	- 33 %
Solidaritet	450	265	- 41 %
Tidsklemme	0	146	
Tilfreds	307	110	- 64%
Utbrenthet	5	38	760 %

Kilde: Hilde Nafstad, 2005

**Ekstrovert eller Introvert**

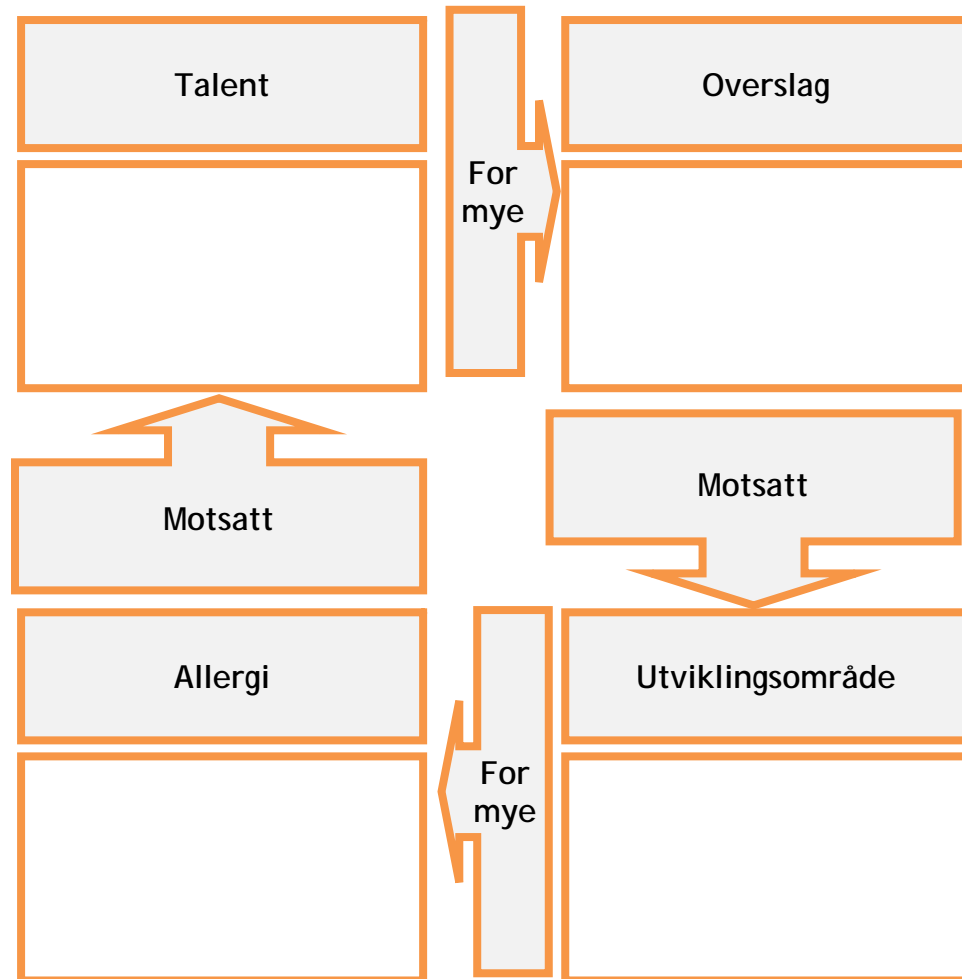
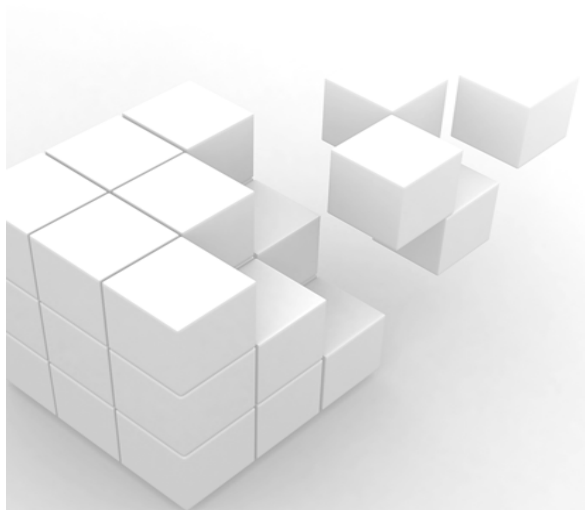
**Sansing eller iNtuisjon**

Preferanser

**Tenking eller Følelse**

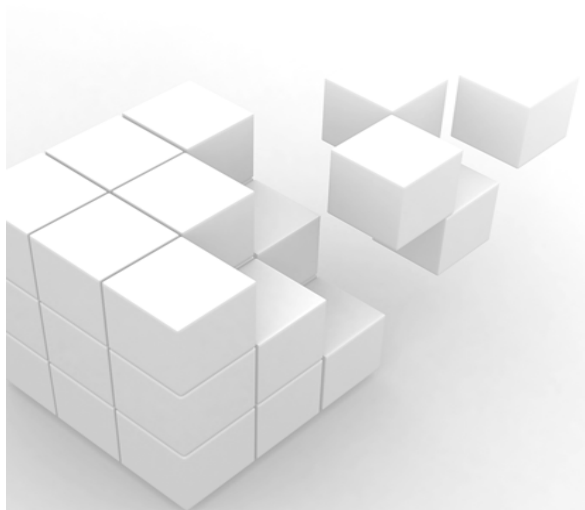
**avgjørelse eller oPplevelse**

## Gründer og talent



Kilde: Daniel Ofman, 2002: Kernekvaliteter Viby: JP Bøger (dansk udgave)

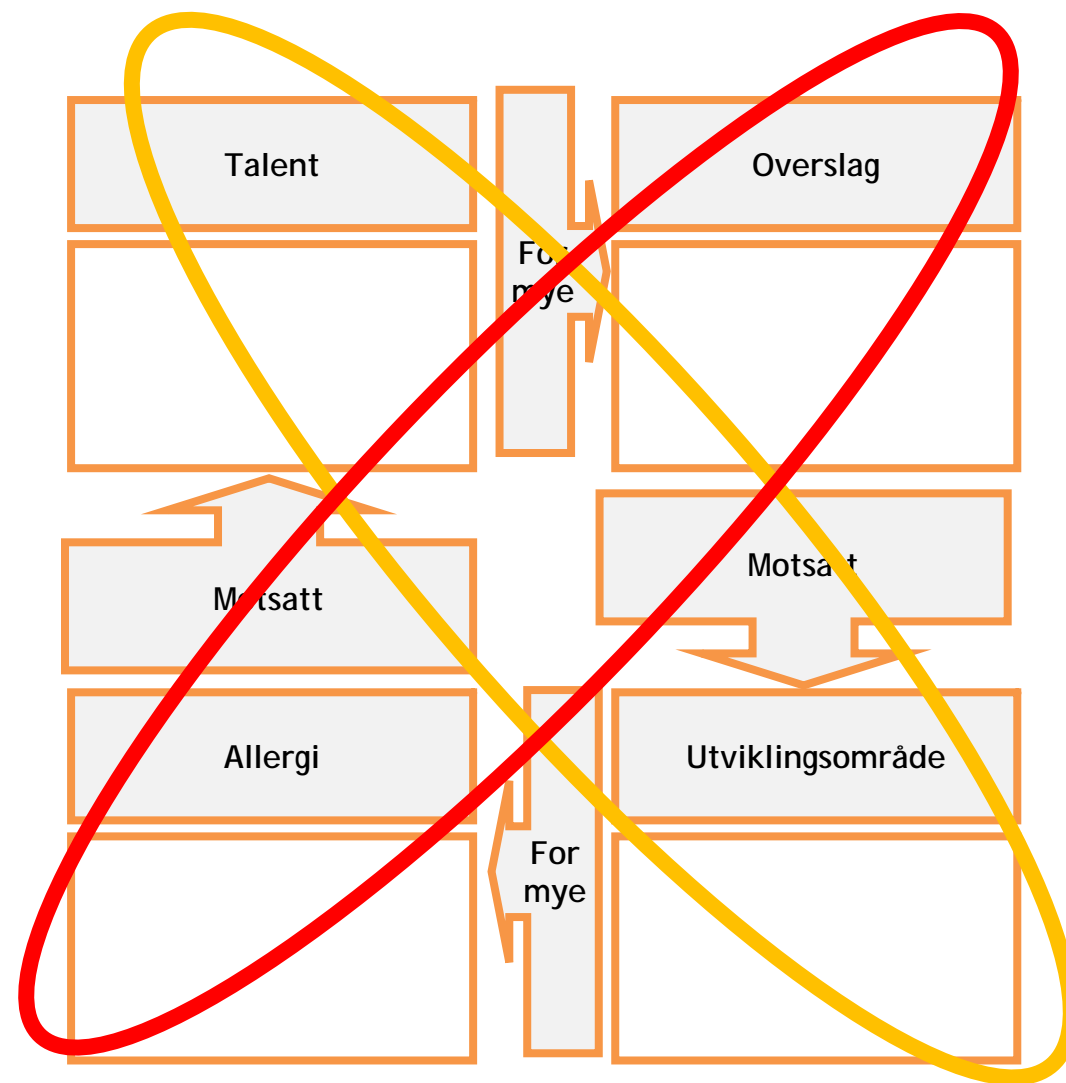
## Gründer og talent



Ønsket atferd



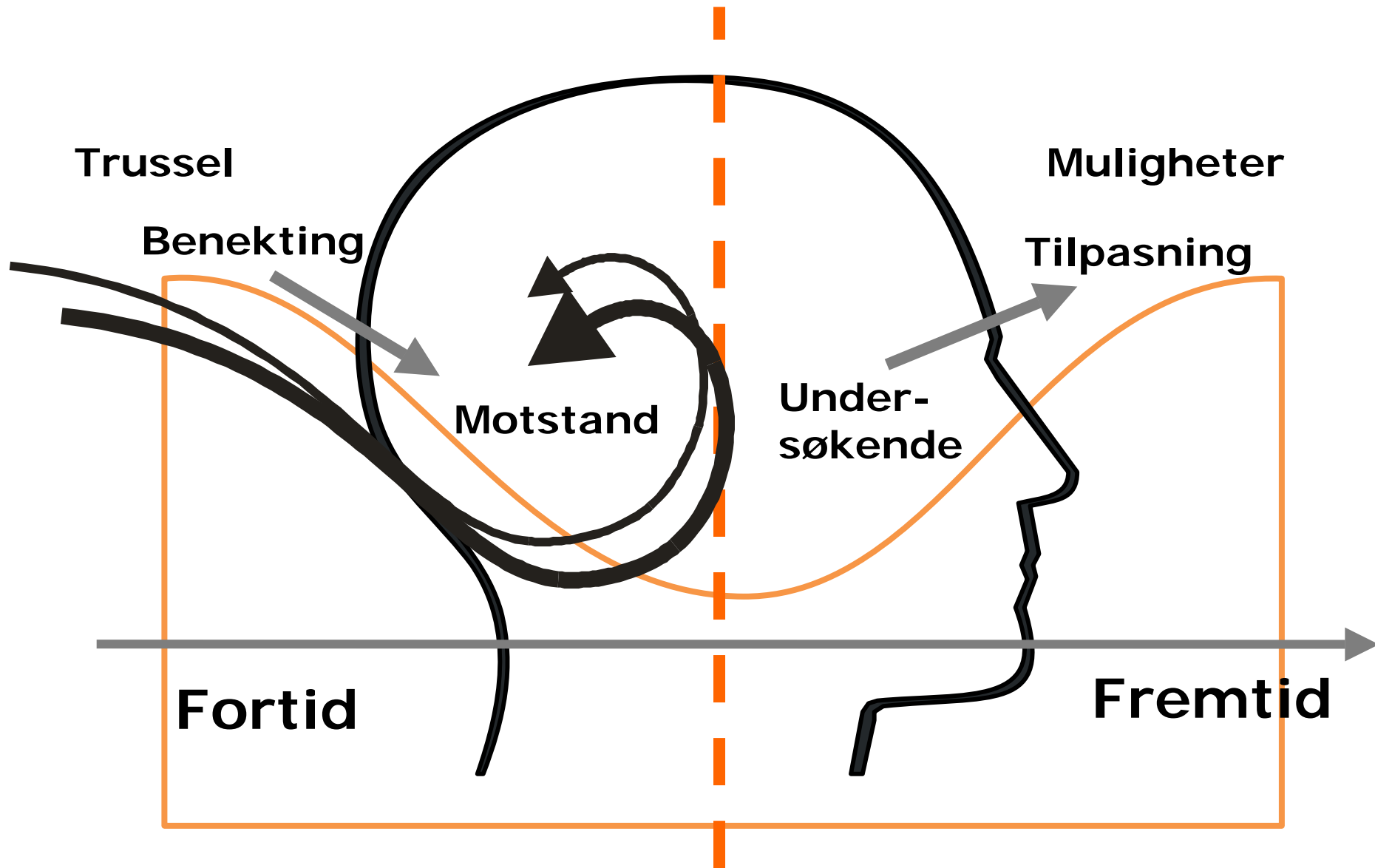
Uønsket atferd

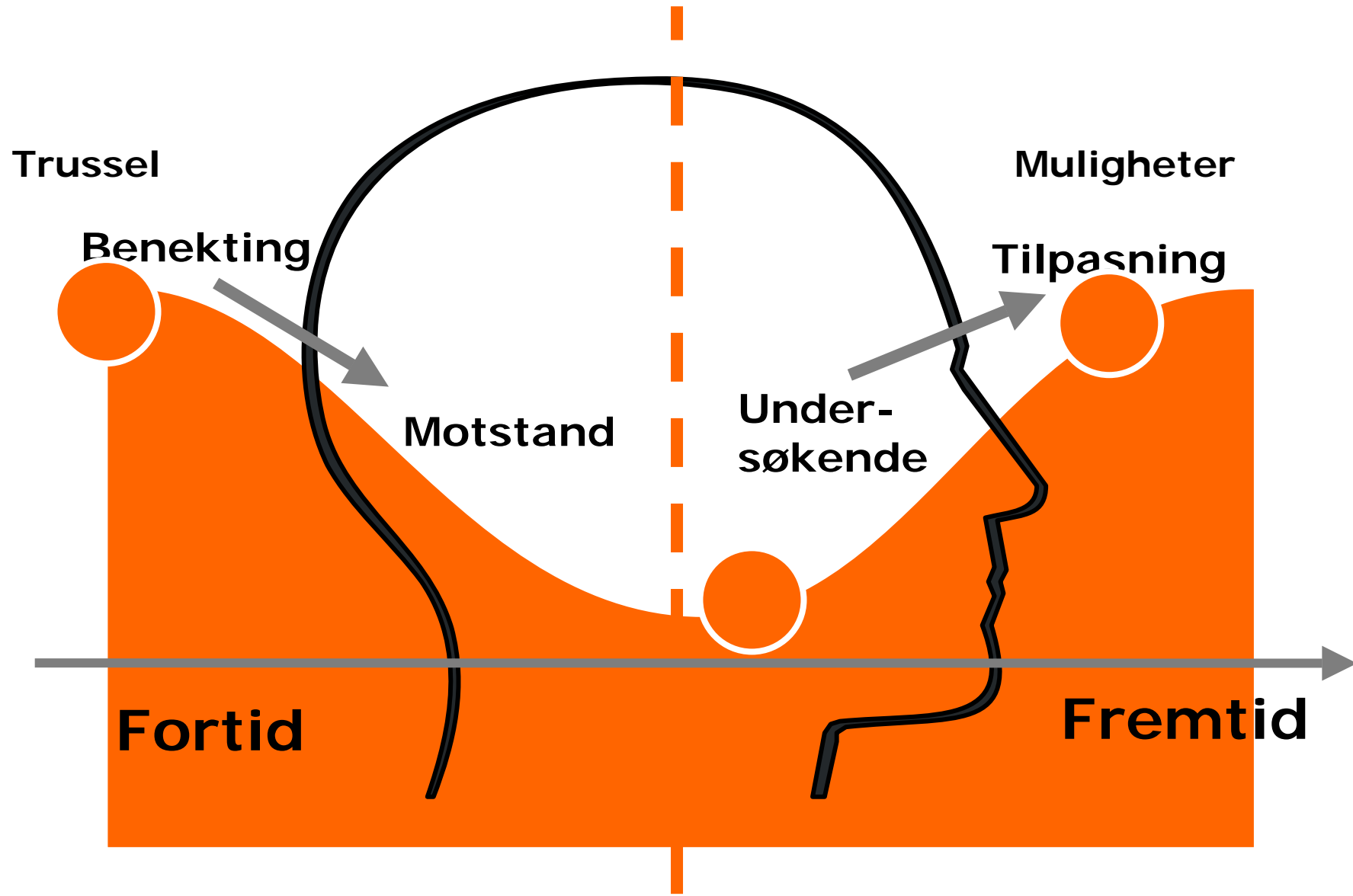


# Mestring

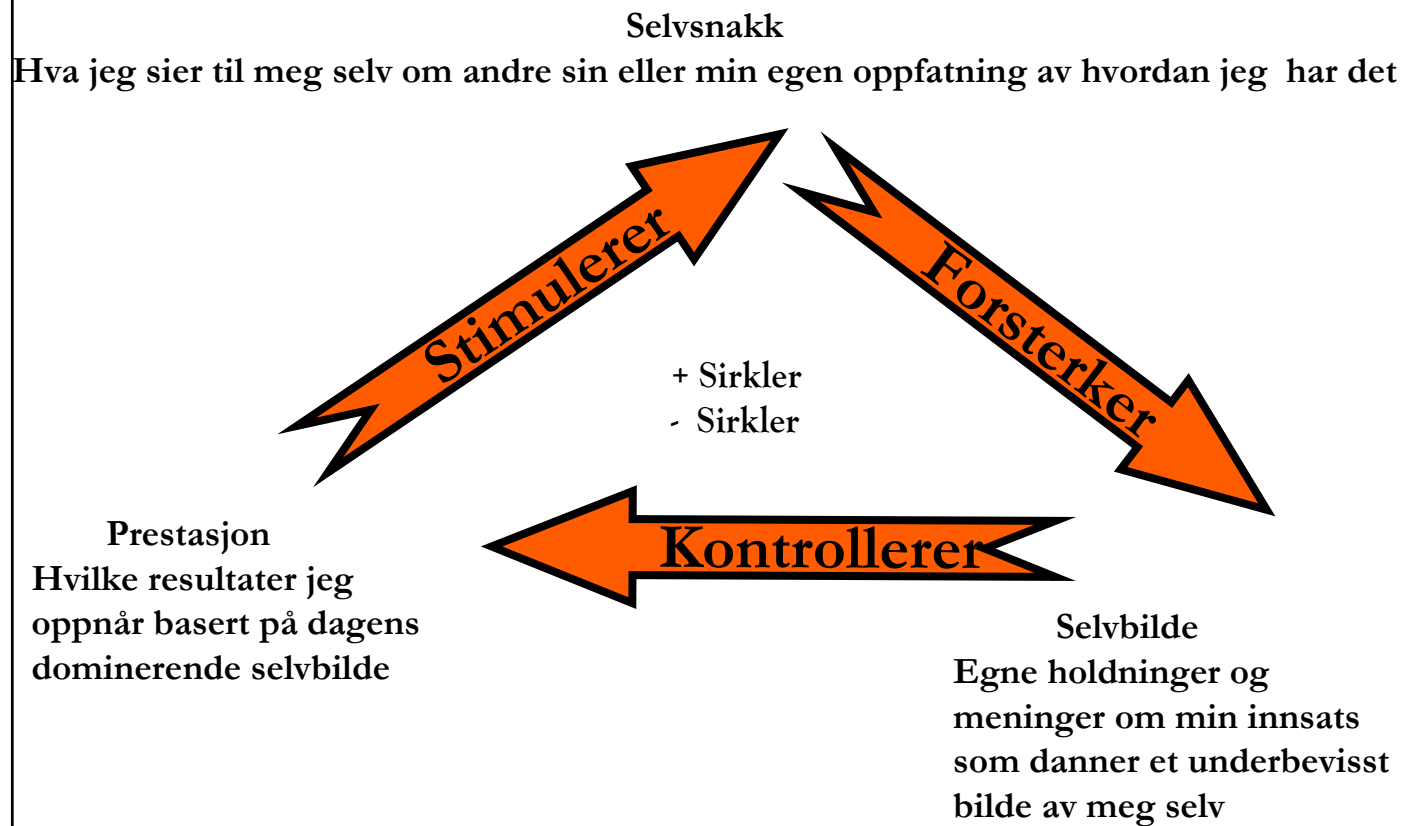
**Proaktiv vs Reaktiv**

Proaktiv	Reaktiv
Jobber i forkant	Jobber i bakkant
Setter egne mål	Avventer andres mål
Får ting til å skje	Lar ting skje
Forebyggende	Behandlende
Beredskap	Krise
Aktiv	Re-aktiv
Føre var	Etter snar

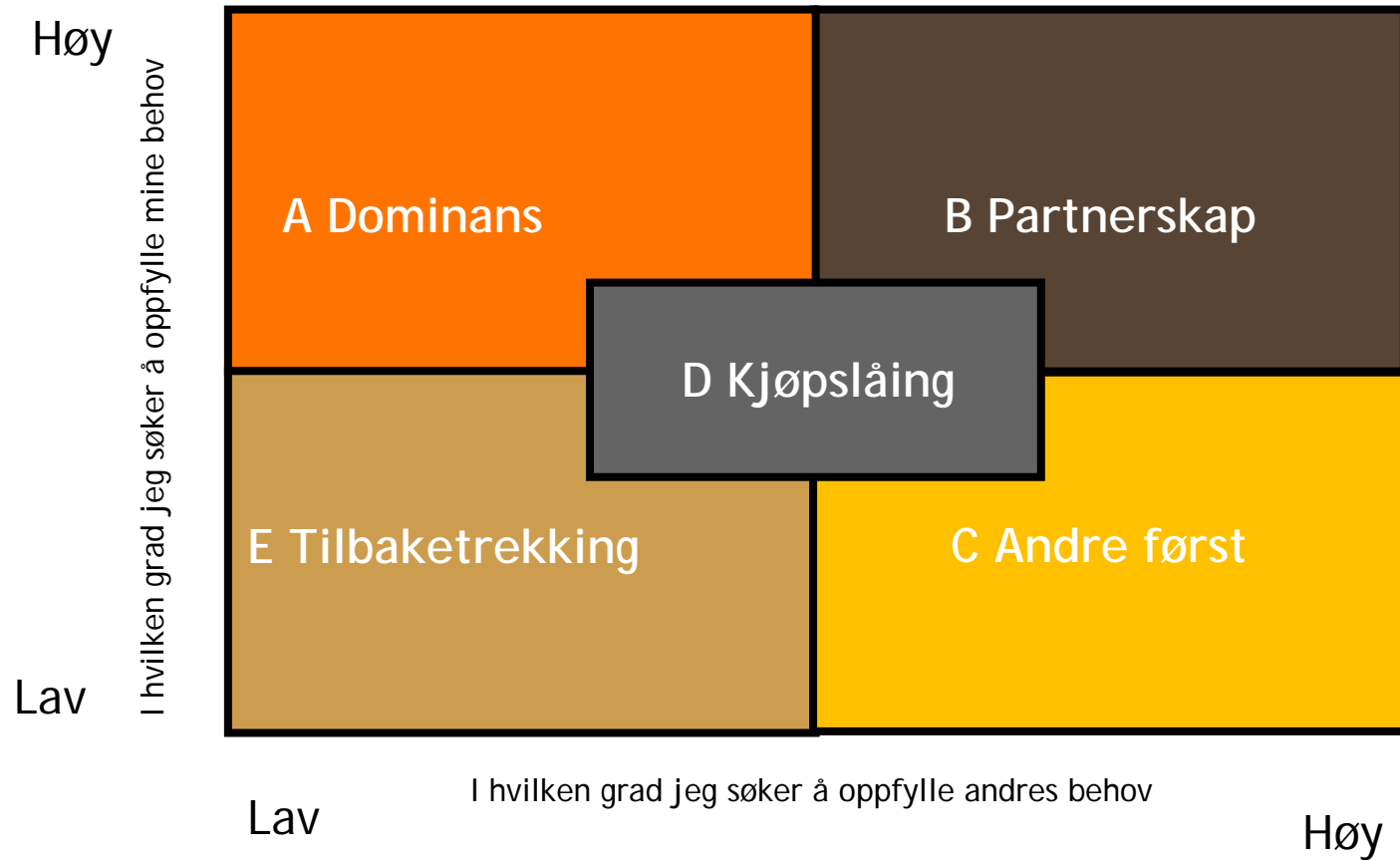




Selvsnakk syklusen



## 5 grunnleggende påvirkningsstiler



“Menneskets frihet består ikke i å velge sine betingelser fritt, men frihet til i å velge sin reaksjon til betingelsene det opplever.”

Victor Frankl

**Kompetanse**

**=**



**X Holdning =**



**Mestring – Hva er din situasjon?**

**Dette kan jeg påvirke**

**Dette må andre gjøre noe med**

**Dette kan ingen gjøre noe med**

**Hva fokuserer du på?**

Tid – Hva har du fokus på?

Jeg velger å ha fokus på fortiden!

Jeg velger å ha fokus på nåtiden!

Jeg velger å ha fokus på fremtiden!

Hva er ditt fokus?

## Grunnholdning – tre valg

Ja, dette har jeg lyst å ta ansvar for

Tja, dette har jeg lyst å ta ansvar for

Nei, dette har jeg ikke lyst å ta ansvar for

Hva er din grunnholdning?