



Her kommer en kort oppsummering av foredraget. Jeg håper dette kan bidra til at budskapet lever lenger og gir rom for inspirasjon og refleksjon.

### **LYST!**

Du er kanskje en av de viktigste grunnene til at dine kollegaer har LYST til å gå på jobb. Du møter kollegaen med et smil (håper jeg). Dere løser problemer sammen. Dere skaper verdier sammen. Dere møter motgang sammen. Dere feirer sammen. DU har et stort ansvar for å skape LYST hos dine kollegaer til å komme på jobb. Husk: Min oppgave er å tilfredsstille LYSTENE dine 😊

### **FRYKTER**

Vi har 5 underliggende psykologiske frykter

- Avvist- Å bli holdt utenfor gruppa, ikke være en del av det sosiale.
- Avslørt- at du ikke er god nok. Vi snakker oss selv ned. Det er styggen på ryggen.
- Miste noe du har - jobben- vennskap, relasjoner.
- Latterliggjort – at folk ler av deg når du uttaler deg, kommer med en ide osv.
- Ukjente – det vi ikke forstår. Fremtiden, pandemien, annen legning, religion, hudfarge etc.

Alle frykters mor!

Det er **frykten for at vi ikke klarer å TAKLE det livet kaster imot oss**. Vi er redd for at vi ikke klarer å takle å bli avvist, derfor går vi ikke bort til en person vi er begeistret for. Vi er redd for å bli latterliggjort, derfor sier vi ikke det vi har på hjertet i et møte på jobben osv.

Når det gjelder endringsprosesser, da slår alle fryktene inn samtidig. Det er uunngåelig.

Spørsmålet er hva du gjør med den frykten?!

Ikke si VÆR FORSIKTIG! Si heller JEG STOLER PÅ DEG! Eller HA DET GØY!

Du ønsker at barna og medarbeiderne skal ha selvtillit til å stå i krevende situasjoner og tro at de kan takle dem, løse dem.

## **MODIG**

Å være modig dreier seg ikke om fraværet av frykt, men evnen til å trosse frykten og gjøre det likevel.

**Du kan ikke være modig hvis du ikke er redd**

Det er den viktigste egenskapen for oss mennesker. Den muliggjør alt annet.

MOT er individuelt. Det er bare du som vet hva som er MODIG for deg.

**Et millisekund av mot, er nøkkelen til selve livet!**

## **NYSGJERRIG**

Husk historien om at jeg skylder sønnen min 80 millioner kroner hver gang du begynner å tenke «Nei, er det så lurt da» når det dukker opp en ide eller et forslag som du automatisk er skeptisk til.

Husk å være nysgjerrig: Bruk teknikken- STOPP- 80 MILLIONER- FORTELL MEG MER!

Vær **Nysgjerrig på kollegaene, Nysgjerrig på ideer, Nysgjerrig på alt du møter i livet.**

**Vi har mistet vår nysgjerrighet på skolen. Du må relære å være nysgjerrig i voksen alder.**

**Husk 98% 5 åringer, 30% 10 åringer, 12% 15 åringer og 2% 30 åringer.**

**Skal du henge med i fremtiden og være relevant, må du være NYSGJERRIG.**

## **HVEM ER DU?**

- Tussi – som bare koser med misnøyen og ikke kommer med forslag til løsninger
- Kollegaen fra helvete, - skaper usikkerhet. Skaper frykt. Det er den som hele tiden skal være den smarteste i rommet.
- Ole Brumm – Den som skaper masse hygge, alt tar tid. Er opptatt av menneskene og kosen.
- Tigergutt – Den entusiastiske kollegaen som hele tiden hopper på alt som er nytt og spennende, men aldri avslutter noe som helst.

## **ANERKJENNELSE**

Det viktigste behovet for oss mennesker er å bli sett. Se dine medmennesker. Ta de på fersken i å gjøre noe bra.

Husk venninnen til min datter som ikke ble sett hjemme, men som søkte å bli sett på andre arenaer og som var destruktive og negative for henne, og folk rundt henne.

Vis når du er stolt av noe du har gjort. TADA!!!!

Vi alle har en pilotflamme inni oss. Du kan enten tenne den flammen å få den til å skinne sterkere. Eller du kan FOFF! Blåse den ut.

Tenk denne tanken hver dag når du kommer på jobb, når du kommer hjem til familien, når du er sammen med venner:

**«Min oppgave er å få øynene dine til å stråle igjen, og igjen, og igjen.»**

**La mennesker som forlater deg være gladere enn da de møtte deg.**

**LYKKE TIL!**

Følg meg gjerne på mine kanaler. Jeg legger jevnlig ut nye episoder på mine podcaster; «Mr.Modig & Visjonærene» og «På cabriolettur med Røine». I tillegg publiserer jeg innlegg, kronikker og videoer som adresserer god ledelse, medarbeiderskap, mot og nysgjerrighet. Scan og følg!

