

Mitt personliga ansvar
- främsta antidoten mot "besvärlighet"

Skulle jag vilja ha mig själv till
kompis?



Är goda relationer en slump?

Personligt ansvar

Socialt ansvar

Integritet

Samarbete

Konflikt

Självkärlek
självrespekt

Smärta

Vara viktig
för andra

Höra till

Självkänedom

Signal/symtom

Vem söker vi hos oss?

- Stort hjärta.
- Förnuft och omdöme.
- Uppskattar schyssta puckar och raka rör.
- Lagspelare.
- Kan kavla upp ärmarna när det behövs.
- Flexibilitet.
- Humor.
- Tar ansvar för sig själv.
- Vill jobba hos oss.

En lyckad anställning handlar om att matcha arbetsgivarens och arbetstagarens förväntningar.

"Jag vill ha mer
frihet."

=

"Jag vill ta mer
ansvar."

Vad utmärker en frisk, sund och välfungerande personlighet?

- Trivs med sig själv, andra och livet.
- Kommer väl överens med andra.
- Hittar en hälsosam balans mellan sina egna och andras behov.
- Smidig och flexibel.
- Har humor och perspektiv.
- Tar ansvar för sig själv och sin inverkan på andra.

Vad menas med att "ta ansvar"?

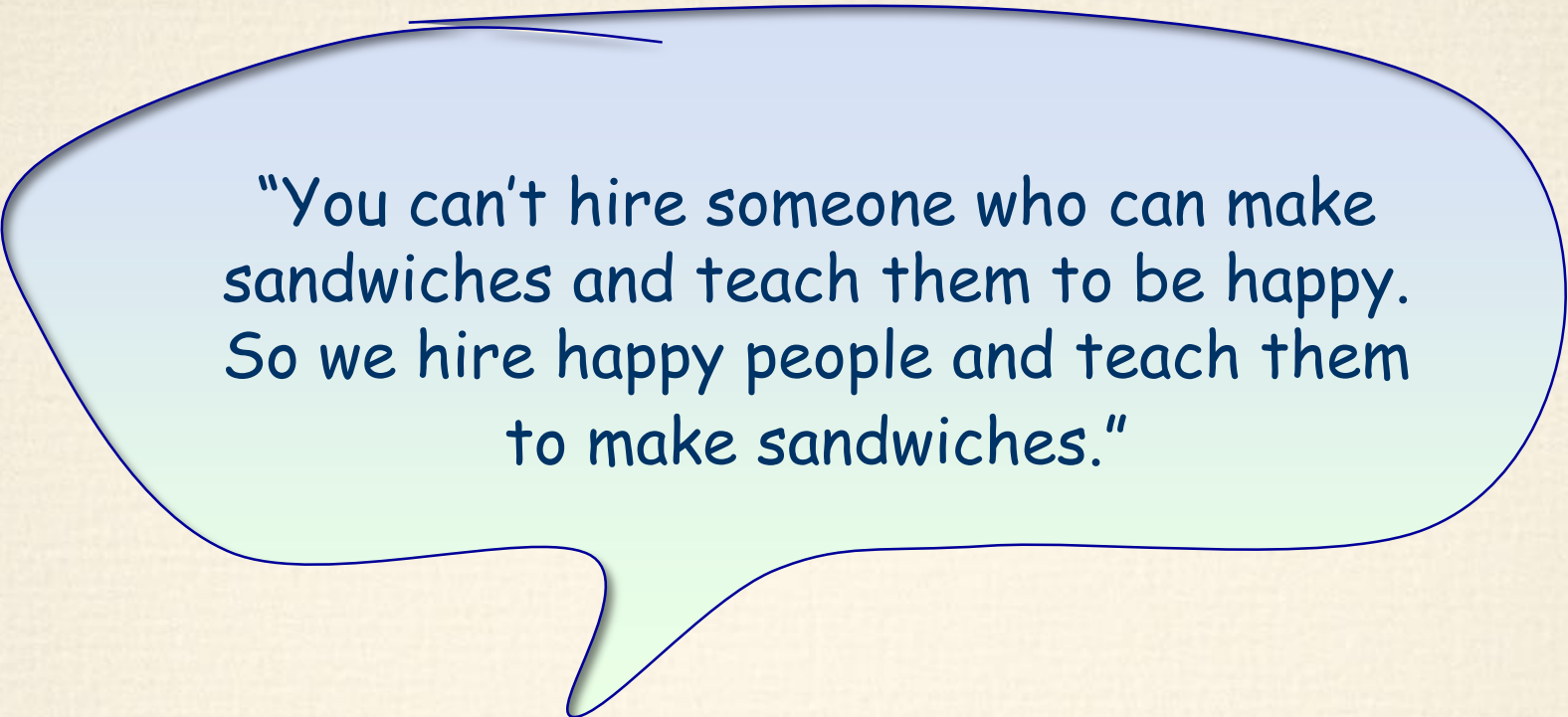
Socialt ansvar - ansvar för **andras** väl och ve, för sådant de inte själva klarar och behöver hjälp med, för att ingå avtal, för samhället.

Personligt ansvar - att ta ansvar för mig själv

- mitt eget liv
- mina handlingar
- mina känslor
- mina tankar
- mina värderingar
- min integritet
- vem är jag i världen
- **min inverkan på andra**

Personligt ansvar - att ta ansvar för mig själv

Vad jag säger
Hur jag säger det
Vilka signaler jag sänder ut
Hur det känns för andra att vara med mig
Hur jag påverkar andra
Vem jag är i världen



"You can't hire someone who can make sandwiches and teach them to be happy. So we hire happy people and teach them to make sandwiches."

Jay, at British sandwich chain Prêt à Manger

Har ni sådana här hos er?

- Skjuter upp arbetsuppgifter.
- Motsätter sig uppgifter som han eller hon inte vill utföra.
- Arbetar ineffektivt med sådana uppgifter.
- Klagar oresonligt på krav.
- "Glömmer" åtaganden och skyldigheter.
- Tror sig göra ett mycket bättre jobb än vad andra anser.
- Tar inte emot förslag från andra på ett konstruktivt sätt.
- Gör inte sin del av jobbet.
- Kritiserar chefer på ett oskäligt och omotiverat sätt.

Som synes starkt narcissistiska och antisociala drag.

Passiv aggression är ett syndrom som består av

- Undvikande.
- Försenade eller inte alls utförda arbetsuppgifter.
- **Bristande lojalitet.**
- **Hyperkritisk men dold inställning till chefer.**
- Irriterbarhet.
- Missnöje med den egna personen.
- Sociala anpassningsproblem.

Tack till Lennart Sjöberg!

Men jag måste ju ändå...

Snack - du måste
nästan ingenting.

Du väljer det.

Beroende

1. Be proactive

2. Begin with the end in mind

3. Put first things first

Karaktär,
personlig
effektivitet

Oberoende

4. Think win-win

5. Seek first to understand, then
to be understood

6. Synergize

Att skapa goda
relationer och
komma överens med
andra, effektivitet
med andra

"Interdependence",
ömsesidigt beroende

7. Sharpen the saw

Vi är fria att välja, men...

Gör vad du vill, och betala för det.

Gud, enligt spanskt ordspråk

Vi kan välja våra handlingar men inte dess
konsekvenser.

ANSVAR OCH KONTROLL ÄR
INTE SAMMA SAK

VI KAN TA ANSVAR FÖR
PROCESSEN -

MEN RESULTATET RÅDER
VI INTE ÖVER

DET ENDA DU KAN GÖRA ÄR ATT
VATTNA DITT ÄPPELTRÄD

(MEN GLÖM INTE ATT VATTNA)



Vilket väljer du?

1. Jag ska se till att trivas på jobbet... så snart någon avlägsnat

- Min chef
- Alla korkade kollegor och oförskämda kunder
- IT-skiten
- Alla meningslösa och själsdödande arbetsuppgifter

eller

2. Visst, världen är full av puckon men jag tänker ha kul i alla fall!

Jag kan inte vara på jobbet åtta timmar om dagen utan att ha kul.

Så jag ska se till att det inte blir så!

Vilken attityd ger mest positiv respons i retur?

Jag tänker dela ut
vänlighet, omsorg och
kärlek i proportion till hur
trevlig den andre är mot
mig. Han får faktiskt
bjuda till litet själv!

Jag ger alltid allt jag
har att ge, eftersom
vem jag är gör
skillnad. Jag **väljer**
att ge hela mig själv,
här och nu!

Kan man välja att arbeta och leva så här?

- Jag är här för att göra en skillnad i världen.
- Vem jag är gör skillnad.
- Jag är proffs och stolt över vad jag gör.
- Jag väljer att ge hela mig själv, här och nu.
- Jag ger alltid allt jag har att ge, eftersom.....
- Det är så lyckosamt ordnat att man inte kan ge något utan att själv få något tillbaka.
- Jag inte är någon input/outputmaskin - jag väljer själv mina reaktioner.
- Den andre nog gör så gott hen kan, trots allt. Jag har ansvar för mina egna reaktioner och handlingar men inte för den andres.