

# Ideer om lederskap

En håndbok for ledere

  
Dale  
Carnegie



## **Dale Carnegie Training**

Dale Carnegie Training ble stiftet i USA i 1912, og er i dag et internasjonalt selskap med kontorer i over 80 land.

I Norge har vi vært etablert siden 1983, noe som betyr at våre kunder får tilgang til unik erfaring og kompetanse.

Vi tilbyr to faste treninger som er åpne for alle. Vår verdenskjente ledertrening Kommunikasjon og lederskap, som går over 12 uker, og High Impact Communication, som er en intensiv kommunikasjonstrening over to dager.

I tillegg tilbyr vi skreddersydde løsninger som bidrar til at ledergrupper og team lykkes bedre sammen.

## **Ideer om lederskap**

Dette lille heftet er laget for at du lettere skal huske Dale Carnegies tilnærminger for lederskap, og hvordan du kan håndtere stress og uro på en bedre måte.

Ta det gjerne med deg på jobb, når du skal i kundemøter, eller bare møte nye mennesker, og se raskt gjennom det når det trengs.

## **Dale Carnegies tilnærminger for lederskap, relasjoner og samarbeid**

Dale Carnegies 30 tilnærminger viser hvordan du kan bygge tillit, motivere og påvirke dine medarbeideres atferd til det bedre.

De ble skrevet av Dale Carnegie for over 100 år siden, og er essensen i boken Hvordan vinne venner, Dale Carnegies bestselgende bok som har hjulpet flere millioner mennesker.

Det er en praktisk og effektiv "huskeliste", du kan benytte både på jobb og privat.

## **Tilnærminger for relasjoner**

- Skape tillit og forbedre relasjoner

- 1.** Kritiser ikke, døm ikke, klag ikke.
- 2.** Gi ærlig og oppriktig ros.
- 3.** Vekk et sterkt ønske om å ville hos den andre personen.
- 4.** Vær oppriktig interessert i andre mennesker.
- 5.** Smil.
- 6.** Husk at en persons navn er, for ham eller henne, det viktigste ordet på alle språk.
- 7.** Vær en god lytter. Oppmuntre andre til å snakke om seg selv.
- 8.** Snakk med utgangspunkt i den andre personens interesser.
- 9.** Få den andre personen til å føle seg betydningsfull – og gjør det oppriktig.

## **Tilnærminger for samarbeid**

- Motivere til å jobbe sammen

- 10.** Den eneste måten å få noe ut av en krangel på, er å unngå den.
- 11.** Vis respekt for andres meninger. Si aldri «du tar feil».
- 12.** Hvis du tar feil, innrøm det med en gang og med ettertrykk.
- 13.** Innled på en vennlig måte.
- 14.** Få den andre personen til å si «Ja, ja» så fort som mulig.
- 15.** La den andre personen snakke mest
- 16.** La den andre personen føle at ideen er hans eller hennes.
- 17.** Prøv oppriktig å se situasjonen fra den andre personens synsvinkel.
- 18.** Sympatiser med den andre personens ideer og ønsker.
- 19.** Appeller til de edlere motivene.
- 20.** Dramatiser ideene dine.
- 21.** Kast ut en utfordring.

## **Tilnærminger for lederskap**

- Få andre til å prestere bedre

- 22.** Begynn med ros, og vis at du setter pris på personen.
- 23.** Gjør andre indirekte oppmerksom på deres feil.
- 24.** Fortell om dine egne feilgrep før du kritiserer den andre personen.
- 25.** Still spørsmål i stedet for å gi direkte ordre.
- 26.** La den andre personen redde ansikt.
- 27.** Ros alle fremskritt, store som små.
- 28.** Gi den andre personen et godt rykte å leve opp til.
- 29.** Vær oppmuntrende – få feilen til å virke lett å rette opp.
- 30.** Få den andre personen til å føle glede over å gjøre de endringene du foreslår.



## **Dale Carnegies tilnærminger for å håndtere overdrevet stress og uro**

Vi kjenner alle på press og stress til tider, og noen ganger er det så mye at det kan bli et problem som går utover både jobb, privatliv og egen helse.

Dale Carnegies tilnærminger for å håndtere stress og uro kan hjelpe deg å rette fokus mot det som er viktig, og få deg til å håndtere uroen på en sunnere og mer produktiv måte.

## Hvordan håndtere stress og uro

1. Lev i dagtette rom.
2. Spør deg hva det verste som kan skje er.
  - Forbered deg på å akseptere det verste.
  - Forsøk å gjøre det beste ut av det verste.
3. Tenk på den høye prisen du betaler for uro  
- din egen helse.
4. Tydeliggjør fakta.
5. Når du har overveid fakta, ta en beslutning.
6. Når en beslutning er tatt - ager!
7. Skriv svar på følgende spørsmål:
  - Hva er problemet?
  - Hvordan har problemet oppstått?
  - Hvilke tenkbare løsninger finnes?
  - Hvilken er den best tenkelige løsningen?
8. Del tankene dine.

## Hvordan håndtere stress og uro

- 9.** Hold deg sysselsatt.
- 11.** Bli ikke opprørt over bagateller.
- 12.** 90% av det vi bekymrer oss for skjer ikke, så spør deg selv hvor sannsynlig det er at dine bekymringer finner sted.
- 13.** Bestem deg for hvor mye uro en sak er verdt, og ikke gi den mer.
- 14.** Bekymre deg ikke for gårsdagen.
- 15.** Fyll tankene dine med ro og mot.
- 16.** Hevn deg aldri på uvennene dine.
- 17.** Forvent deg utakknemlighet.
- 18.** Vær takknemlig for det du har.
- 19.** Etterlign ikke andre mennesker.
- 20.** Prøv å finne fordeler i dine tap.
- 21.** Skap glede for andre.

## Hvordan håndtere stress og uro

- 22.** Husk at urettferdig kritikk ofte er en skjult kompliment.
- 23.** Gjør så godt du kan.
- 24.** Analyser dine feilgrep og vær selvkritisk.
- 25.** Hvil før du blir trøtt.
- 26.** Lær deg å slappe av når du jobber.
- 27.** Ta vare på helsen ved å slappe av hjemme.
- 28.** Bruk disse fire gode arbeidsvanene:
  - Rens skrivebordet for det du ikke trenger å gjøre akkurat nå.
  - Gjør ting ut fra hvor viktige de er.
  - Løs problemer med en gang hvis du har fakta som kreves for en beslutning
  - Lær deg å organisere, delegerer og følge opp medarbeiderne dine.
- 29.** Vær entusiastisk i arbeidet ditt.
- 30.** Ikke vær urolig for søvnløshet.

## **Ta det neste steget**

Ønsker du å utvikle deg videre som leder og medarbeider? Gå inn på *dalecarnegie.no* for å se hvordan du kan ta det neste steget.

Hvis du lurer på noe, kontakt oss på:

Mail:

[norge@dalecarnegie.com](mailto:norge@dalecarnegie.com)

Telefon:

+47 90 09 09 16

“People are more likely to do what you would like them to do when you make the other person happy about doing the thing you suggest.”

**—Dale Carnegie**



[dalecarnegie.no](http://dalecarnegie.no)