

Frygtløs Ledelse handler om at udvikle sin praktiske dømmekraft og at være mere i kontakt med sin egen inderside. Det drejer sig om at turde bringe sit eget *emotional courage* i spil – altså at turde udvikle sit følelsesmæssige mod.

FRYGTEN BLIVER EN FORHINDRING

En effektiv leder formår både at sætte tydelig kurs og at være involverende. Men for nogle ledere er det svært at være tydelig og sætte kurs. Man kan blive ramt af frygten for at:

- være i asymmetri med medarbejderne
- fremstå som værende upopulær

Så man kommer til at være overinvolverende og uklar, og man forpasser sin forpligtelse til at sætte kurs.

FRYGTEN FÅR OS TIL AT “LADE SOM OM”

Ved at lade som om, kan vi fremstå mere sikre og slippe for at tackle frygten. Man kan f.eks. bruge vejrtrækningsteknikker eller tale hurtigere. Man kan lade som om, man har styr på dagsordnerne til ledermøderne eller som om, det er fedt at få feedback, selvom man egentlig syder og bobler.

Vi bruger ofte de tillærte teknikker i svære eller pressede situationer. Det er der, vi “lader som om”.

“Det kræver mod at udvikle sit følelsesmæssige mod”

FEEDBACK ER VIGTIGT

Vi kan hjælpe hinanden til at “lade mindre som om” ved at skrue op for klar og systematisk feedback. På den måde håndterer vi vores frygt mere direkte og finder bedre og mere autentiske strategier. Men vi halter bagefter med feedback i Danmark:

- Hvornår har du sidst fået feedback som leder?
- Hvornår har du sidst givet feedback som leder?

Der er tre triggers, som holder os fra feedbacken – tre lunter:

- Relationslunten (jeg skal ikke have feedback af dig!)
- Sandhedslunten (nej, sådan var det ikke!)
- Den eksistentielle lunte (der er noget om snakken...)

FEEDBACK TRÆNER FØLELSESMÆSSIGT MOD

Der findes ingen kompetencer eller strategier, som er gode hele tiden. En veltalenhed kan blive til en talen hele tiden. Vi har brug for feedback for at konfrontere det, som holder os fast i de samme strategier og vaner – for at udvikle vores følelsesmæssige mod.

Hvilke situationer får dig til at “lade som om”?

Hvad ville der ske, hvis du ikke “lod som om”?

Hvad kan du gøre i stedet for?

BOGEN

Frygtløs Ledelse af Morten Novrup Henriksen og Thomas Lundby.

Udgivet på Dansk Psykologisk Forlag i 2016. Link:

<http://dpf.dk/produkt/bog/frygtloes-ledelse>



OPLÆGSHOLDER

Thomas Lundby

