

God kommunikation  
=  
Positiv kommunikation



# En positiv grundstemning gør os ....



- 😊 mere effektive
- 😊 mere kreative
- 😊 mere succesfulde
- 😊 mere loyale

- 😊 bedre til at omgås andre
- 😊 mindre syge
- 😊 ... vi lever endda længere



Følelser smitter

# Positive & negative udsagn

Anerkendelse 5:1

Støtte

Hjælpsomhed

Sympati

Komplimenter

Tillid

Etc.

Kritik

Utilfredshed

Afvisning

Fjendtlighed

Bagtalelse

Kontrol

Etc.

# Positiv-negativ balancen





"The brain is like Velcro  
for bad experiences but  
Teflon for good ones."



*Rick Hanson*

# Overvej Positiv-negativ balancen



Hvor kan du  
skrue op for  
det positive?

Og skrue ned  
for det  
negative?





Ledelse er  
kommunikation,  
og  
kommunikation  
er ledelse.

*- Alfred Josefsen*



God ledelse = God kommunikation

God kommunikation = Positiv kommunikation

Positiv kommunikation

MENING



NOVO

A large, smooth, grey rock with a speckled texture is positioned in the center of a vibrant green lawn. The rock is roughly oval-shaped and has a slightly weathered appearance. The grass is short and well-maintained, providing a stark contrast to the grey stone. The text 'Nekrolog-testen' is overlaid on the rock in a black, serif font.

Nekrolog-testen

A large, smooth, grey stone with a speckled texture is positioned on a vibrant green lawn. The stone is the central focus of the image, with the text overlaid on its surface.

Her hviler

***Mit mejeri***

Vil blive savnet, fordi...

A large, smooth, grey stone with a speckled texture is positioned in the center of a vibrant green lawn. The stone is rounded and has a slightly irregular shape. The grass is short and well-maintained, providing a stark contrast to the grey stone.

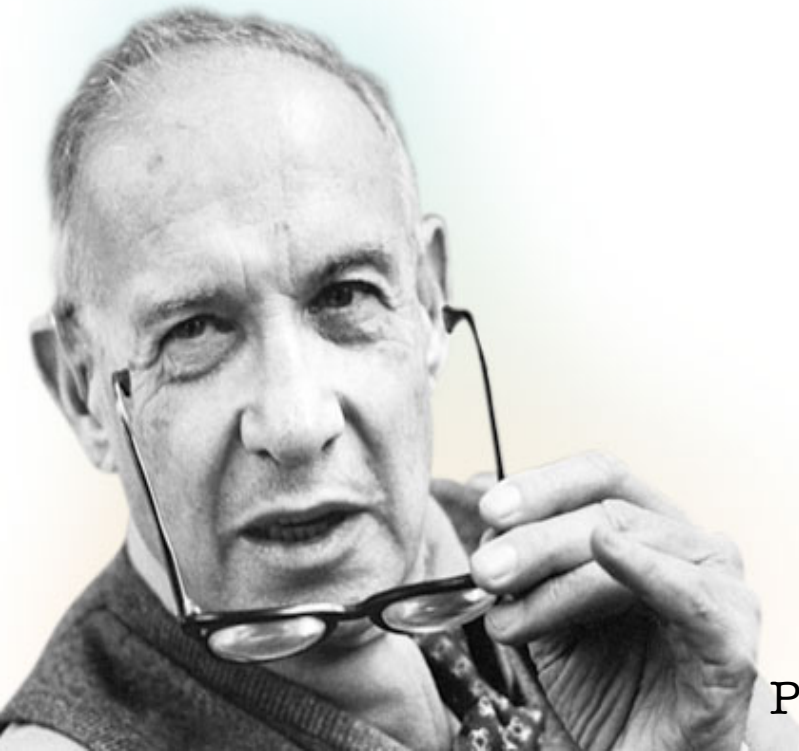
Her hviler

***Jeg***

Vil blive savnet, fordi...

# Har gode ledere ét fælles kendetegn?

- Karismatisk?
- Intelligent?
- Empatisk?
- Stratetisk begavet?
- Taktisk begavet?
- Veltalende?
- Høj, mørkhåret og med brune øjne?

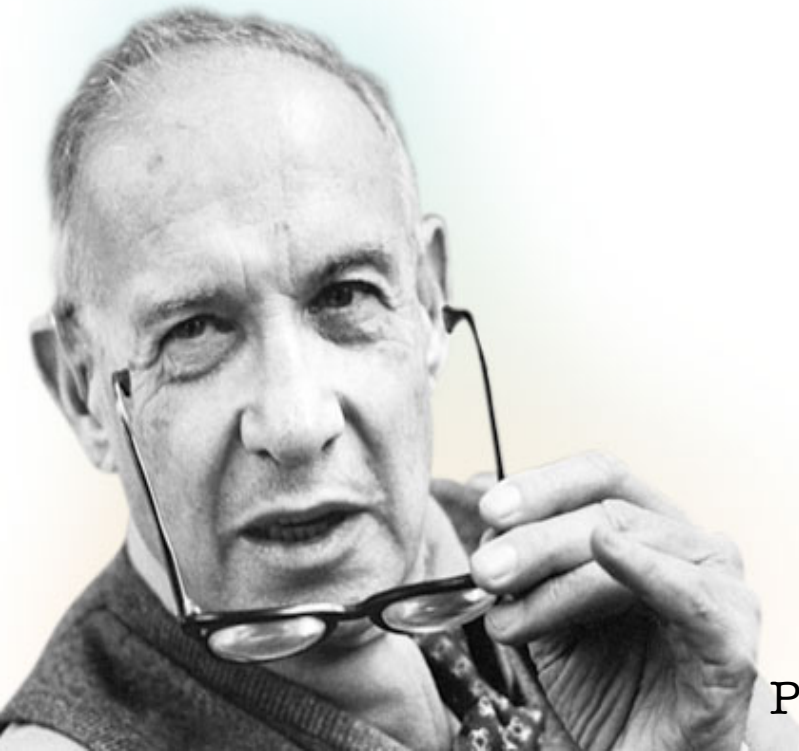


Peter Drucker

# Har gode ledere ét fælles kendetegn?

**Autentisk!**

- Karismatisk?
- Intelligent?
- Empatisk?
- Strategisk begavet?
- Taktisk begavet?
- Talende?
- Høj, mørkhåret og med brune øjne?



Peter Drucker



# #1

# Vær autentisk



# #1

## Vær autentisk



### **Overvej:**

- Hvor god overensstemmelse er der mellem det, du siger - og det du gør?
- Hvordan var den bedste TR / chef, du selv har haft?

Positiv kommunikation

Vær autentisk

Positiv tone

MENING

# #2

## Skab en positiv tone

**Positive udsagn**    **5:1**    **Negative udsagn**

- Anerkendelse
- Støtte
- Hjælpsomhed
- Sympati
- Komplimenter
- Tillid
- Etc.

- Kritik
- Afvisning
- Utilfredshed
- Bagtalelse
- Nedvurdering
- Kontrol
- Etc.

#2

Skab en positiv tone



# #2

## Skab en positiv tone



### **Overvej positiv-negativ balancen:**

- Husk: Hjernens er velcro for det negative og teflon for det positive.
- Hvordan er din balance mellem positive og negative udsagn?

# Positiv kommunikation

Vær autentisk

Positiv tone

Tal med alle

MENING

# #3

## Tal med alle





# #3

## Tal med alle



### **Overvej:**

- Hvor ofte går du rundt og taler med kolleger og medarbejdere uden en konkret dagsorden?

# Positiv kommunikation

Vær autentisk

Positiv tone

Tal med alle

Bliv ved

MENING

# #4

## Bliv ved med at kommunikere



#4

Bliv ved med at kommunikere



# #4

## Bliv ved med at kommunikere



### **Overvej:**

- Hvornår er der informationstomrum omkring dig?

# Positiv kommunikation

Vær autentisk

Positiv tone

Tal med alle

Bliv ved

MENING

Din nye vane:

3 gode ting der skete i dag



- ✓ Skriv dem ned inden du går i seng
- ✓ Tal om det ved aftensmaden
- ✓ Eller find din egen måde

**MEN START I DAG!**

Mikael Kamber

[www.kamber.dk](http://www.kamber.dk)

[mikael@kamber.dk](mailto:mikael@kamber.dk)

Mobil: 3010 0102

Bog: 200,-



Berlingske



Markedsføring

