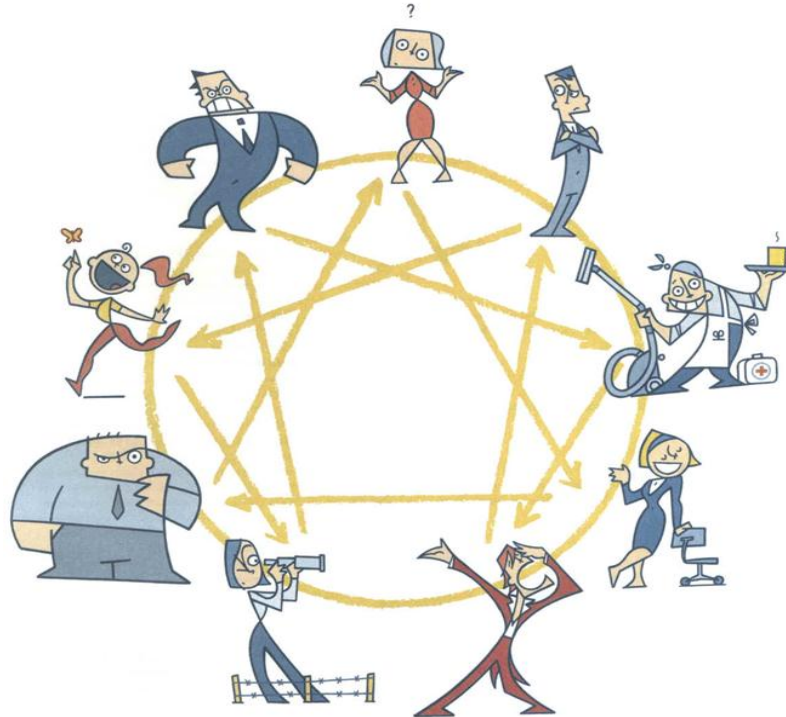


Hvordan gjenkjenne ulike personlighetstyper på jobben, og bruke dette på en positiv måte



Av Kristin Aase

Energi Norges HR-konferanse 2.februar 2012

Bruksverdi

- Individ

- Forstå seg selv og andres sterke sider og fallgruver
 - i jobb og privat
- Selvutvikling
 - Hva motiverer/driver oss oss
 - Hvorfor vi gjentatt opplever vansker/ikke oppnår det vi ønsker
- Utvikle egenskaper
- Utnytte vårt potensial
- Forbedre vår kommunikasjon
- Skape gode relasjoner

- Team

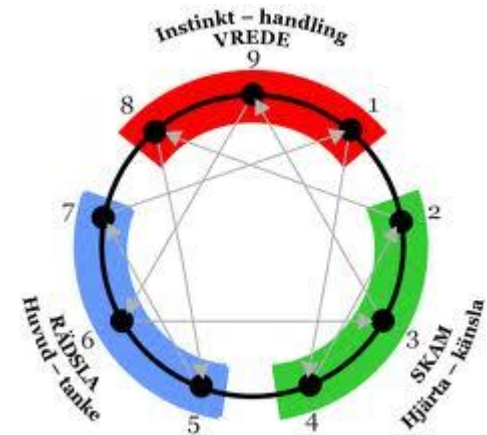
- Forstå egen og andres reaksjonsmønstre
- Skape aksept og respekt for forskjellighet
- Innsikt i dynamikken på arbeidsplassen
- Kommunisere slik at vi blir forstått av andre
- Rekruttering – hva trenger vi
- Teamutvikling
- Forebygge vanskelige situasjoner
- Konfliktløsning

Oppgave 1

- To og to – stiller spørsmål til hverandre:
 - Hva kjennetegner deg? Hva er typisk for deg?
 - Hvorfor er det viktig? Hva gir det deg?

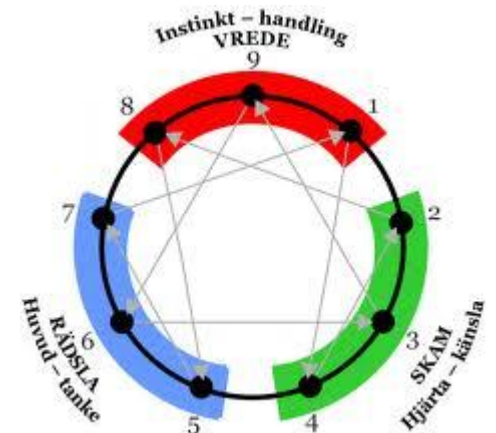
Beslutninger

- Hvordan tas beslutninger:
 - Instinktivt – kroppen – 8, 9, 1
 - Følellesstyrt – hjertet – 2, 3, 4
 - Tankestyrt – hodet – 5, 6, 7
- Gir hver type spesielle egenskaper, men også utfordringer



Typenes følelser

- Felles grunnleggende følelser:
 - Sinne/søker selvbestemmelse
 - 8 Direkte sinne
 - 9 Stahet
 - 1 Indignasjon/fordømmelse
 - Skam/søker anerkjennelse
 - 2 Skam om er egoistisk
 - 3 Skam om ikke handler
 - 4 Skam for hvem de er
 - Frykt/ søker trygghet
 - 5 Frykter mangel på kunnskap
 - 6 Frykter andres intensjoner
 - 7 Frykter ubehageligheter



Oppgave 2

- To og to – stiller spørsmål til hverandre:
 - Hva kjennetegner deg? Hva er typisk for deg?

Er du:

- Fremtidsrettet, her og nå eller opptatt av historien
- Positiv, kunnskapssøkende eller ekspressiv

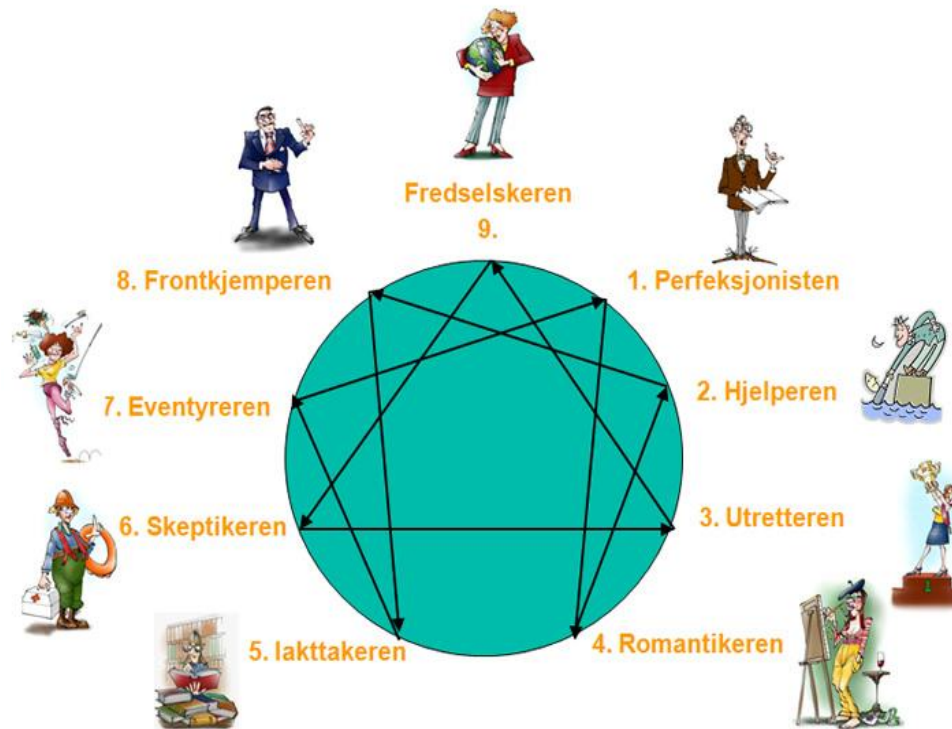
Hva er viktig for deg:

- Selvbestemmelse, anerkjennelse eller trygghet

Dynamisk system

- Når ekstra trygg
 - Først blir mer av seg selv
 - Beveger seg så inn i mønsteret til en annen type
 - Eks. 8 trekk av 2
 - Eks. 3 trekk av 6
- Når utsatt for sterkt press/negativt stress
 - Først blir mer av seg selv
 - Beveger seg så inn i mønsteret til en annen type
 - Eks 8 trekk av 5
 - Eks 3 trekk av 9

Stress, trygghetsben og vinger



På tvers

- Harmoniske grupper
 - Positive
 - 7 Reframing
 - 9 Ser bare det gode
 - 2 Er positiv til alle
 - Ekspressive
 - 6 Uttrykker frykt/utrygghet
 - 8 Uttrykker sinne
 - 4 Tar skylden
 - Kompetente
 - 1 Hva er rett
 - 3 Hva vi kan gjøre
 - 5 Hva vi vet
- Sosial stil
 - Egodrevet/proaktiv – fremtidsorientert
 - 7, 8, 3
 - Pliktrevet- her og nå-orientert
 - 1, 2, 6
 - Ubevissthetsdrevet – historieorientert
 - 9, 5, 6

Kommunikasjon med typene

- 1-er

- Klare forventninger, guidelines og avtaler
- Ord: «må» og «det er nødvendig å», «rett og galt», «korrekt og feil»
- Innrømmes du egne feil på en ærlig måte, får du tilgivelse fra eneren
- Kom til poenget, vær konkret

- 2-er

- Vær positiv, smil og ha øyekontakt
- Berør – forsiktig
- Nikk – bekreft at du lytter
- Ærlig takk, anerkjennelse
- Myk, behagelig stemme
- Ord: «Ville det hjelpe om...», «Kan du hjelpe meg?», «elsker», «liker», «bryr meg om», «omsorg for»

Fortsettelse: Kommunikasjon med typene

- 3-er

- Å gjøre
- Bli sett, gjenkjent, konkret tilbakemelding på handling
- Anerkjennelse for å være seg selv – «jeg liker deg fordi du er du»
- Rasjonell, energisk stemme
- Ord: «effektiv», «mål», «prosjekt», «rollemodell», «suksess»

- 4-er

- Speiling, spesielt stemmen
- Spør om følelser
- Dramatiske armbevegelser
- Å smile skaper trygghet
- Vis genuin interesse
- Bare lytt – favorittemnet er dem selv
- Ord: «Jeg forstår», «Virkelig!», «Wow!»

Fortsettelse: Kommunikasjon med typene

- 5-er

- Sitt ved siden av (ikke rett foran)
- Gi rom fremfor og på siden
- Bevis din kompetanse
- Snakk i overskrifter
- Virk uinteressert
- Sporadisk øyekontakt
- Ord: «Interessant!», «vitenskapen har vist..», «jeg har lest at»

- 6-er

- Vær ærlig og genuin/kongruent
- Presenter din intensjon/tanken bak
- Kom til poenget/vær direkte
- Gi rom for dialog/analyse
- Understatement – «det var jo ikke så verst»
- Ord: «realistisk», «trygg», «være sikker på»

Fortsettelse: Kommunikasjon med typene

- 7-er

- Lett og lys stemme
- Anerkjenne ideer og tanker
- Snakk raskt, hendene oppe i luften
- Hold alt positivt
- Om du ønsker endring: «vi endre følgende, hvilke ideer har du?»
- Ord: «Moro» (betyr interessant), «Er ikke det fantastisk!»
«Fascinerende»

- 8-er

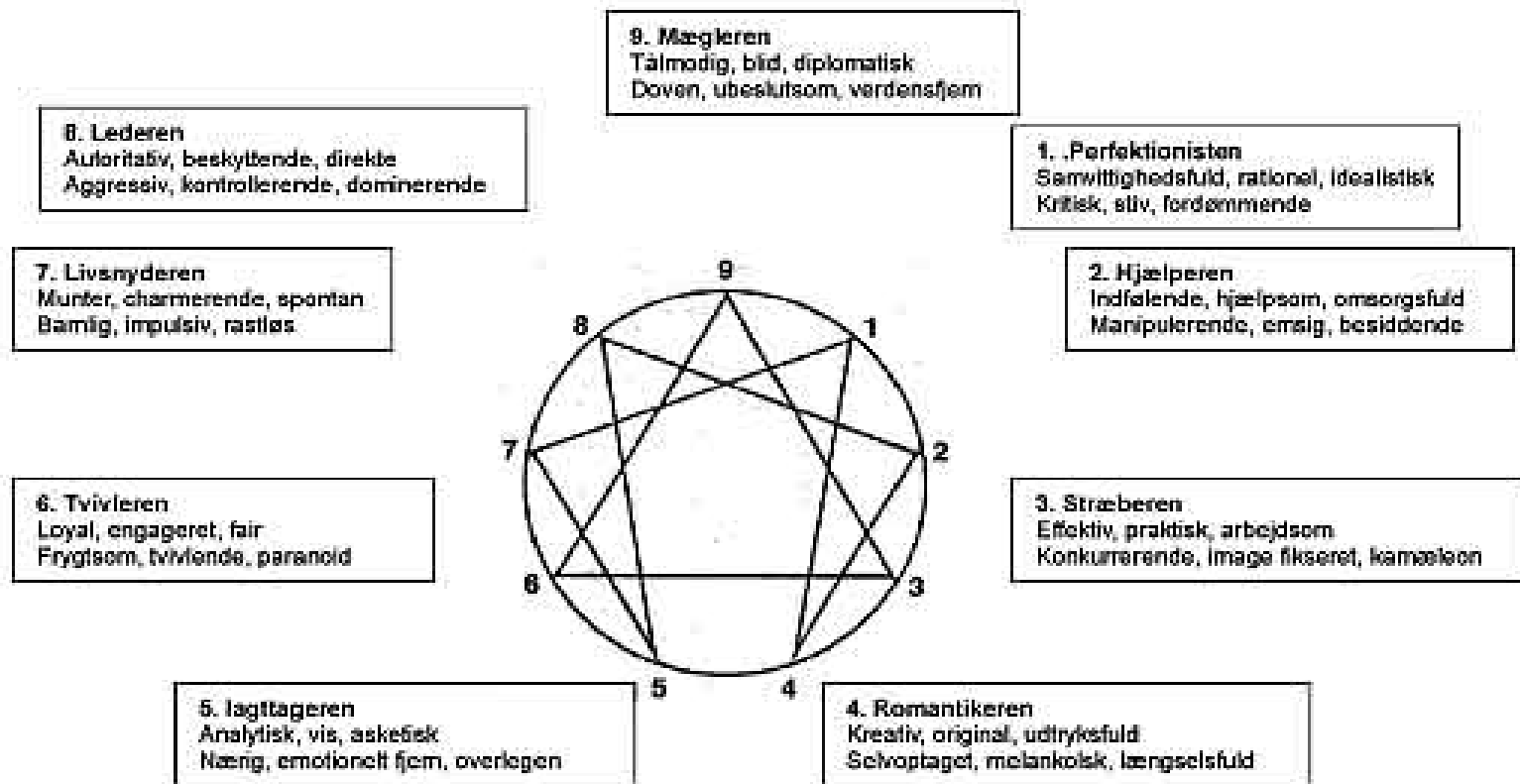
- Vær direkte – kall en spade en spade
- Øyekontakt, anerkjennende nikk
- Sterk stemme
- Ærlighet
- Lik vekt på begge bein, åpent kroppsspråk
- Metaforisk språk, gjerne fra krig og sport
- Ord: «kontroll», «rettferdig/urettferdig»

Fortsettelse: Kommunikasjon med typene

- 9-er
 - Øyekontakt – mildt
 - Vær positiv
 - Snakk mildt, snilt, sakte
 - Slapp av i kroppen
 - Ikke si når og hvordan de skal gjøre ting – vil bestemme selv – gi dem en deadline
 - Ord: «Harmonisk», «fredfull», «rolig», «stille», «balanse», «ta tiden det tar»

Andre element

- Lidenskap, fiksering, spesielle egenskaper og essens
 - eks 8: Begjær, Rettferdighet, Uskyld, Sannhet
- Utviklingsnivåer og veier
- Instinktive undertyper- grunnleggende instinkt for overlevelse:
 - Selvoppholdelse, Sosial orientering, Seksuell/1-1



Enneagrammets ni personlighetstyper

(Illustrasjon: siriusklinikken.dk)