

Bjud in Starke Adolf i sommar

Får du använda dina styrkor i ditt arbete? De flesta skulle svara nej på den frågan. Dagarna fylls av saker vi inte är så bra på och skulle vilja slippa. Ändå visar forskningen att den som får använda sina starka sidor producerar betydligt mer och trivs bättre än den som inte får det. Ingen kan bara få göra det de är bra på, alla jobb har en mängd olika arbetsuppgifter men tänk om du allt oftare kunde få göra det du är bäst på. Hur mycket roligare skulle det inte vara då?

Idag pratar vi mycket om att vara flexibla, anpassningsbara och kunna hoppa in var som helst där det behövs. Allt för att hjälpa teamet. Det lär vi oss i skolan, i idrottsklubben och på arbetet. Verkligheten är en annan, det råder ingen tvekan om att en grupp är effektivare än en samling fristående individer, men om man studerar de effektivaste grupperna så ser man att de konsekvent och medvetet inte låter gruppmedlemmarna göra allt utan istället i så stor utsträckning som möjligt bidra med sina starkaste sidor. Det bästa och mest ansvarsfulla du kan göra i en grupp är inte att rycka in och göra vad helst gruppen kräver, utan istället välja en roll där du använder dina starka sidor och låter andra nyttja sina styrkor där du är svag. Självklart kommer det tillfällen då du tvingas ta uppgifter som du inte passar för, men det ska vara undantag. Verkligt lagarbete och äkta arbetsglädje kommer enbart när styrkor som kompletterar varandra samverkar på ett koordinerat sätt.

Vet du vilka dina styrkor är?

En del tycker det är svårt att säga vad de är bra på och begära att få jobba mer med det, det är nästan som att förhäva sig. Andra vet inte ens vad som är deras styrkor. Styrkor är de aktiviteter som du gör med lätthet och som får dig att känna dig stark. De får dig att känna dig framgångsrik och effektiv. De ger dig kraft och du gillar dessa arbetsuppgifter så mycket att du utan problem kan anmäla dig frivilligt till att få göra dom. De är lätta att göra. De behöver inte kämpa för att koncentrera dig, men koncentrationen kommer av sig själv och du kan lätt glömma tid och rum. Du hamnar i det som beskrivs som ett positivt "flow". När du är klar kan du vara fysiskt trött med ändå psykiskt uppgad.

Det man gör gärna, gör man i regel bra

Det är en allmän uppfattning att övning ger färdighet och att det inte räcker med att vara begåvad man måste också träna för att bli framgångsrik. Det stämmer, men det intressanta är att vi inte tränar på allt som vi borde bli bättre på. Vi dras istället till vissa arbetsuppgifter och dessa får per automatik mer träning. Vi gillar helt enkelt att göra det vi är bra på, det fyller oss med vällust och ger oss arbetsglädje.

Bjud in Starke Adolf till ett möte i sommar:

Så här tar du ta fram dina styrkor

Ingen annan kan tala om vad som får dig att känna dig stark, börja därför under en vecka att anteckna alla arbetsuppgifter som du gillar att göra. Välj i slutet av veckan ut de aktiviteter och uppdrag som du gillade mest och som fick dig att känna dig starkast. Fundera sedan på hur du på ett naturligt sätt kunde få göra mer av dessa arbetsuppgifter i ditt dagliga arbete. Vad mer skulle du kunna ansvara för? Finns det arbetsuppgifter som du med fördel borde ta över från någon annan? Finns det något som man kan lägga till ditt ansvarsområde? För att frigöra tid måste du även fundera på vilka arbetsuppgifter som du inte tycker om att göra. Visst finns det sådant idag som någon annan med lätthet skulle kunna göra mycket bättre än du och säkert med en större elegans och snabbhet? Gör gärna även på samma sätt som med styrkorna. Skriv under en vecka ned allt som du verkligen ogillar att göra och välj ut de arbetsuppgifter som fyller dig med mest avsky.

Boka sedan ett möte med din närmaste chef och berätta att du vill tillföra mer värde till gruppen och teamet. Det är viktigt att det inte framstår som du gnäller och bara vill bli av med tråkiga arbetsuppgifter utan att du vill se på möjligheterna att kunna bidra ännu mer till resultat och framgång för företaget eller organisationen. Samma övning kan man med fördel även göra med familjen. Perfekt sommaraktivitet för att få till en bättre arbetsfördelning av alla hemmasysslor och familjeuppdrag inför hösten.

Det här är för övrigt en övning som jag rekommenderar chefer att genomföra med medarbetare som börjar tappa stinget. De gör visserligen sitt arbete men inte med samma glöd och engagemang som tidigare. Att tillsammans med medarbetaren under några veckor identifiera vilka arbetsuppgifter som ger energi och vilka som suger ur musten ur medarbetaren kan man sedan se om det är möjligt att ändra något i uppdrag och ansvar.

Arbete kan vara lika naturligt som lek om bara förhållandena är gynnsamma. Se till att ta makten över det du kan påverka och låt inte aktiviteter som du hatar att göra fördärva din arbetsdag. Ta reda på vilka de är så du kan undvika dem eller ägna minsta möjliga tid åt dem. Och ägna så mycket tid som du kan åt det som du är allra bäst på, för det kommer alltid vara det som är roligast.

Vill du läsa hela kapitlet om hur man kan få roligare på jobbet genom att använda sina styrkor?

Läs mer om boken JA 2011 och beställ på www.annikarmalmberg.se i shopen.