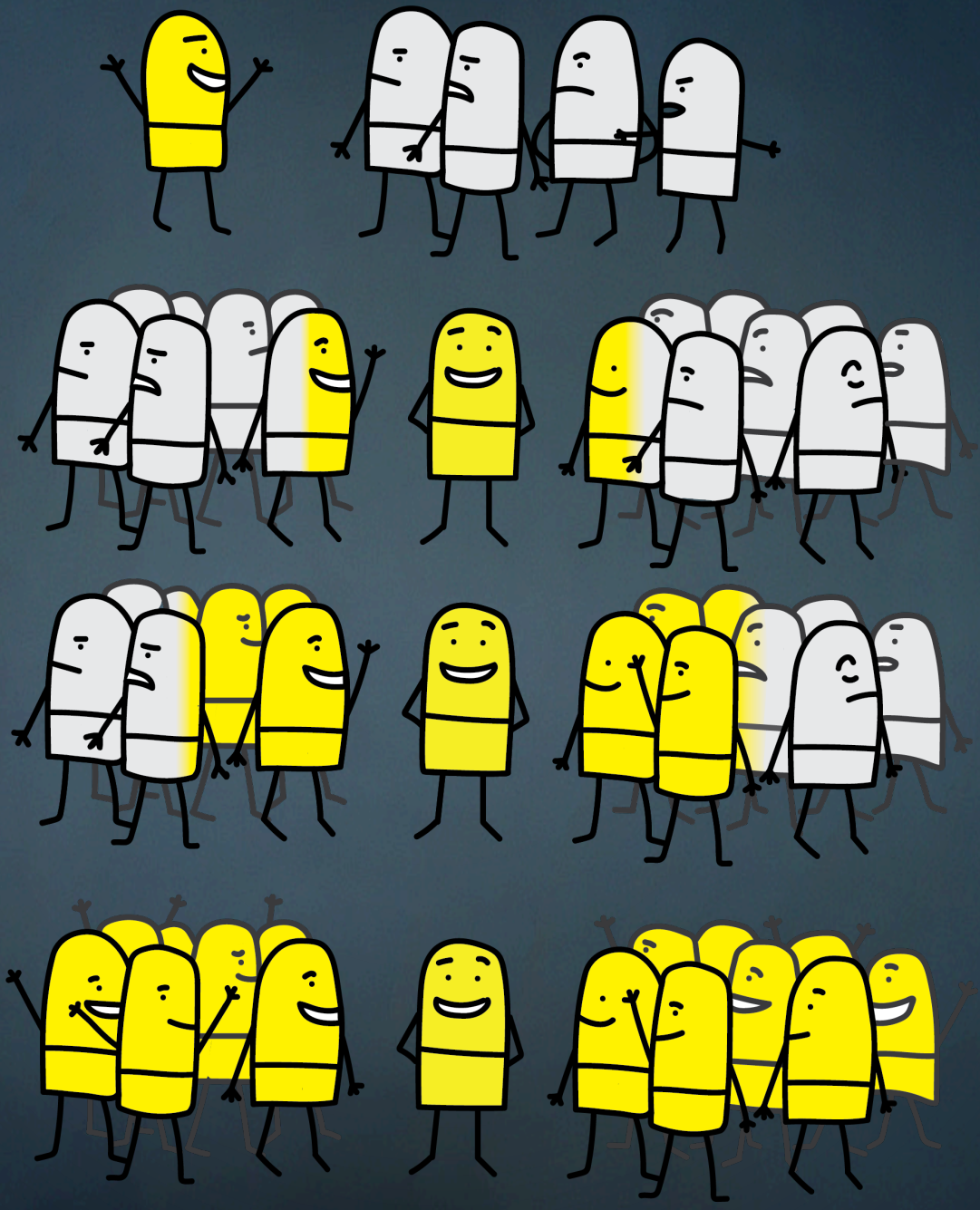


Sociologiske perspektiver på ledelse:

Hvordan medarbejderne påvirker hinanden og stemningen på arbejdspladsen

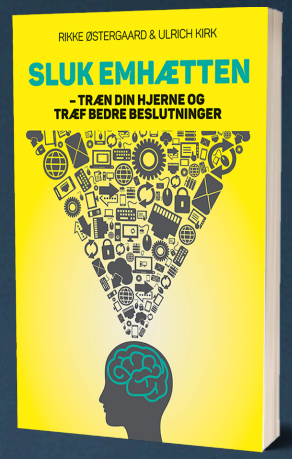


SOCIOLOG RIKKE ØSTERGAARD 2023



ERHVERVS SOCIOLOGEN Rikke Østergaard

Life is simple,
if we don't make it
complicated.









- Sociolog og mentalsundhedsekspert
- Speciale i erhvervssociologi
- Indehaver af Erhvervssociologen
- Gæste underviser på University of Sydney's Leadership Academy

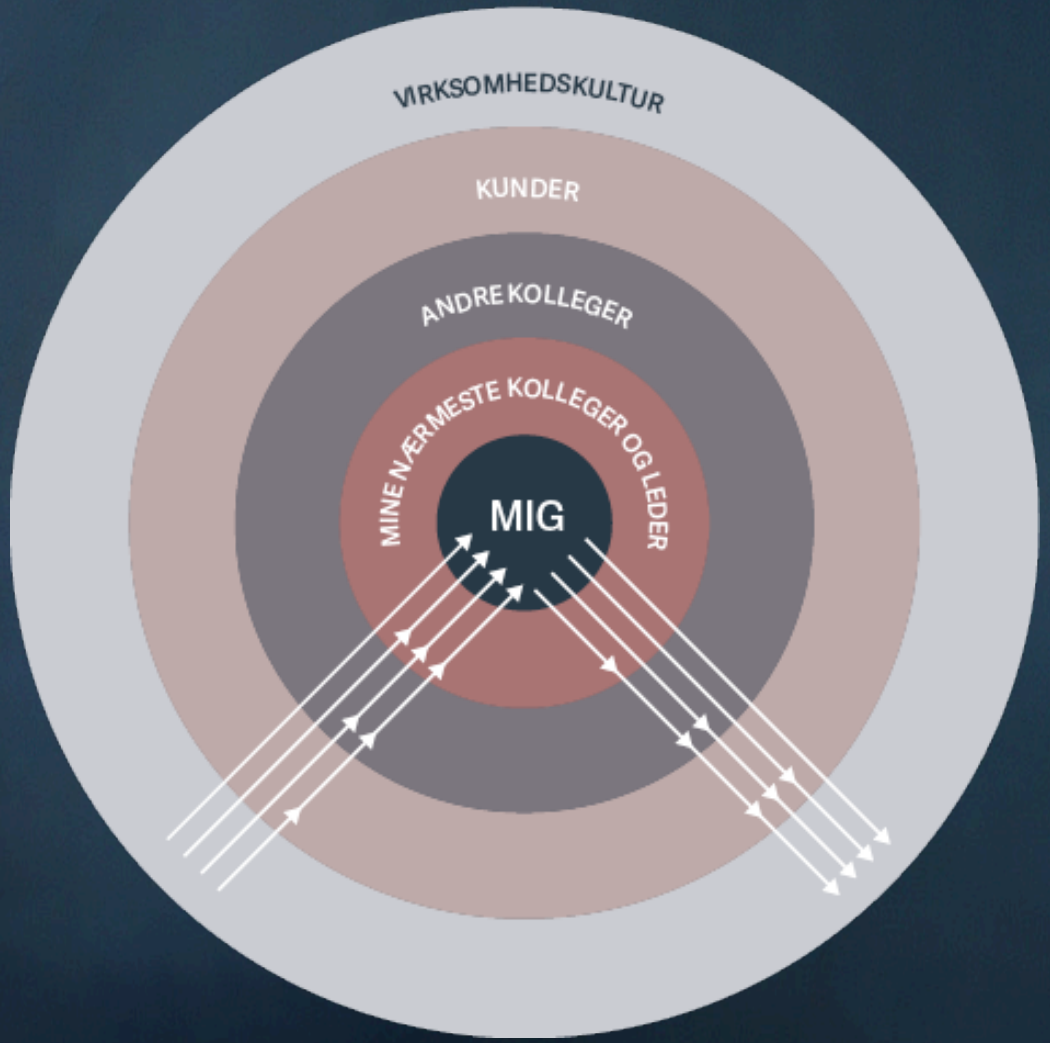
Social intelligens vs. følelsesforurening

Følelsesmæssig hijacking – energityvene i hverdagen

Trediegrads smitte - hvordan din kollegas mands chef kan ødelægge din dag uden du har mødt vedkommende

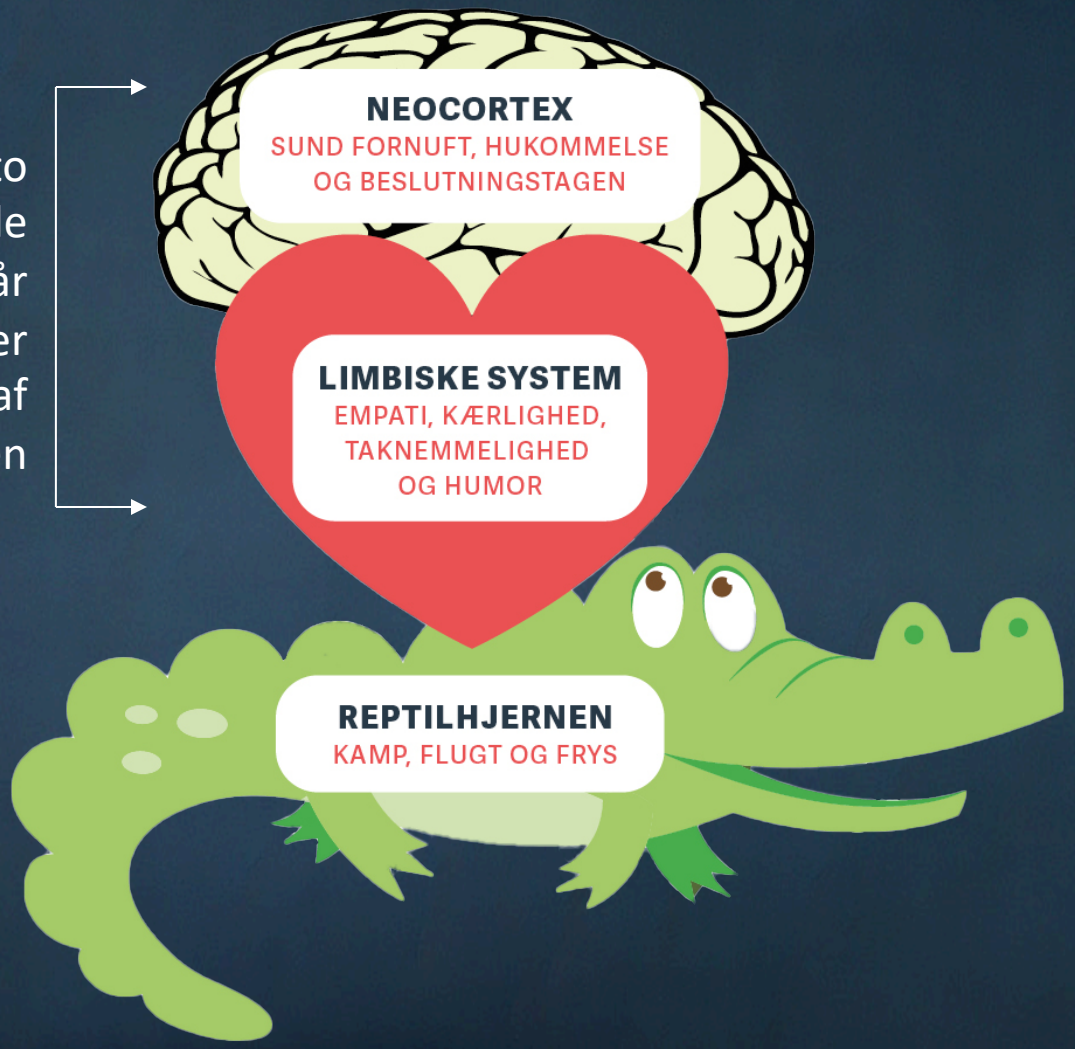
Hvordan smitter vi hinanden med godt humør?

Smittespredningscirklen




MAiL

Disse to hjernedele lukker ned, når hjernen bliver hijacket af krokodille-delen

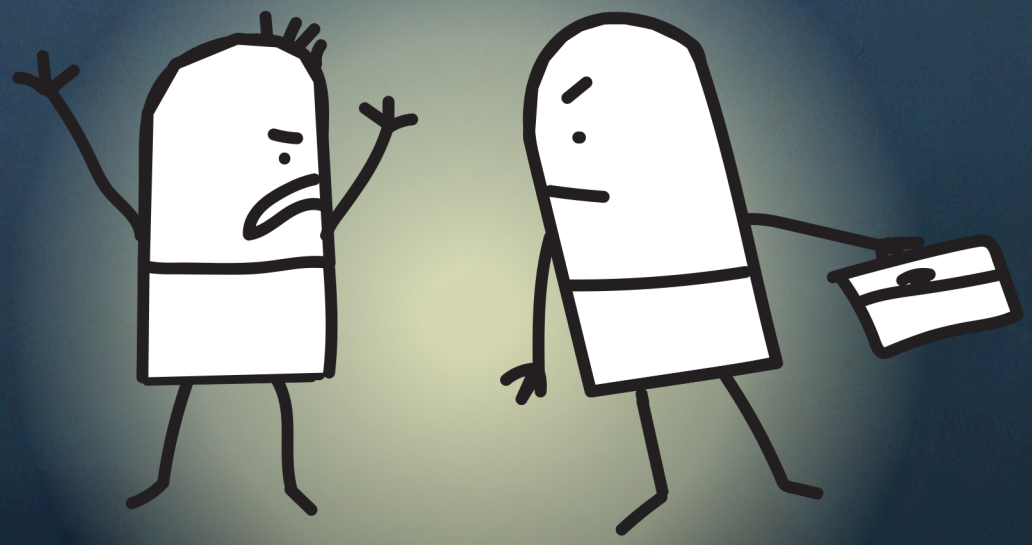


Hvordan forhindrer vi, at vi selv bliver ”Preben”?

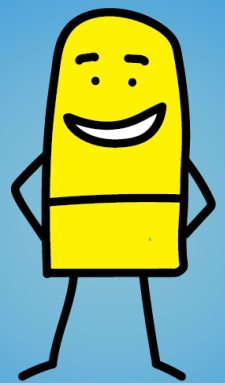
Hvad gør vi for at beskytte os selv mod andres følelsesforurening?

Emotionel Hijacking

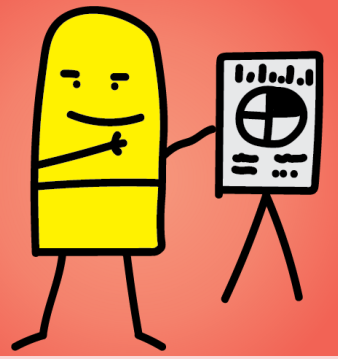
Kend dig selv – hvad kan trigge dig?



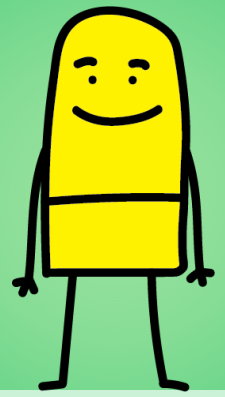
Introvert



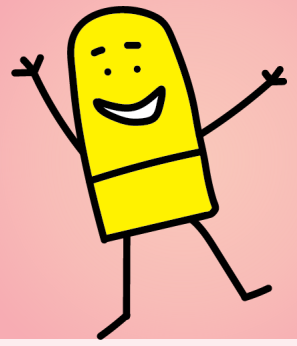
Perfektionist Preben



Resultat Preben



Pligtopfyldende Preben



Pyt Preben

Ekstrovert





”

Feelings are much like waves, we can’t stop them from coming, but we can choose which one to surf.

JONATAN MÅRTENSSON

3 gode huskeregler

1. Andres humør handler sjældent om dig
2. Andre mennesker opfører sig som de gør overfor dig, så længe du giver dem lov
3. Dit humør smitter andre. Spørg dig selv hvad vil du gerne smitte med og hvad vil du gerne smittes af?

Find mig her:

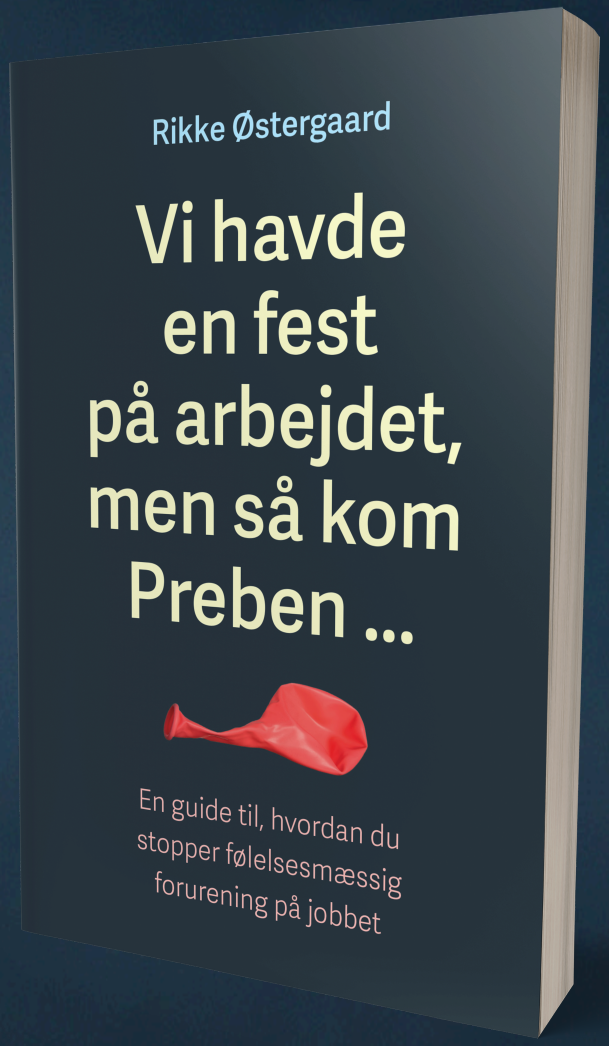
www.rikkeostergaard.com

Erhvervssociologen

Rikke Østergaard

RikkeOestergaard

hello@rikkeostergaard.com



Booking af foredrag hos Kim Ditlevsen fra Athenas
kpd@athenas.dk
tlf. 89 93 22 05