

FOREDRAG

Når ansvar blir identitet

Hvorfor ansvarlige, kompetente og ressurssterke mennesker mister evnen til å ta gode valg for seg selv



Rut Elise Samuelsen
Foredragsholder

Hvorfor mister kompetente, ansvarlige mennesker handlingsrom akkurat når de trenger det mest? Og hvordan kan ledere bidra til at de får det tilbake?

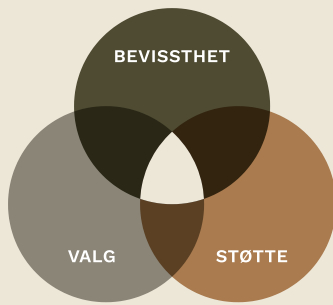
Vi vet ofte hva vi burde gjøre. Likevel gjør vi det ikke. Vi utsetter samtalen. Vi fortsetter litt til. Vi ber ikke om hjelp. Vi blir stående i situasjoner vi egentlig vet ikke er bærekraftige.

Dette foredraget handler ikke først og fremst om utbrenthet. Det handler om identitet, ansvar og de mønstrene som gradvis kan gjøre at vi mister kontakt med egne behov, egne valg og egne grenser.

Med utgangspunkt i egen lederreise, erfaring som HR-direktør og innsikt fra psykologi og nevrovitenskap tar Rut Elise Samuelsen publikum med inn i mekanismene som påvirker hvordan vi tenker, handler og tar valg under press.

«Handlingsrom handler ikke bare om hva vi bør gjøre. Det handler også om hvem vi gir oss selv lov til å være.»

Handlingsrom = bevissthet + valg + støtte



Bevissthet — Hva skjer egentlig med meg?

Valg — Hva kan jeg faktisk gjøre?

Støtte — Hvem hjelper meg å se klarere?

Deltakerne får

- innsikt i hvorfor kunnskap alene sjelden er nok når livet blir krevende
- språk for hvordan ansvar kan gå fra å være noe vi har, til å bli noe vi er
- forståelse for hva psykologi og nevrovitenskap kan lære oss om press, tilhørighet og identitet
- konkrete ledergrep for å hjelpe mennesker å gjenoppdage eget handlingsrom
- spørsmål og verktøy som kan brukes i samtaler, lederutvikling og egen refleksjon

Passer for

- ledere og ledergrupper
- HR og organisasjonsutvikling
- medarbeidere og fagmiljøer
- organisasjoner som vil styrke lederskap, arbeidsmiljø og selvledelse

Format

- Foredrag: 40–50 minutter
- Kan tilpasses som kortere inspirasjonsinnlegg eller lengre workshop
- Tone: personlig, faglig, varm og konkret — med stort rom for humor, refleksjon og selvironi.