



## Gunnel Ryner

### Starta med en positiv revolution

I föreläsningen STARTA EN POSITIV REVOLUTION utgår Gunnel från flera vetenskapliga studier som entydigt visar att den positiva utgångspunkten skapar radikalt bättre resultat i jämförelse med sin motsats - det negativa. Hur gjorde t.ex. företaget Pro Care för att bryta en nedåtgående trend med allt mindre nöjda kunder till att få 95 % helt nöjda kunder? Metodiken Appreciative Inquiry (uppskattande undersökning) som Gunnel använder, kan appliceras från individ till gruppnivå. Du får flera konkreta exempel på hur du praktiskt applicerar kunskapen för att skapa bättre resultat, t.ex. med Positiv omformulering eller att Älta framgångar.

Eftersom Gunnel även är coach ingår ett batteri med frågor, som syftar till att du själv ska hitta fram till ett förhållningssätt, där du mer framgångsrikt utvecklar både dig själv och ditt team. Om du väljer att skifta ditt fokus och mer medvetet utgår från det som är positivt, även när det negativa trycker på, kommer du att få uppleva ett revolutionerande resultat.

Målet med föreläsningen

- Kunskap om hur en övervägande positiv utgångspunkt bidrar till framgång.
- Öva på att finna och utveckla dina styrkor.

---

### Insikt - Coachande frågor

1. Välj en utmaning som du står inför. Gör sedan en positiv omformulering av problemet. M.a.o. - vad vill du ha istället?
2. Händer det att du ältar dina motgångar och misstag? Vad skulle det innebära för dig personligen och för ditt resultat om du började "älta" dina framgångar, det du gjort bra?
3. Välj något som du tycker att du gjort bra sista tiden. Vad var det du gjorde som bidrog till framgången? Varför blev det så bra?
4. Gör en enkel analys under kommande veckan, där du bildar dig en uppfattning om dels hur positiv/negativ du är själv är och dels hur positiv/negativ ditt team är. Hur ser relationen ut mellan plus och minus? Behöver du/ni skifta fokus för att nå dina/era mål?
5. Vem i ditt team kan du stötta genom att uppmuntra hennes/hans styrkor? Vilka styrkor kan hon/han som du kan uppmuntra?