

# RMI - RÄTT MENTAL INSTÄLLNING.

*Så här skapar vi tillsammans toppmotivation i vardagsarbetet.*


FINANSKRIS, VARSEL OCH PERMITTERINGAR TILL TROTS, SÅ SÖKER FÖRETAG I ALLT STÖRRE UTSTRÄCKNING MOTIVATIONSTALARE. PSYKOLOGEN JÖRGEN OOM SOM TALAR OM RÄTT MENTAL INSTÄLLNING ÄR MEST POPULÄR HOS TALARFORUM.

TEXT: JENNY LEXHED BILD: TALARFORUM

JÖRGEN OOM ÄR FRÅN BÖRJAN PSYKOLOG, och började tidigt jobba med mental träning för idrottare. Idag är han en legend när det gäller motivation och en av Sveriges mest efterfrågade talare. I mer än trettio år har han medverkat i drygt 300 företags förändringsprocesser i fler än 30 olika länder.

Hans budskap handlar om rätt mental inställning, RMI. Det är lätt att skylla på omständigheter och på yttre faktorer, men det handlar mycket och mycket om att ta sitt eget ansvar.

Ett av Jörgens motto är 'If it's to be, it's up to me'. Många faktorer spelar naturligtvis in för att nå framgång och en av de viktigaste är stoltheten. Det gäller att vara stolt över sig själv. "Proud people perform", menar Jörgen Oom.

– Alltför många människor fokuserar på sina tillkortakommanden och det de inte kan, istället för att faktiskt se allt de har och saker de är bra på. Det gäller att skifta fokus och att inte gräva ner sig i negativa tankar. Det finns ingen objektiv verklighet, utan du skapar din egen verklighet genom din inställning och hur du ser på världen, fortsätter Jörgen. Och vi måste ha fler medarbetare som vågar mera. Ordet "mod" borde stå oftare i platsannonserna. 

*Vad har du för råd till dem som vill förändra sin inställning till livet?*

FOKUSERA PÅ DET POSITIVA. det du är bra på, så bidrar du till en bättre verklighet. Beröm andra, och inte minst dig själv.

OM DU FASTNAR I ATT ÄLTA/SÄGA negativa sågspån, så akta dig för den passiviserande offermentaliteten: Du måste själv göra något, för att komma vidare.

HA RESPEKT FÖR DETALJERNA. Tänk på en seglare som lägger om rodret aldrig så lite – och sedan konsekvent håller denna nya kurs. På kort sikt märks det ingen större skillnad. Men segla några timmar, så får du se...  
Så uthållighet är viktigt.

SAMARBETE MED SVENSKA MÖTEN

Talarforum har Europas största nätverk med över 7 000 talare, utbildare, experter, underhållare och inspiratörer och erbjuder alltifrån korta effektiva föreläsningar till längre seminarier och utbildningar. Svenska Möten och Talarforum samarbetar för att erbjuda talare till gemensamma kunder med målet att skapa möten som stärker deras attraktions- och konkurrenskraft.

För mer information: [www.talarforum.se](http://www.talarforum.se)

HANS