

Konkrete verktøy for gode samfunnsbyggere

- Metoder som bygger fellesskap og god prestasjonskultur

Utvikle robust ungdom



- som inkluderer alle

Bjørge-Elin Moen, PhD
Leder for «Skolen som samfunnsbygger» i MOT Norge

Team som metode



Individuell kvalifikasjon brukt sammen for å nå felles mål

Marit Breivik
Sommeridrettsjef og ass. toppidrettsjef, Olympiatoppen fram til 01.09.22
Tidligere landslagstrener for Håndballjentene 1994 – 2009
Nestleder i styret i MOT siden 2010



1

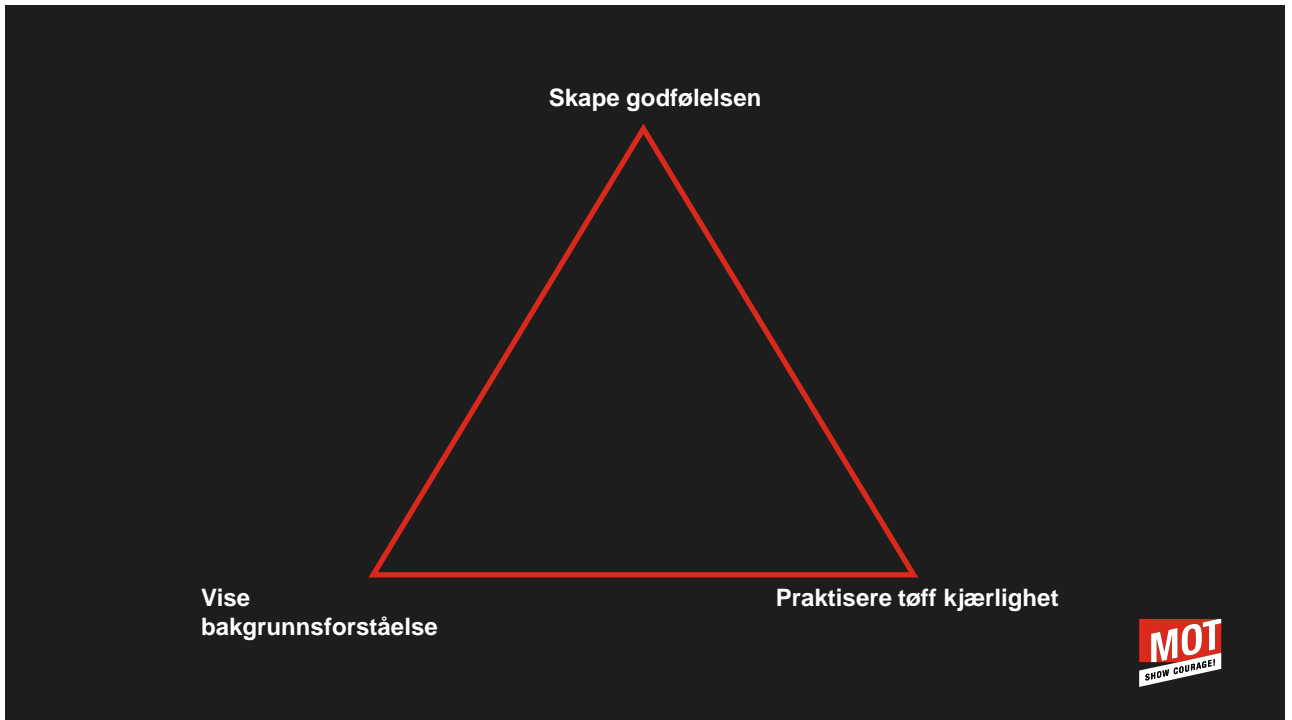
Utvikle robust ungdom



– som inkluderer alle



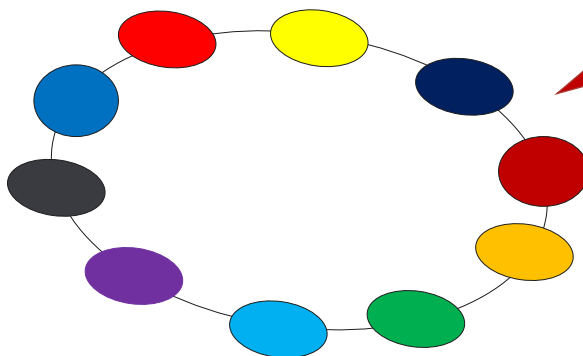
2



3

Når vi har gode nettverk og opplever sosial støtte...

- mestrer vi livet bedre
- tåler vi kriser og belastninger bedre
- blir vi sjeldnere syke og tåler sykdom bedre



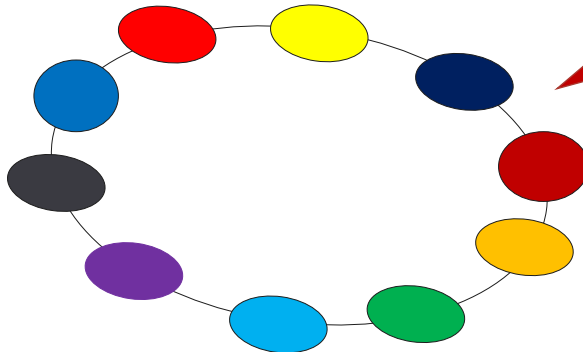
Det sosiale
immun-
forsvaret!

MOT
SHOW COURAGE!

4

Når vi har gode nettverk og opplever sosial støtte...

- mestrer vi livet bedre
- tåler vi kriser og belastninger bedre
- blir vi sjeldnere syke og tåler sykdom bedre



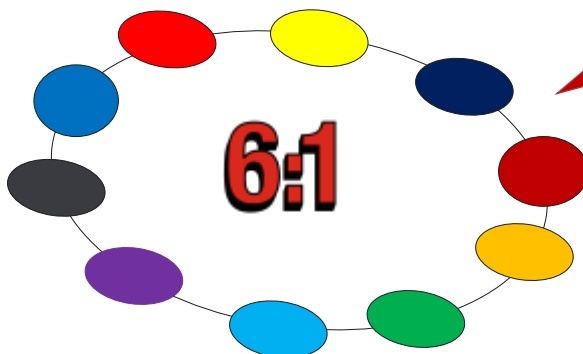
Det sosiale
immun-
forsvaret!



5

Når vi har gode nettverk og opplever sosial støtte...

- mestrer vi livet bedre
- tåler vi kriser og belastninger bedre
- blir vi sjeldnere syke og tåler sykdom bedre



Det sosiale
immun-
forsvaret!



6

Olympiatoppens utviklingsmodell i samarbeid med prioriterte idretter



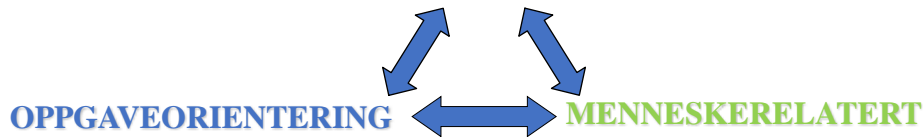
Side 7

7



8

LAGSKVALITETER



- ambisjoner - målsetting
- resultatorientering
- interesse for arbeidsoppgavene
- tro på suksess
- kreativitet
- kvalitet og disiplin
- forandringsvillighet qua planer
- evne til nytenkning
- forbedringsfokusering
- realistiske budsjettammer

- ☺ involvering og medansvar
- ☺ teamorientert
- ☺ konkurranselyst
- ☺ lojalitet og respekt
- ☺ kommunikasjon og coaching
- ☺ konflikthåndtering
- ☺ energistyring - fokus
- ☺ god lagånd - teamorientert
- ☺ åpenhet og gjensidig tillit
- ☺ selvutvikling hos hver enkelt
- ☺ trivsel, humør og begeistring
- ☺ tilhørighet, toleranse, fair play

9

KNAGGER I LAGBYGGING

Lederskap som skaper forståelse og oppslutning gjennom:

INVOLVERING for å skape personlig engasjement og medansvar i forhold til:

- **Mål:** Hensikt – hvorfor er vi sammen, hva ønsker vi å oppnå?
- **Verdier:** Hva er viktig for oss, hvordan vil vi ha det hos oss?
Felleskapets/laget som utvikler av den enkelte og den enkelte som utvikler av fellesskapet/laget
- **Konsekvenser** av mål: Utviklingsfokus - hva prioriterer vi å gjøre og hvordan gjør vi det vi er enige om, individuelt og sammen?
- **Energistyring:** Bruke energi på det du får gjort noe med, trene på det!



10



Together
Everyone
Achieves
More

Team som metode

- Bidra med det du kan **best** inn i teamet
- Lytte til, forstå og ha **tillit** de andre som gjør det samme
- **Sammen** finne fram til det som skal bli et grunnlag for å nå felles mål
- **Action** 😊

11

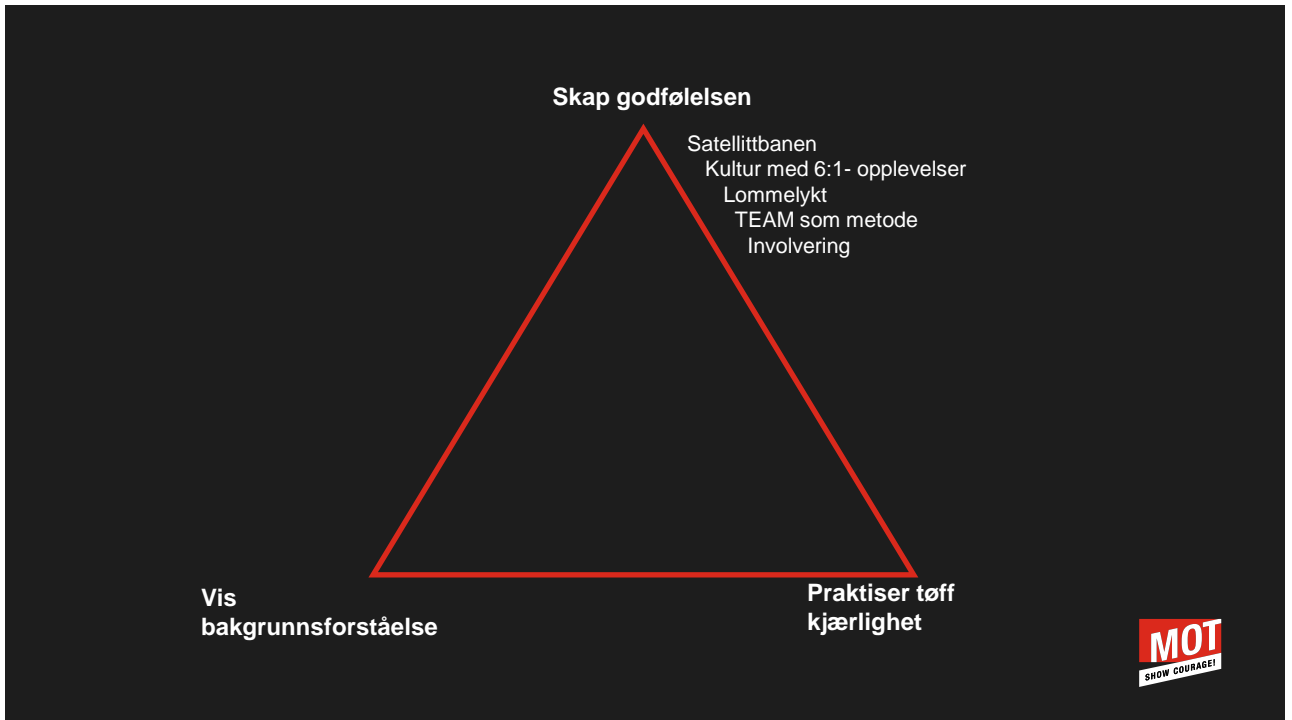
ENERGISTYRING – hvordan kan du bli god til å styre din egen energi?

Fullt psykisk energilager = 100%

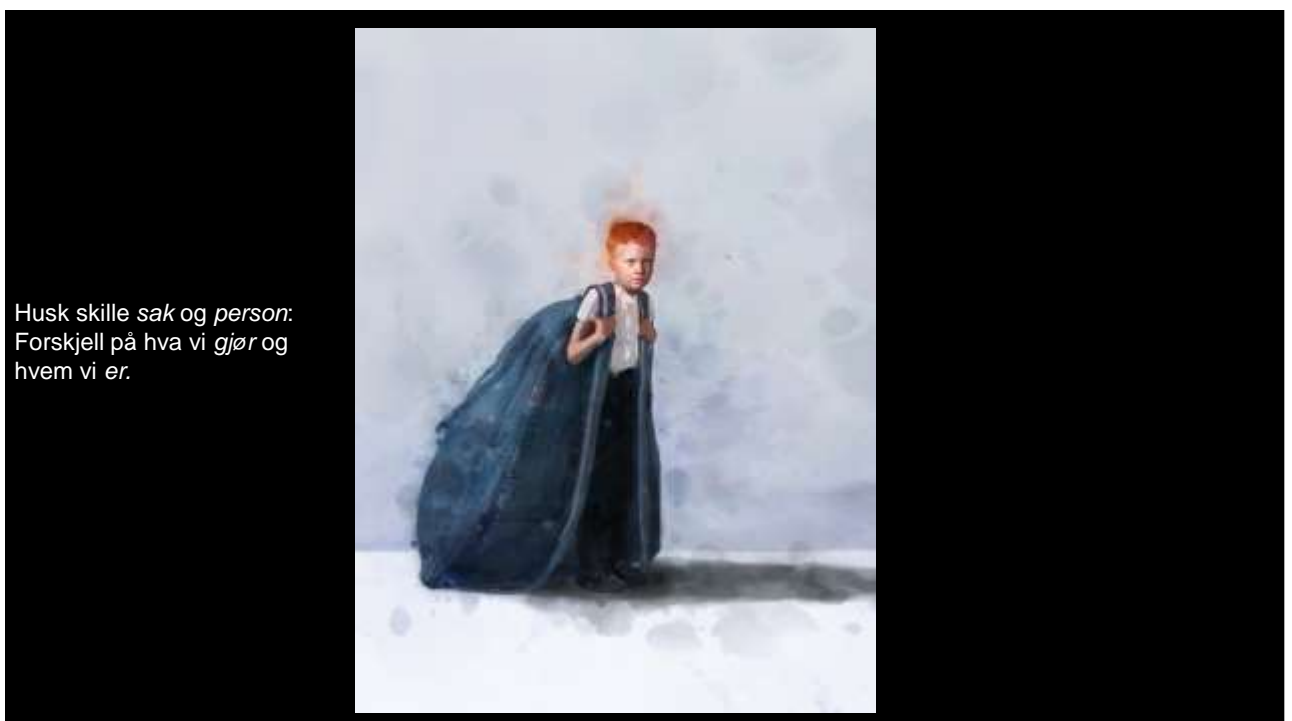
Modell - fritt utviklet etter den danske psykologen Jens Frimodt



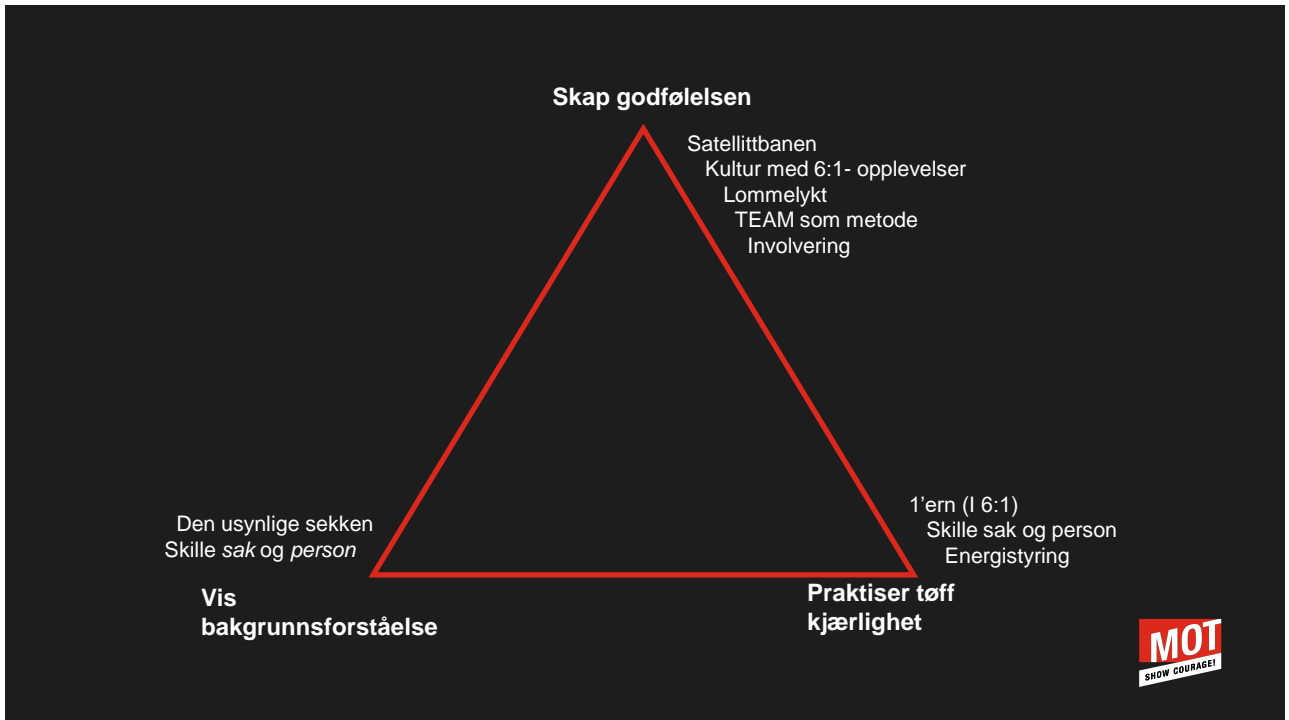
12



13



14



15

Bøker til inspirasjon og nytte

- **Verdsettende ledelse**
Av Siw Skrøvset og Tom Tiller
- **Hjernemysterier**
Av Kari J. Kværner
- **Skolen som samfunnsbygger**
Av Bjørg-Elin Moen og Grete Lillian Moen
- **Relasjonsledelse**
Av Jan Spurkeland



16

