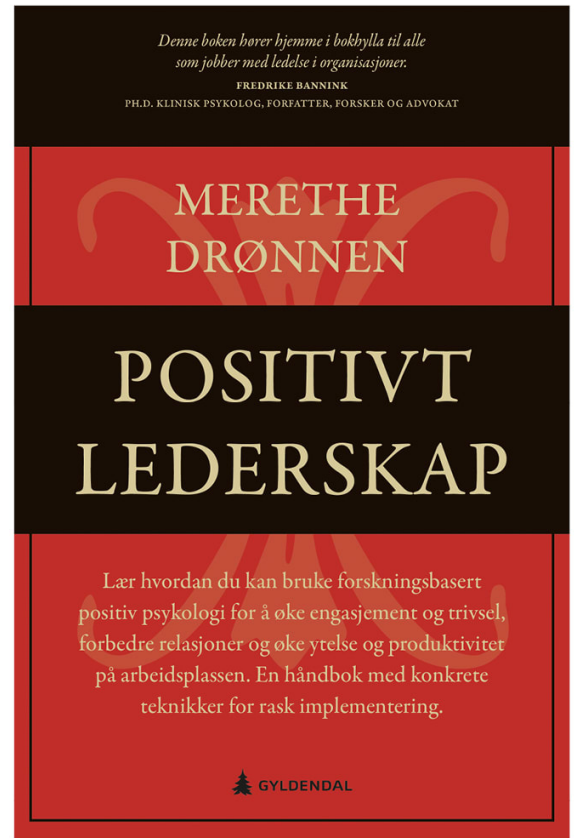




Merethe Drønnen



31-01-2020 08:08 CET

## Positive emosjoner øker arbeidsmotivasjonen

Av Turbo Kommunikasjon v/ Kirsti Kristoffersen

*Forskning viser at fornøyde ansatte produserer mer. Boken «Positivt Lederskap» gir deg teknikkene for å lykkes med å øke engasjementet på arbeidsplassen.*

– Mange ledere kan mye om fagfeltet sitt, men de ville vært tjent med å ha mer kunnskap om mennesker, sier forfatter Merethe Drønnen. Hun har en PhD i Organizational Leadership. I tillegg har hun bakgrunn som personalsjef, pedagogisk-psykologisk rådgiver, teamleder og førsteamanuensis. Med boken

«Positivt lederskap» ønsker hun å hjelpe mennesker og organisasjoner med å nå deres potensial.

– Jeg brenner for å inspirere både enkeltpersoner og ledere. Livet mitt gir mening dersom jeg kan gi andres liv mer mening, sier Drønnen.

## **Positiv psykologi**

I en årrekke har hun avholdt kurs, foredrag og seminarer innen ledelse, positiv psykologi og motivasjon. Positiv psykologi defineres som studiet av betingelsene og prosessene som bidrar til den optimale fungeringen av mennesker, grupper, organisasjoner og samfunn.

– Positiv psykologi handler blant annet om hvordan man forløser potensialet i sine medarbeidere. Ledere klarer ikke å skape resultater annet enn gjennom medarbeiderne sine. Det er en vinn-vinn-situasjon for alle å jobbe med dette. Hva er det som trigger motivasjon og booster kreativitet på vår arbeidsplass? Hva inspirerer til ytelse og gir økt trivsel?

Boken er bygget på vitenskapsbasert forskning for å bistå ledere med å skape disse vinn-vinn-situasjonene, øke trivsel, få ut potensial og øke arbeidsengasjementet på arbeidsplassen.

– Det er påvist gjennom forskning at uengasjerte medarbeidere har 37 % høyere fravær, og 18 % lavere produktivitet enn gjennomsnittet, sier Drønnen.

– Om man skaper en arena der man kan fokusere på ting som går bra i organisasjonen, skaper man positive emosjoner. Det finnes mye forskning rundt hva de positive emosjonene gjør med mennesker. Boken har blant annet et kapittel om at positivt lederskap kan ha konkret innvirkning og effekt på bl.a. blodtrykk og betennelsesnivået i kroppen. Kort fortalt kan mer positive emosjoner på arbeidsplassen gjøre at du får friskere medarbeidere, sier hun.

*Hvem er boken for?*

– Boken er spisset mot ledere. Men alle som ønsker å forstå de menneskelige mekanismene for hva som skaper motivasjon og hvilke psykologiske kriterier

som gjør at mennesker presterer og fungerer optimalt, kan ha nytte av å lese den.

– Boken gir også konkrete teknikker for organisasjonsanalyser og tiltak for å forbedre kommunikasjon og relasjoner. Samt eksempler fra store bedrifter som Microsoft, Disney, IBM og Google som har brukt teknikker fra positiv psykologi i sine bedrifter. For eksempel har Microsofts øverste leder, Satya Nadella, skapt en vekstbasert kultur basert på positiv psykologi. Det har gitt økt kreativitet, engasjement og også økonomisk vekst i selskapet. Disney og Google har også etablert sine kulturer basert på teknikker fra positiv psykologi, sier Drønnen.

*Hva slags arbeidsplass kan man få dersom det IKKE er en positiv kultur der?*

– I boken får man masse forskningsbaserte tall og fakta om hva positiv psykologi-teknikker på arbeidsplassen gir av *return* og *investment*. For eksempel hva som tapes i produksjon og produktivitet med uengasjerte medarbeidere. De som mistrives kan gå inn i det som kalles «aktiv disengagement». Det slår inn på produktivitet, salg, fortjeneste, kvalitet, innovasjon, kundetilfredshet og sykefravær. Det er menneskelige mekanismer, og alle medarbeidere agerer og handler på menneskelig vis. Mer fornøyde ansatte produserer mer, rett og slett.

---

Gyldendal Akademisk er Norges ledende universitets- og høyskoleforlag. Vi dekker et vidt spekter av fagområder, og vi gir deg kompetanse for fremtiden med den mest oppdaterte faglitteraturen og de gode pedagogiske verktøyene.

Bestill presseeksemplarer [her](#).

## Kontaktpersoner



### **Camilla Bruseland**

Pressekontakt  
Kommunikasjonssjef  
cbr@gyldendal.no  
977 17 997



### **Anne Kathrine Aabel Vikanes**

Pressekontakt  
Markedssjef  
Gyldendal Akademisk  
Anne.Kathrine.Vikaner@gyldendal.no  
98 21 82 69



### **Anja Økland**

Pressekontakt  
Markedsansvarlig Kommunikasjon  
Kommunikasjon  
anja.okland@gyldendal.no  
45201339