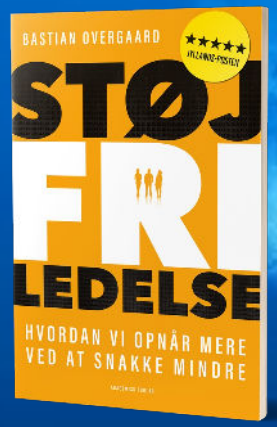
LEDERNE, ZOOM-SESSIONS, JUNI 2023 SLIDES KUN TIL EGEN INSPIRATIN

SILENT PERFORMANCE

SKRU OP FOR DEN GODE LEDELSE



BASTIAN OVERGAARD

STØJ
TØJ
BASTIAN OVERGAARD
STØJ
FRI
LEDELSE
HVORDAN VI OPNÅR MERE
VED AT SNAKKE MINDRE

ordnani

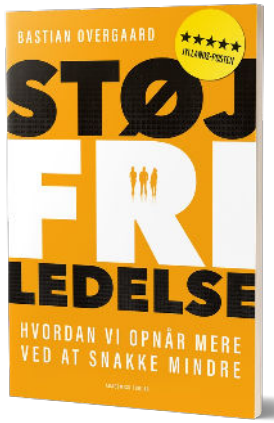
substantiv, fælleskøn

BØJNING: -en

UDTALE: [orna'ni]

BETYDNING: at tale uden at forholde sig til andre i en samtale. at tale længe og/eller om sig selv.

www.bastianovergaard.dk

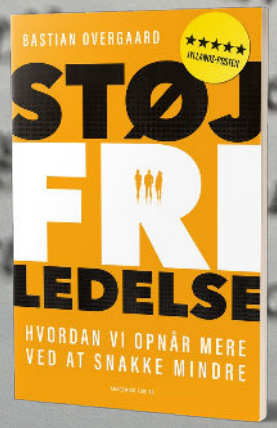


© Copyright 2023 Bastian Overgaard

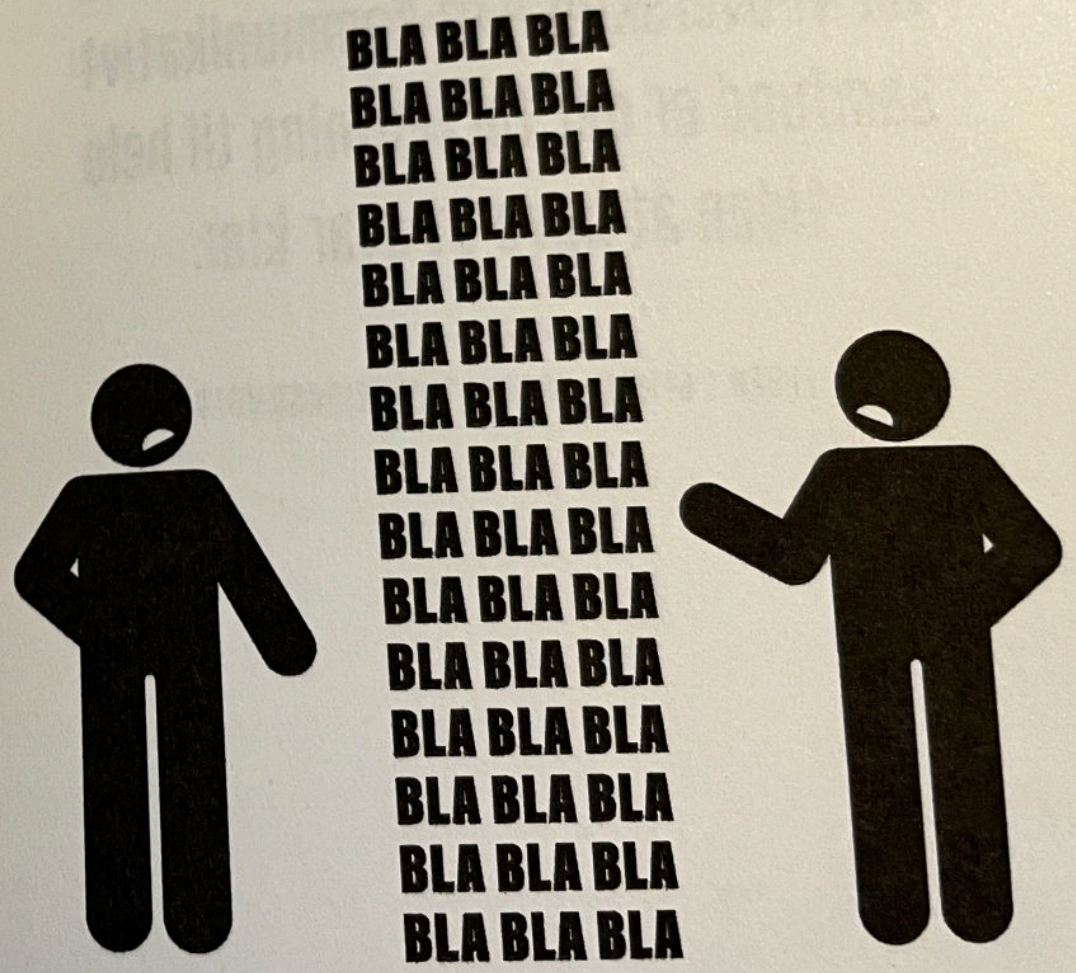
MUREN

hinandens ord langt mere i vores møder og
ved sammen at trykke på mellemrumstasten – altså
tid til fælles stilhed. Det vil skærpe vores hjerne og opm
somhed. Og i den grad øge performance og samhørighed i
rganisation. Når stilheden bruges rigtigt, skaber den
re nærvær, fokus og meningsgivende møder. Den styrk
den tillid og loyalitet, som gør, at vi vil gå en ekstra
inanden.

aliteten på de fleste arbejdspladser er dog, at stilheden
ved sit fravær. At mange møder går fra respektfuld vi-
e kamp om taletid. Og at denne kamp kan
r ægte, dybe og meningsgivende dialoger.
d, at den konstante talestrøm skaber en



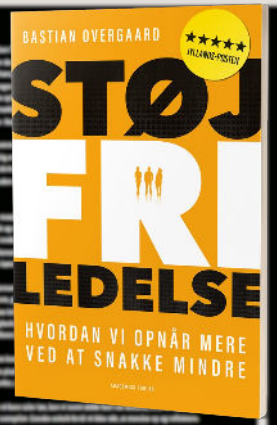
sity of N
adspurgte ledere svarede,
heden for at bringe teamet tættere sammen. Noget af en
erklæring i en verden, hvor samtale efter sigende fremmer for-
stålelsen.



© Copyright 2023 Bastian Overgaard

Lydmur

TVUNGEN MULTI-TASKING MED 9000 ORD/TIMEN



© Copyright 2023 Bastian Overgaard

MENTAL MULTITASKING SPÆNDER BEN FOR:

- Effektiv videndeling
- Mental trivsel
- Kollektiv intelligens
- Psykologisk tryghed
- High Performance Teams

DANIEL KAHNEMANS TO TANKESYSTEMER

SYSTEM 1

HURTIG

UBEVIDST

INSTINKTIV

AUTOPILOT

90%

SYSTEM 2

LANGSOM

ANALYTISK

RATIONEL

ENERGIKRÆVENDE

10%

HVILKET SYSTEM HAR BEDST BETINGELSER, NÅR I HOLDER MØDER MED 9.000 ORD/TIMEN?

© Copyright 2023 Bastian Overgaard

HAR DIN ARBEJDSPLADS RESPEKT FOR "MELLEMRUMMET"?

1.
Back-to-back møder kan mindske din evne til at fokusere og engagere dig

https://www.microsoft.com/en-us/worklab/work-trend-index/brain-research#

2.
At skifte mellem møder kan være en kilde til høj stress

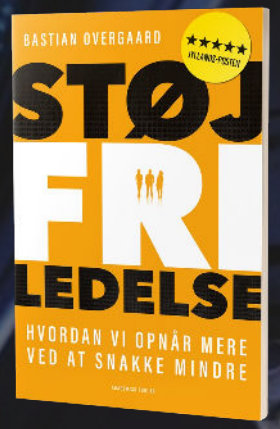
https://www.microsoft.com/en-us/worklab/work-trend-index/brain-research#

3.

Pauser mellem møder giver hjernen mulighed for at "nulstille", hvilket reducerer en kumulativ opbygning af stress på tværs af møder

https://www.microsoft.com/en-us/worklab/work-trend-index/brain-research#

SKAB FÆLLES STØJFRI FÆRDSELSREGLER, SOM SKABER EFFEKTIVE OG HJERNEVENLIGE MØDEKULTURER

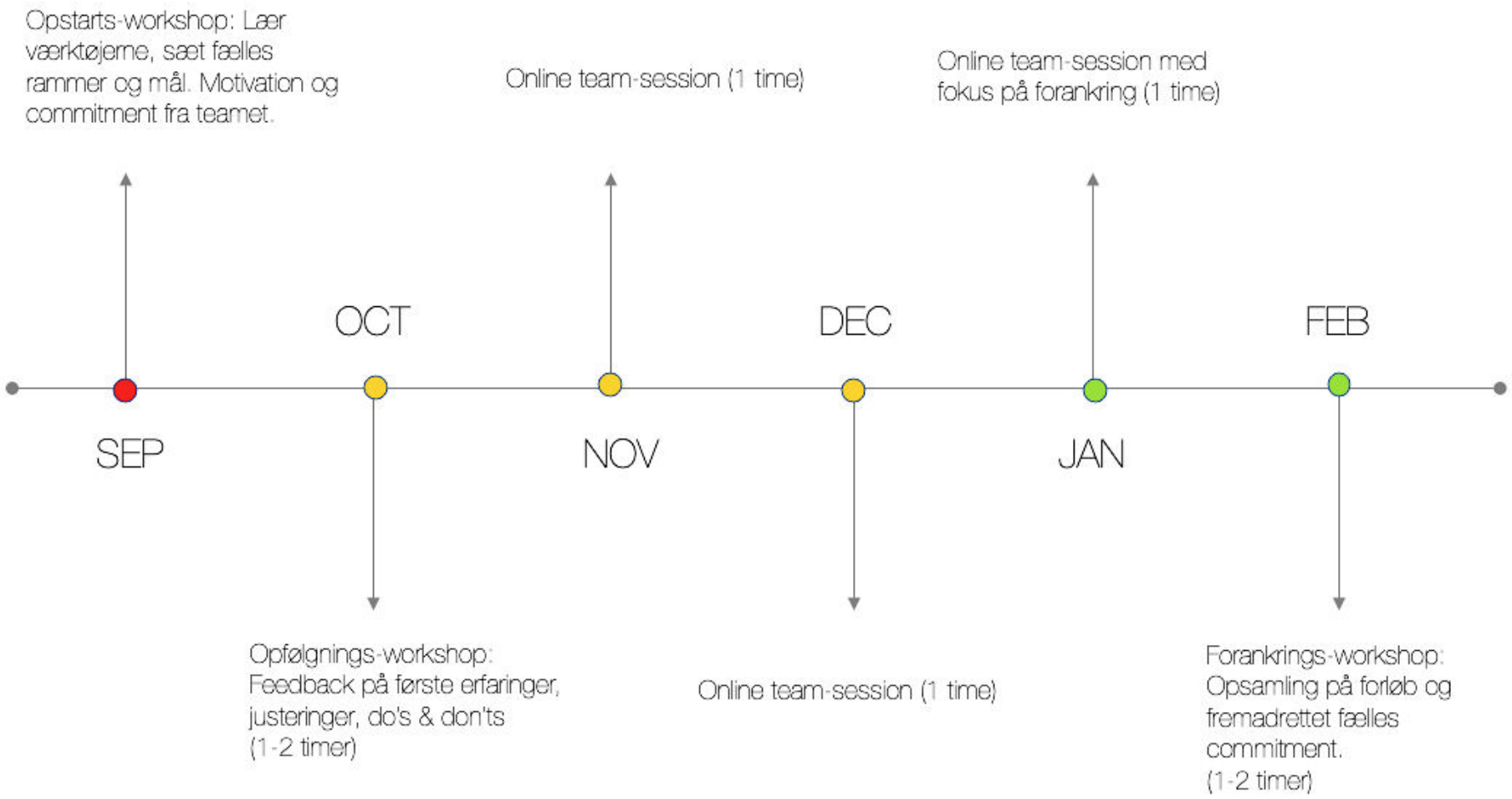


AFGØRENDE FAKTORER I SILENT PERFORMANCE-FACILITERING

1. PRE-FRAMING
2. AUTORITET
3. DYNAMIK
4. TRYGHED
5. SAMSKABELSE
6. JUSTERING
7. COMMITMENT

© Copyright 2023 Bastian Overgaard

EKSEMPEL PÅ SILENT PERFORMANCE PROCES



Spørgsmål? Send en mail til info@bastianovergaard.dk

5 AFGØRENDE MÅDER AT BLIVE HØRT, FORSTÅET OG HUSKET PÅ “SCENEN”

- AFLÆS RUMMET
- ETABLER KONTAKT MED MODTAGERNE
- SKAB NÆRVÆR OG AUTORITET MED ØJENKONTAKT
- SMIL OG BRUG TYDELIG MIMIK
- GESTIKULER (MERE END DU TROR, DU SKAL)

HUSK DIN HORROR VACUI-TRÆNING

TAK

FOR DIN INTERESSE I SILENT PERFORMANCE.

BASTIAN

info@bastianovergaard.dk

Tlf: +45 60609889