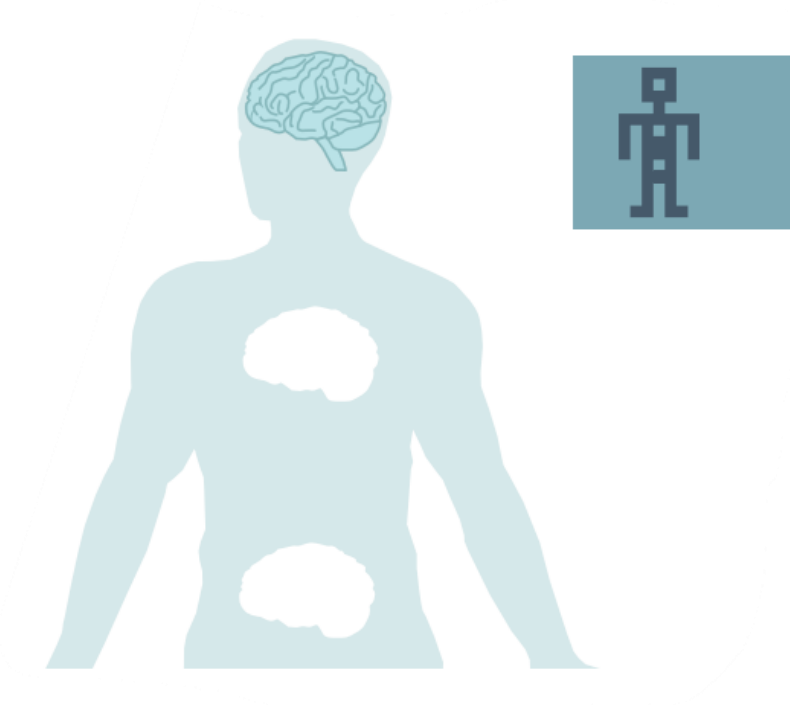


7

Kommunikationsbron

Den kraftfulla lappen – som leder till appen

Mini WS 7 Enzo Hjärnorna



Enzohjärna 1 – den intellektuella hjärnan. Här skapar du tankar.

Enzohjärna 2 – den känslomässiga hjärnan. Här doppas tanken i känslan.

Enzohjärna 3 – hjärnan för våra val. Här fattar du dina beslut.

Varje dag tar du hundratals medvetna beslut, ofta är det jobbigt att bestämma sig. Framtidsplaner, problem som måste lösas, eller en dröm som ska förverkligas. Det är i din kropp, som världen växer fram. Tacka dina sinnen för det. Men tänk på att det är du, som tolkar och sätter samman alla dessa intryck, din absolut unika bild av världen, en bild som också bestämmer vilka beslut du kommer att ta.

Enzoway kan hjälpa dig att göra detta på ett mer medvetet sätt.

Hur känns det i din kropp när du skall ta ett viktigt beslut? Lite oro? Kanske en stigande rädsla som sprider sig. Kanske biter du ihop och stänger av, kopplar bort en del av din hjärna från resten av kroppen. Vi kan kalla den delen Enzohjärna 1. Den är väldigt viktig. Här har du förståndet och tankeförmågan. Men den här hjärnan klarar sig inte ensam.

Föreställ dig nu att du har två hjärnor till. Vi kan kalla dem Enzohjärna 2 och 3

I magen hittar vi hjärna 2. Den ställer frågan: hur känns det här beslutet?

I bröstet hittar vi hjärna 3. Den ställer frågan: vad vill du, egentligen? Det här är beslutshjärnan.

Utan hjärna 2 och 3, klarar sig inte hjärna 1. Faktum är att ingen av dessa hjärnor klarar själva att ta kloka beslut.

– Låt alla dina hjärnor delta i dina beslut

Du skapar en tanke i Enzohjärna 1.

Du doppar denna i känslan, Enzohjärna 2.

Innan du väljer, fattar ditt beslut och agerar ut i ett beteende, så kyl gärna ner känslan en vända med ditt intellekt i hjärna 1, innan du går till hjärna 3. Där fattar du ditt beslut och skrider till handling. Detta minskar risken för "mental drift" och ökar möjligheterna för dig att välja det liv du vill leva – också i förhållande till människor som är viktiga för dig.

(Mental Driftgång är när vi tar till något som för stunden laddar ur oss känslomässigt, men som vi djupast sett vet inte hjälper att på riktigt ta oss vidare. Tex. social media, sötsaker osv.)

Den optimala ordningen för att bäst utnyttja de tre Enzohjärnorna är 1 – 2 – 1 – 3

Hur gör du med alla val?

Låt oss ta ett exempel: Fredrik funderar på att byta jobb. Han lägger fram både för- och nackdelar; lön, karriärmöjligheter och annat. Men det är nåt som skaver. Han känner en oro i magen. Vill jag verkligen ha förändring? tänker han. Det finns ju inget som garanterar att mitt liv blir bättre.

Han tycker inte om att leva i osäkerhet

Tillbaka till hjärna 1. Han tänker: hur ser det större perspektivet ut? Lite uttråkad på jobbet, javisst, men det finns också möjligheter att lära sig något nytt. Det är dags att höja nivån i mitt jobb, men är det värt risken?

Nu har han perspektivet klart. Han fattar sitt beslut, och det gör han i hjärna 3.

Vilket beslut tror du han tog?

– Använd hela din kropp när du tar beslut och låt alla dina hjärnor delta



Övning:

Jobba 2 och 2, tänk ut vars ett dilemma eller ett beslut du ska fatta.

Led varandra genom processen och fråga, Utifrån det dilemma eller beslut du inte vet riktigt hur du ska hantera;

Enzohjärna 1 – Den Intellektuella Hjärnan:

- Saknar du inom något område intellektuell kunskap och upplever du snömos och "mörker"?
 - Upplever du att du behöver mer av intellektuell kunskap för att hantera det här? Är svaret "Ja" så införskaffa denna kunskap och du kommer uppleva dig starkare.
 - Är svaret "Nej" gå vidare till Enzo Hjärna nr 2.
-
-

Enzohjärna 2 – Den känslomässiga hjärnan:

- Upplever du en känslomässig oro?
 - Har du dig själv och mig, mitt, mina för mycket i fokus?
 - Vilka berörs av den du är?
 - Tänker du mest på dig själv och hur väl du ska uppfattas i den här situationen? Är svaret "Ja" så begränsa antalet inblandade, fokusera på hur du kan bidra till andra. Är svaret "Nej" gå vidare till Enzo Hjärna nr 3.
-
-

Enzohjärna 3 – Hjärnan för våra val:

- Upplever du en tvekan om vad du ska välja?
 - Upplever du att det kan finnas konsekvenser du inte kan överblicka? Är svaret "Ja" – vilket det blir om du svarat "Nej" på Enzo Hjärnorna nr 1 & nr 2 – fokusera då på Enzoeckvationen och hitta störningsmoment att eliminera.
-
-

Uppgift:

Ta med dig modellen Enzohjärnorna och prova att fatta beslut utifrån modellen.

Läs novellen nedan

Referenserfarenhet:

Vad är din reflektion och upplevelse om att fatta beslut utifrån modellen Enzohjärnorna?

.....

.....

.....

Novell

De Tre Enzo Hjärnorna

Pia satt på sitt kontor på LegoTech AB, stirrande på den senaste rapporten som låg uppslagen framför henne. Kurvor och tabeller visade tydligt hur ett av företagets enheter, en liten fabrik belägen på en småort utanför storstäderna, halkade efter. Det här var en plats där människorna litade på fabriken för sina jobb och sitt levebröd, och Pia visste att något drastiskt behövde göras för att säkerställa både fabriken och ortens överlevnad.

Företaget hade arbetat med Enzoway Metoden i flera år, och Pia kände sig trygg i sina färdigheter att kommunicera och processleda sitt team på ett respektfullt och inspirerande sätt. Men det här var en situation som krävde mer än bra kommunikation. Det krävde beslut som skulle påverka människors liv på ett djupt sätt.

Hon reste sig upp och gick bort till sin whiteboard, där hon skrev, utifrån Modellen: "De Tre Enzo Hjärnorna", upp sina tankar i tre kolumner: Enzohjärna 1, 2 och 3. Metoden var vetenskaplig men också humanistisk, något som Pia verkligen uppskattade. Den bad henne att se på saker och ting, också problem utifrån tre perspektiv: intellekt, känslor och val.

Först tänkte hon på intellektet, Enzohjärna 1. Saknade hon kunskap om något som kunde hjälpa henne hantera situationen bättre? Hon kände sig säker på att hon hade all nödvändig information om företagets ekonomi, produktionskapacitet och de potentiella partnerföretagen för en fusion. Med en suck, markerade hon den kolumnen som klar och gick vidare till Enzohjärna 2.

Den känslomässiga hjärnan. Pia kände en betydande tyngd i magen när hon tänkte på de anställda på fabriken och deras familjer. Hon visste att ett beslut om fusion skulle innebära förändringar, kanske till och med nedskärningar. Oro och obehag kröp sig på, en rädsla för att förstöra liv och samhällen. Även om fabriken levererade suboptimalt, var den hjärtat av den lilla orten. Här fick

hon påminna sig själv att tänka på hur hon kunde bidra till andra, utan att låta sina egna rädslor äta upp henne.

Hon gick vidare till Enzohjärna 3 – beslutshjärnan. Här var tvekan stor. Hon kunde inte helt överblicka konsekvenserna av en fusion, men hon kunde känna riktningen. Fabriken och ortens överlevnad behövde en starkare ekonomisk bas och det skulle bara vara möjligt genom en fusion. Frågan var hur detta kunde göras med största möjliga värdighet och respekt.

På eftermiddagen satt företagsledningen tillsammans. HR, de olika affärsdelarna och Pia. Alla visste att de behövde arbeta tätt samman för att lyckas. Hon presenterade sin analys baserat på Enzohjärnorna och föreslog att man skulle engagera lokalsamhället i beslutsprocessen.

"Vi måste överväga hur vi kan hjälpa de anställda att övergå till nya roller, kanske till och med nya jobb på andra platser inom företaget", föreslog HR-chefen. "Vi behöver involvera dem tidigt, så att de känner sig delaktiga i processen och inte bara som offer för den."

Affärsdelen höll med, och nu utan att klaga då de byggt upp en större tillit tillsammans med HR och de visste att HR strävade efter att förstå deras verksamhet snarare än att i all välvilja pröva styra den. Enzoway Metoden hade gett dem det gemensamma språket de behövde och föreslog att man kunde satsa på att utveckla den lilla fabriken till en spetsenhet inom en specifik nisch, vilket i sig kunde rädda många jobb.

Under de närmaste veckorna arbetade de med att skapa workshops och möten där de anställda fick komma till tals. De diskuterade oro, hopp och framtid tillsammans. Pia såg gång på gång hur Enzoway Metoden förstärkte deras förmåga att ta medvetna beslut och arbeta tillsammans i enlighet med värdighet och respekt.

Slutresultatet blev en fusion, men på ett sätt som stärkte banden mellan huvudkontoret och den lilla orten. Fabriken fick nya teknologiska investeringar, och de flesta arbetsplatserna räddades.

Pia kände en känsla av både lättnad och stolthet. Hon hade nu vuxit ännu lite mera som både människa och ledare och förstått att det bästa sättet att hantera svåra beslut var att använda hela sin kropp och själ – sina tre Enzohjärnor – för att förstå och agera med både medkänsla och förnuft.