

”Lokalavisen; nær og kjær”

– hva, hvorfor, hvordan.....?

LLAs landsmøte



Bergen lørdag 29 mars 2014

✉ trond@trondhaukedal.no

🌐 www.trondhaukedal.no

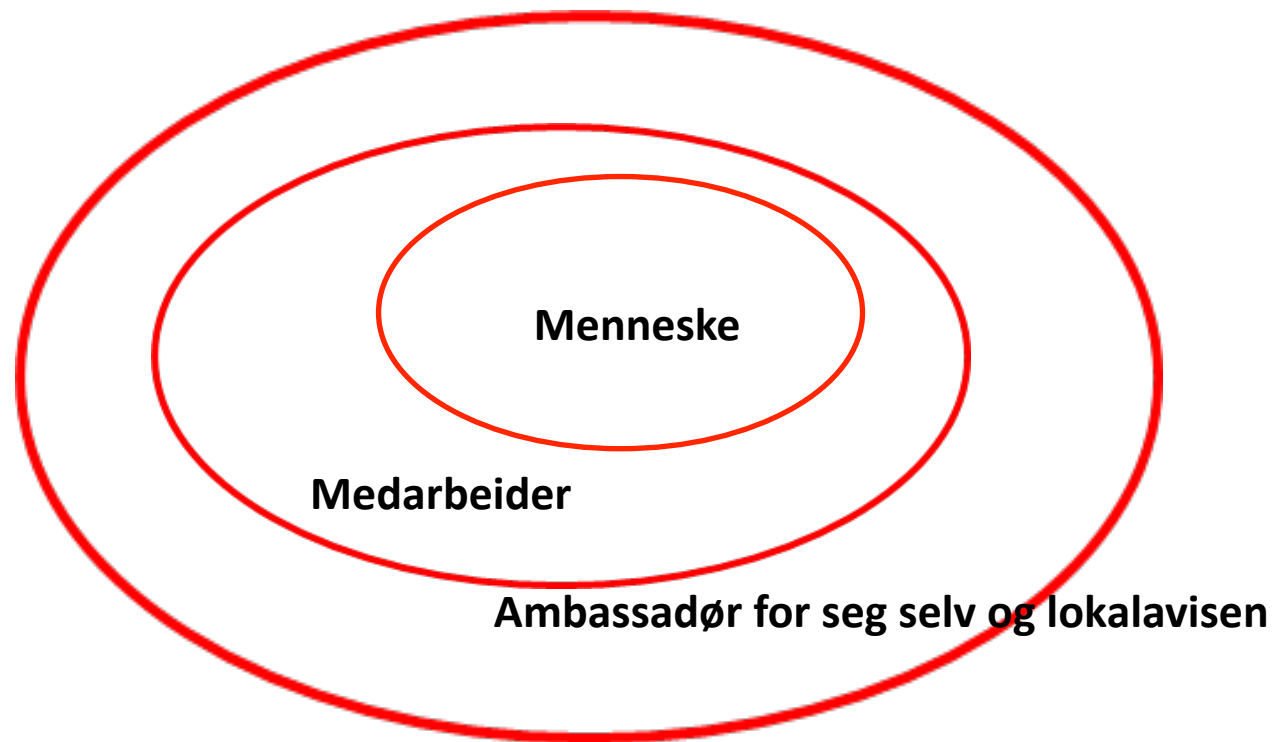
📘 Trond Haukedal AS

☎ +47 95 80 95 44



Trond Haukedal

Menneske først :



Trond Haukedal

Den robuste lokalavisen:

- **Personlig trygghet og egenbevissthet:**

Oversikt og bevissthet over hvem vi er og hvorfor vi er til. Målbevisst. Ydmyk og respektfull i vårt møte med lesere, annonsører og mennesker. Åpne og positive.

- **Holdning og engasjement:**

Evne til å tro på oss selv. At vi er virkelig tilstede i eget liv og bruker energien vår konstruktivt. Vi våger å delta fullt og helhjertet i hverdagens mange hendelser.

- **Offensive, vi våger å ta utfordringer:**

Ønsker og våger å bli utfordret og stimulert. Tolererer usikkerhet og vet at enkelte tilbakeslag er naturlig og lærerikt. Men vi mister aldri troen.



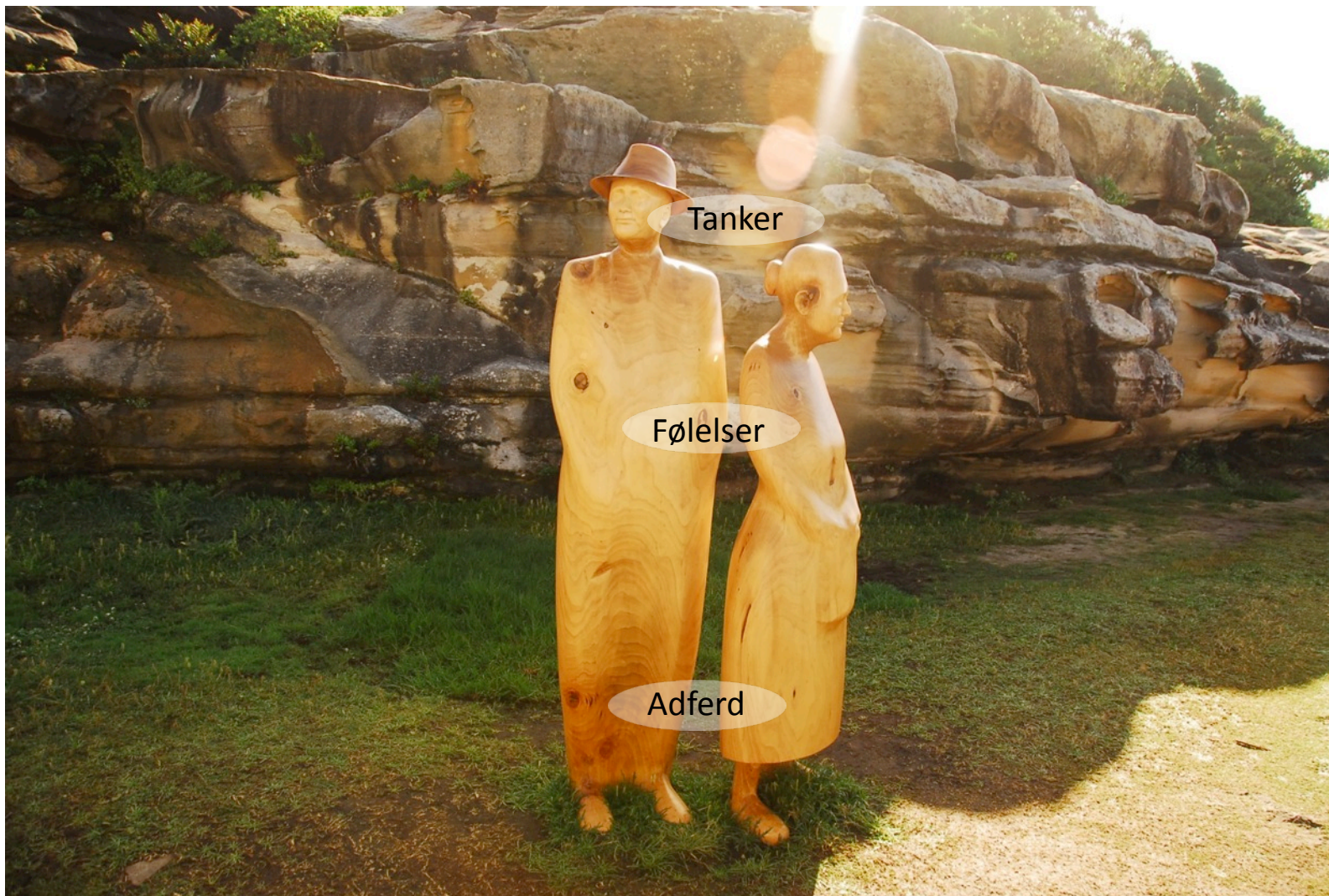
Trond Haukedal

Hvorfor er «jeg» her ?



Trond Haukedal

Vi må tenke *følelser* fordi det er det som styrer oss :



Trond Haukedal

Hva skaper relasjonskvalitet ?

- Empati/ holdning/ menneskesyn
- Selvbilde/ personlighet/ kommunikasjonsprofil
- Kunnskap om følelser
- Rolletrygghet

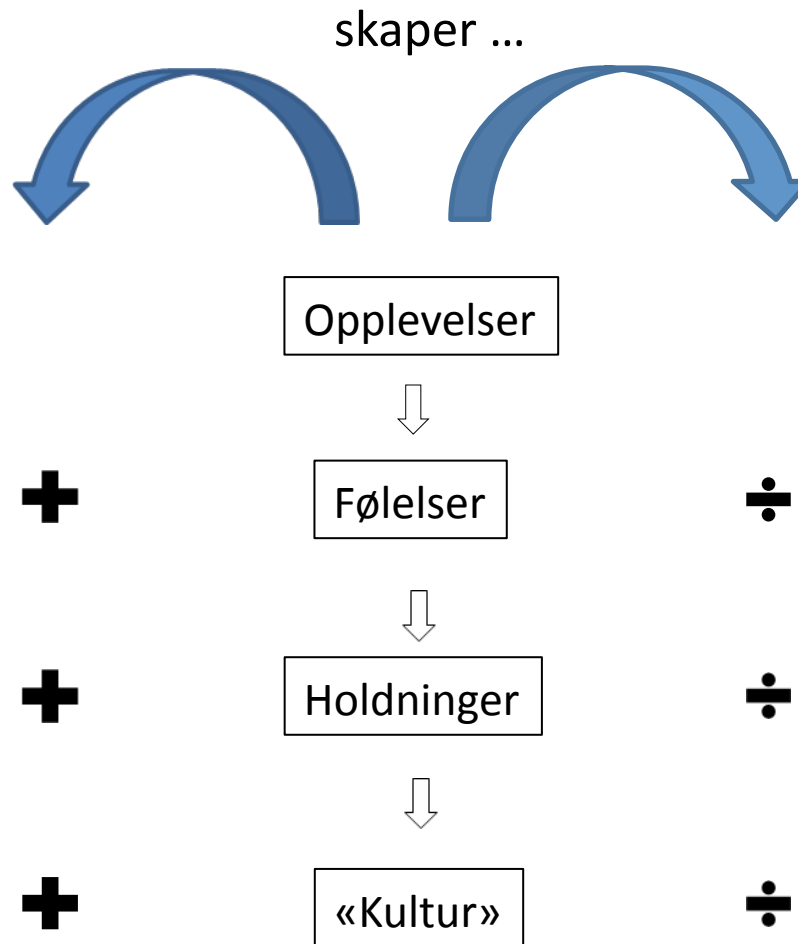


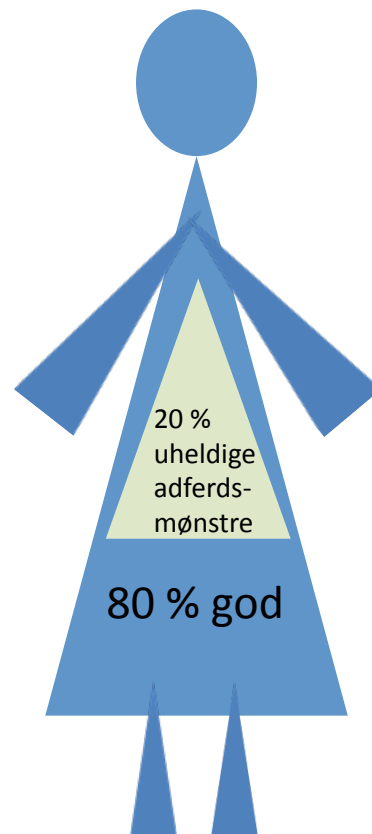
Trond Haukedal

Et «fullt» utviklet menneske balanserer mellom:

- Å se; observerer verden på en objektiv måte basert på bevisste verdier (SQ)
- Å tenke; reflekterende og undrende. Søker mening og sammenheng (IQ)
- Å føle; kjenner på følelser og hva de forteller oss (EQ)
- Å handle; sluttresultatet i prosessen. Refleks vs. reaksjon







Trond Haukedal

”Lokalavisen skal bygge følelsmessig egenkapital”

INNSKUDD :

- Å være
- Framsnakke
- Motivasjon
- Bli sett
- Aktiv
- Langsom tid
- «Ekte opplevelser»
- Selvhevdende
- Inkludering
- Rettferdighet
- Ros / få bekreftelser
- Takknemlighet
- Holde avtaler med seg selv

Vs.

UTTAK:

- Prestere
- Baksnakke
- Krav
- Avvise
- Passiv
- Hurtig tid
- «Liksom opplevelser»
- Være passiv / aggressiv
- Styring
- Likhet
- Så tvil
- Misnøye
- Svikte seg selv



Trond Haukedal