

## Fler fallexempel

### Mats

Mats är chef och har vänlighet bland sina toppstyrkor. Han låter Maria arbeta hemifrån tre dagar i veckan för att hennes barn är svårt sjukt och behöver stöd under tillfrisknandet. Camilla, Marias kollega som har rättvisa som toppstyrka, blir upprörd och tycker det är orättvist. Om Camilla tar till en annan av sina toppstyrkor, till exempel perspektivförmåga, kan hon arbeta med sin upprördhet och påminna sig om att Mats agerar utifrån sin vänlighet och medmänsklighet. Hon kan då öva på att inse att det ligger i företagets intresse att behålla sina medarbetare.

### Linn

Linn har varit egenföretagare i några år. Efter att hon fått sitt VIA-resultat insåg hon att hon undvikit att söka jobb på grund av osäkerhet inför sina styrkor. Hon trivdes ok på sitt förra jobb men det gick åt oerhört mycket energi och hon inser nu att hon överanvände sin sociala intelligens och sin laganda. Hon lät alla komma till sin rätt i gruppen och kände hela tiden av hur alla mådde. I rollen som egenföretagare får hon däremot använda sin kreativitet och sin nyfikenhet, styrkor som hon hämmat i sin förra roll. Efter att ha blivit medveten om vad hon levererar bäst resultat inom är det lättare för Linn att kommunicera. Nu, då hon återigen söker jobb, är hon mer säker på vad hon vill och vad hon kan bidra med, likväl som hon vet vad hon inte ska söka eller göra. Nu söker hon jobb som passar hennes styrkor och har lättare för att kommunicera dessa i intervjuer. Linn använde sig av att vända sin nyfikenhet inåt i motsats till sitt vanliga sätt att använda nyfikenheten, utåt. Nu insåg nya saker om sig själv då hon tog hjälp av sin nyfikenhet och utforskade vad som helt enkelt fängade hennes intresse.

### Tina

Tina blir lite nedslagen när hon tänker på att hon under hela sitt liv (34 år) lagt nästan all uppmärksamhet på att tänka på sina fel hon har och vad de kan bero på. Tänk om hon hade lagt ner bara hälften av den tiden på att hitta och förstärka sina styrkor i motsats till att fastna i allt som är fel med henne. År ut och år in har hon funderat på varför hon är som hon är och mått dåligt över att vara hon. Acceptansen och självförtroendet kom när hon insåg att hon älskar att filosofera och tänka igenom saker noggrant. Hon har både kritiskt tänkande/öppenhet och eftertänksamhet bland sina toppstyrkor.

### Eva-Lena

Eva-Lena gillar sitt jobb som kurator, hon trivs som allra bäst när hon märker att hon gör en skillnad, när hon hjälper någon ung tjej eller kille. Hon har vänlighet, perspektivförmåga och tacksamhet som sina toppstyrkor, rättvisa kommer strax därefter. Hon blev full i skratt när hon läste sitt VIA-resultat. Skolan som hon jobbar på har integrerat styrkebaserat arbete på samtliga nivåer. Helt fantastiskt, anser Eva-Lena. Under den mer ingående genomgången hon fick på jobbet, blev hon varse om att hon faktiskt kan använda mer av hennes tre toppstyrkor, hålla tillbaka på rättvisan emellanåt och utgå från perspektivförmågan när hon fastnar för länge i rättvist/orättvist. Den är bra emellanåt men inte alltid. Definitionsfrågan är ju också enorm, vad är rättvist, egentligen? Här märks Eva-Lenas perspektivförmåga tydligt, hon vänder den gärna inåt mot sig själv. Det har hänt att vänligheten är för stark, så Eva-Lena missar att ta sig hemåt i tid till sina båda tonåringar. Något som hon behöver balansera, så vänligheten är i balans i båda kontexterna: på jobbet och hemma.

## Maja

Maja har ledarskap, entusiasm/energi och vänlighet bland sina toppstyrkor. Andra lägger märke till Majas entusiasm och energi och hur hon tar sig an det mesta hon gör med fart och fläkt. Hennes arbetskamrater uppfattar den äventyrlighet som genomsyrar flera av de aktiviteter som hon ägnar sig åt. Maja organiserar och leder olika projekt hemma och på jobbet, hon frågar alltid hur andra mår, tar sig tid att lyssna på svaren, ställer alltid upp och hjälper andra och är alltid vänlig mot dem hon möter.

## Emma

Emma berättar att ”min anpassningsförmåga kan kännas som en bortkastad talang när jag ska planera sex månader i förväg. Min lärare i skolan pratade om mig som ”hon som inte gör någonting förrän i sista minuten”. En förändring jag gjort, baserat på vilka konsekvenser det här får i mitt liv, är att jag planerar möten en vecka istället för flera månader i förväg. Det ger mitt team den framförhållning de behöver och jag kan fortfarande utgå från mina styrkor”.

## Vera

Vera känner sig ofta stressad på sitt jobb. Hon har många möten och känner aldrig att hon får tid över till att lyssna in sig själv och fundera över vad hon själv tänker och tycker. Hon har inte tid att ”landa”, som hon själv uttrycker sig. För att ändra på situationen bokade hon in tid för sig själv i sin egen kalender. Efter att ha fått insikt i att hon underanvände styrkorna öppenhet/kritiskt tänkande och kreativitet, såg hon till att skapa sammanhang där hon kunde använda dem mer.

## Mattias

Mattias älskar att tävla. Det ger honom energi. Under de två veckor då han arbetade med att styrkehitta visade det sig redan efter någon dag att det var Mattias tydligaste styrka. En annan sak som visade sig, som han inte insett tidigare, var att han trivdes bra med att tävla i lag. Han ville gärna utmana andra i organisationen med olika säljtävlingar. Han älskade speciellt när det är extra snävt och han inte visste om han skulle klara det eller inte. Den andra styrkan som blev tydlig var därmed laganda, att vara en del av en grupp. Nästa steg för Mattias är att hitta fler aktiviteter, situationer och sammanhang som han får energi av. I Mattias anteckningar kan man läsa: ”Jag känner mig stark när jag säljer, speciellt i samband med säljtävlingar där det är högt tempo och bra drag i gruppen.”