

## ARTIKEL

# Fra fastlås til fri: Energis kraft i projektledelse



Artiklen er skrevet af **Mette Dal Pedersen, Thomas Schmidt og Henning R. Jensen.**

***Humanize Consult** består af masse ekspert konsulenter, som er et samskabende fællesskab som har til formål at udbrede denne nye ledelse og organisations form ud i virksomhederne. Vi er erfarne og med en stor viden indenfor udvikling af fremtidens ledere og organisationer*

**Energi er ikke blot et abstrakt begreb – det er en reel ressource, som påvirker os, vores ledelse og vores evne til at skabe resultater. Når vi erkender, at vores intentioner og observationer kan påvirke projekters forløb - ligesom kvantefysik viser, at observation påvirker partikeladfærd - åbner vi op for en ny tilgang, hvor vi kan skabe et miljø, hvor innovation, trivsel og samarbejde kan blomstre. Og det bringer os tættere på succes.**

I en verden, hvor projekter bliver stadig mere komplekse og målene mere ambitiøse, afhænger succes ikke længere kun af tekniske færdigheder, strategier og rammeværktøjer. Projektledelse ser ofte ud til at mangle en dimension, en dybere, usynlig kraft, som kan have større indflydelse på samarbejde og resultater, end vi normalt antager. Ifølge kvantefysikken er alting i universet energi – en konstant udveksling og sammenhæng, der forbinder alt, lige fra små atomer til komplekse følelser og tanker. Hvad sker der, hvis vi inddrager dette energiperspektiv i vores tilgang til projektledelse?

Denne artikel udforsker, hvordan en bevidst forståelse af energi kan være en afgørende faktor i projektledelse, der gør forskellen mellem fastlåsning og fri udfoldelse og således kan forbedre vores evner til at samarbejde.

*Projektledelse ser ofte ud til at mangle en dimension, en dybere, usynlig kraft, som kan have større indflydelse på samarbejde og resultater, end vi normalt antager.*

## Energiens rolle i projektledelse: En ny dimension for succes og trivsel

Atomere og subatomare partikler som protoner, neutroner og elektroner er alle energifænomener, der kan beskrives matematisk ved hjælp af bølgeligninger. I kvantemekanikken beskrives energi ofte som felter.

Det gælder også for virksomheder og organisationer - samt projekter. En organisation består af et samlet energifelt, der er summen af de interaktioner, som ledere og medarbejdere hver dag udfører og gennemlever, når de samarbejder. Men hvad er energi egentlig for en størrelse? Energi er ikke bare strøm, der trækkes ud af stikkontakten. Energi er det hele, fordi alting er opbygget af partikler, der er energi i bevægelse – selv tanker og følelser kan måles til at være en energi vi udsender. Der er energi inden i os, imellem os og uden for os. Energi spiller en kæmpe rolle og næsten altid også meget overset rolle i ledelse og projektledelse. Rolle for hvad? Jo for:

- hvordan vi som individer trives samt bliver den bedste udgave af os selv, og
- hvordan vi i fællesskab præsterer på det marked, vi befinder os på i sund konkurrence med andre aktører.
- hvordan vores organisationer og projekt-teams, som helhed trives

Hvorfor er dette energifelt vigtigt? En høj grad af energi i projektteamet understøtter kommunikation, samarbejdsevne og innovation. Omvendt kan en lav energitilstand medføre stress, manglende motivation og en højere risiko for konflikter. Mange projekter, der fejler, gør det ikke udelukkende på grund af tekniske eller strategiske mangler; men fordi energien i teamet ikke støtter op om projektets mål. Energiens påvirkning kan altså være en skjult faktor, der potentielt påvirker projektets succes.

## Energi.....den skjulte faktor

Energi er til stede i alt, hvad vi gør, og den påvirker os i langt højere grad, end vi ofte bevidst tænker over. Energi kan både tiltrække og frastøde mennesker, skabe tillid eller fremme stress og spændinger. Vores tanker og følelser styres i høj grad af denne energi – jo mere vi evner at gøre energien bevidst, desto bedre mulighed har vi for at skabe trivsel og positive interaktioner i teamet. Det kræver dog, at vi først bliver opmærksomme på de forskellige energiformer, der eksisterer i et projekt.

For at forstå dette kan vi tænke på et velkendt fænomen: Følelsen af "god energi" i et rum. Når vi træder ind i et miljø med en positiv energi, kan vi opleve en lethed og lyst til at bidrage, og det samme gør sig gældende i et projektteam. Omvendt kan vi opleve en fornemmelse af tung energi, der hæmmer vores kreativitet og motivation, hvilket ofte sker, når der er manglende åbenhed eller negative følelser i teamet.

En af de mest kraftfulde tilstande, hvor energi kommer til udtryk, er "flow." Flow er den tilstand, hvor vi føler os fuldt opslugte af en opgave og glemmer tid og sted. I denne tilstand arbejder vi ikke kun effektivt, men oplever også en dyb følelse af mening og engagement. Flow kan opnås, når der skabes et miljø, hvor teammedlemmer føler sig trygge, anerkendte og motiverede til at arbejde med deres fulde potentiale.

*Energi er til stede i alt, hvad vi gør, og den påvirker os i langt højere grad, end vi ofte tænker over.*

## Flow og energi - et fælles felt for succes

Flow og følelsen af god energi er ofte kollektiv og opstår, når teamet bevæger sig i samme retning. Energien danner et elektrisk felt, der skaber sammenhæng eller en form for kommunikation. Naturen giver os mange eksempler på dette fælles felt, det er det, der fx sker, når tusindvis af stære om efteråret finder sammen og flyver i de formationer, vi kender som "sort sol". Stærene danner et elektrisk felt, der skaber tæt forbindelse eller kommunikation mellem de individuelle stære. For projektteams betyder dette, at hver enkelt persons energi bidrager til et samlet felt, som både påvirker effektiviteten og samarbejdsevnen.

Når projektledelsen anerkender denne energiudveksling, kan de arbejde målrettet på at skabe et felt, hvor teamet kan præstere optimalt. Hvis energien i teamet er lav, vil det føre til friktion og lavere trivsel, hvilket kan underminere hele projektet. Derimod kan en høj energi og fælles retning skabe en stærk sammenhængskraft, som gør teamet stærkt, modstandsdygtigt og kreativt. Ved at anerkende energiens kraft og arbejde bevidst med den, kan projektledere hjælpe teamet med at gå fra fastlåst til fri – og åbne op for nye muligheder og løsninger, som ellers ikke ville være tilgængelige.

## En energibevidst ledelsestilgang

En energibevidst ledelsestilgang handler om at forstå og skabe harmoni mellem tanker, følelser og handlinger. Ved at forstå og udnytte energi bevidst i projektledelse kan vi forbedre teamets kreativitet og produktivitet.

Når projektlederen og teamet tager ansvar for deres egen energi og velvære, skabes et arbejdsmiljø, hvor alle trives, så projektlederen og teamet kan bevæge sig fra fastlåst energi til fri og dynamisk energi. Dette

indebærer, at projektlederen ikke blot fokuserer på mål og deadlines, men også på, hvordan teamets energi og motivation understøtter projektet. Når vi individuelt tager ansvar for vores egen energi og aktivt bidrager med positiv energi påvirker vi vores omgivelser, vores teams, og skaber en atmosfære, hvor alle føler sig hørt og værdsat.

*Vi skal holde alle 'inde i varmen', da vi alle er en del af summen af energien.*

Vi er summen af energien i organisationen, så derfor skal vi sikre, at hver enkelt deltager har muligheden for på sin måde at få vendt ting, der går én på. Vi skal skabe den kultur for at balancere energien i teamet, så den forbliver høj - og dermed giver en glad og stærk energi at være i. Det giver nemlig stærkt sammenhold og fællesskab, hvor ingen føler sig udenfor. Vi skal holde alle 'inde i varmen', da vi alle er en del af summen af energien.

I praksis betyder det, at projektlederen skal være opmærksom på både egen og teamets energitilstand. Denne bevidsthed kan skabes gennem refleksion og praktiske teknikker. Ved at etablere et miljø, hvor energi er en accepteret og vigtig ressource, kan vi skabe resultater, der overstiger traditionelle tilgange.

Vi taler om at gå fra en fastlåst energi til at frigøre en energi, der tiltrækker muligheder og skaber fundamentet for samarbejde, kreativitet og trivsel.

Vi taler også om bundlinje og 'sundlinje'. En traditionel tilgang til ledelse og projektstyring har et bundlinje-fokus i form af finans, strategi, styringsapparater som for eksempel PRINCE2, Agil etcetera. En energibevidst tilgang har både fokus på bundlinjen og det, vi kalder 'sundlinje', som er de menneskelige faktorer som trivsel, energi, følelser, tillid og indstilling. "Sundlinje" er et udtryk for de faktorer du umiddelbart ikke kan se, men sagtens kan aflæse i "effektivitetstal,

missede deadlines, antal sygedage, medarbejder tilfredshed & kundetilfredshed

## At forberede energien i møder og samarbejde

En energibevidst projektleder er opmærksom på, hvordan energi kan skifte og påvirke teamet. Forberedelsen til et møde eller en præsentation kan eksempelvis indebære bevidst energistyring, hvor projektlederen sørger for at bringe en positiv energi ind i rummet. Ved at skabe et trygt, tillidsfuldt og inspirerende miljø vil teammedlemmerne have lettere ved at bidrage med deres fulde potentiale og kreative ideer.

Når vi bringer energien ind som en del af vores forberedelse til møder, kan vi skabe en mere konstruktiv og opløftende atmosfære, der tiltrækker nye løsninger og muligheder. Dette kræver en bevidst indsats fra projektlederen, som kan vælge at visualisere en positiv energi, anerkende teammedlemmernes styrker og sørge for, at alle føler sig inkluderet og set. Denne tilgang er en praktisk måde at implementere energibevidst projektledelse på i hverdagen.

*Når energien i rummet er højere, så skaber vi andre resultater, da vi tiltrækker andre løsninger og muligheder.*

Lad os kort se på et konkret eksempel: Vores energiniveau kan på et øjeblik skifte fra højt til lavt, fra positivt til negativt. De fleste tror, at det skyldes ydre påvirkninger, men i virkeligheden handler det om, hvor bevidst vi forholder os til situationen. Og vi kan benytte denne viden til at forberede os på møder, på præsentationer og samarbejdssituationer i et projekt. Vi har ansvaret for vores egen energi, og vi kan sørge for at bringe en god og positiv energi ind i rummet – og bruge det som mental forberedelse til de

møder, præsentationer eller forhandlinger, som vi indgår i. Når energien i rummet er højere, så skaber vi andre resultater, da vi tiltrækker andre løsninger og muligheder. Det vil sige, at vi kan benytte vores energibevidsthed til at vise handlekraft. Den slags aspekter er vigtige at få med i projektledelsen sideløbende med alle de gode styringsapparater.

## **En helhedsorienteret tilgang: Fra hoved til hjerte og handling**

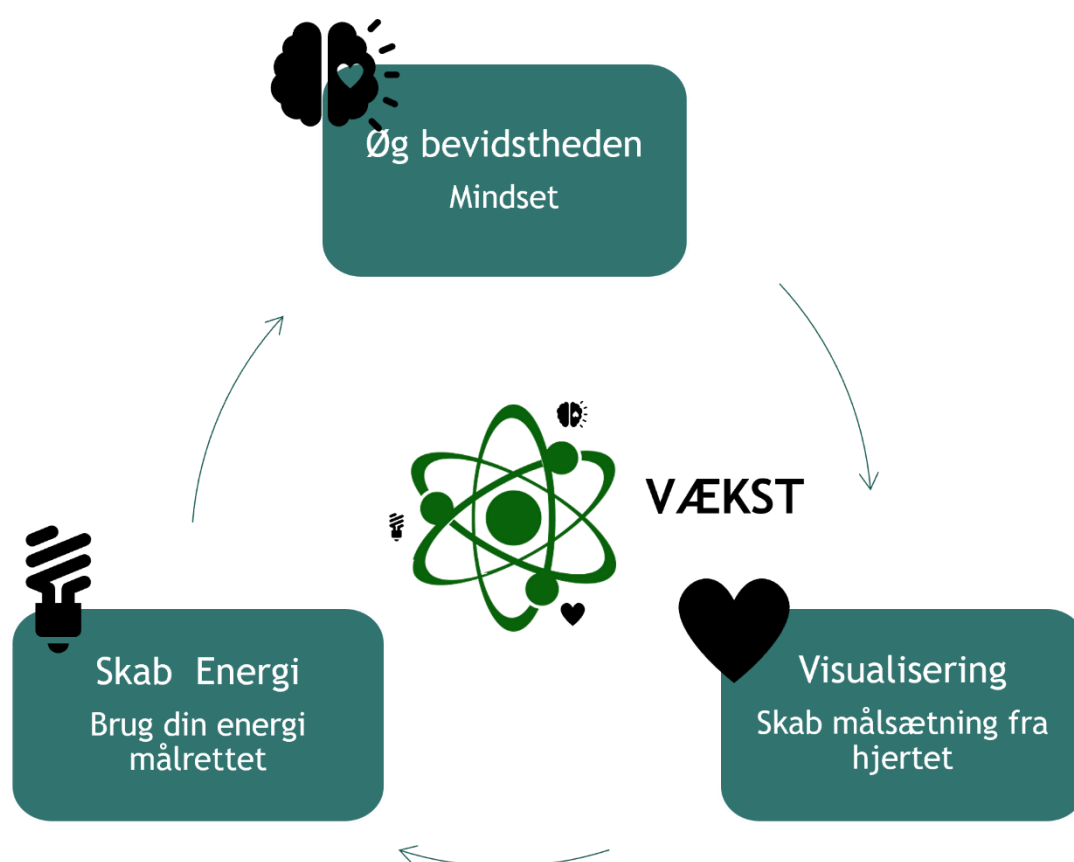
Mange traditionelle projektstyringsværktøjer fokuserer på mål og strategier, men en energibevidst tilgang tilbyder en dybere dimension, der tager højde for de menneskelige faktorer. Vores uddannelsesmoduler i moderne projektledelse arbejder med både hoved, hjerte og handling for at styrke projektlederens indsigt i egen rolle, egen kraft og potentiale. Ved at skabe en kultur, der bygger på tillid og læring, kan projektteams omfavne fejl som en kilde til ny læring og udvikling.

Denne helhedsorienterede tilgang til projektledelse forvandler projekter fra blot at være opgaver til at være meningsfulde samspil, hvor mennesker har mulighed for at udfolde sig fuldt ud og skabe resultater i fællesskab. Ved at integrere energi som en aktiv del af projektledelsen skaber vi fundamentet for både produktivitet og personlig udvikling.



## Modellen til skabelse af nyt projektsyn

Elementer som trænes og implementeres i projektorganisationer. Du får både nye indsigter i din egen rolle som leder, du vil stå stærkere i dig selv som menneske, men du får også en viden som skaber nyt fundament for dine projekter i organisationen



*Humanize Consult* et konsulenthus, der løfter lederskabet i individet samt i måden organisationen leverer sit lederskab på. Vi skaber den bedste version af alle mennesker og organisationer, så de kan træde kraftfuldt ud i verden.