

Tänk om det fanns ett enkelt sätt att berätta hur du mår för din chef eller arbetsgrupp? Kraftcoachen Lena Gennerud driver företaget Hejdadig och har skapat en metod som förenar personalhälsa med affärsutveckling. Hon har uppfunnit en valuta för att tydliggöra vad som ger och tar energi i våra liv. Men i stället för ören och kronor räknar hon kraftpoäng.

Text: Astrid Feldreich

# Få balans i kraftekonomin



ILLUSTRATOR: ÅSA GUSTAFSSON

Samspelet på jobbet påverkar både hur vi mår och presterar. Det går att öka saldot på kraftkontot!

I sju år var Lena Gennerud reklamchef med personalansvar på ett utbildningsföretag. I takt med att allt fler stora projekt hamnade på hennes bord, och brist på kommunikation om rätt saker på jobbet, så gick hon in i väggen.

– Om du tänker dig att jag var en bensinmätare så lyste den röda varningslampan på kontrollpanelen. Jag fyllde inte på med nytt bränsle. Kraftekonomi handlar om att bli medveten om vad som ger och tar kraft, både i arbetslivet och privat. Att hålla koll på vår kraftekonomi hjälper oss också att fatta nya beslut och hejda oss för att hålla oss starka, säger Lena, vars företag är döpt till Hejdadig som en påminnelse om att stanna upp och tänka till.

Lena började fundera på varför många bara kör på tills all inspiration tar slut. Och vad en medarbetare som inte har "tankat" utan fortsätter sin resa med tom tank kostar ett företag egentligen. Hon insåg att det fanns ett enkelt sätt att omvandla hur vi mår och vad som påverkar oss till något mätbart – kraftpoäng, med förkortningen KP. Vad är då syftet med att omvandla hur vi mår till kraftpoäng?

– Kraftpoäng gör det möjligt att prata om mjuka värden i hårda termer. Det synliggör både vad som är bra och dåligt. Många upplever att det här med känslor är flummigt. Jag ville visa att det är lätt att göra konkret och faktiskt handlar om ren ekonomi i slutändan.



Lena Gennerud.

## En neutral kommunikationskanal

Begreppet kraftekonomi föddes ur att Lena kände att hon saknade en enkel kanal, ett gemensamt språk, med vilket hon kunde kommunicera med sin chef. Hon menar att "skit i systemet" som aldrig kommer fram i ljuset stjälar kraft som behövs för utveckling. Och missnöje som ligger och gror inom en grupp växer om ingen sätter ord på problemet.

– Mycket i livet är svårt att ta tag i och prata om. Även små problem kan bli en kostsam utgift på sikt. Säg att tre personer är upprörda över att de måste gå till avdelningen bredvid för att använda skrivaren varje dag. Det kanske kostar dem ett visst antal kraftpoäng varje dag. Med kraftekonomis hjälp kan de mäta vad en trasig skrivare kostar företaget och presentera för chefen. På så vis blir det sakligt och alla kan se vad en förbättring innebär, säger hon.

## KP-höjare på kontoret

Kraftekonomi handlar om både personalhälsa, internkommunikation och affärsutveckling. För trots att många vill skilja på känslor och siffror hänger de oundvikligen ihop. Lena jobbar med säljteam som vill vässa sig, coachar chefer och hjälper grupper att hitta ett konkret verktyg till förbättring.

– En person som aldrig fyller på med positiv energi är inte en bra anställd och kollega.

Styrkan med kraftekonomi är att när jag är ute och föreläser får alla i gruppen tillgång till ett helt nytt språk samtidigt. Det gör att de får ett helt nytt verktyg att tillämpa tillsammans, säger hon.

Till en början får alla i gruppen fylla i en balansräkning, ungefär som en vanlig hushållskassa. Står en personalgrupp inför tuffa tider kan det vara värt att fundera på hur de kan fylla på kraftkontot lite extra för att orka möta en storm som tar mycket kraft.

– En människa fungerar bäst, både på jobbet och privat, när du medvetet kan skapa en balans mellan tillgångar och skulder på KP-kontot. Fundera över hur ditt kraftsaldo ser ut. Ligger du lågt måste du fylla på för att orka med framtida utmaningar, säger Lena. ■