

Innhold

Forord 7

Innledning 9

1: Målprosess 21

Innledning 22

Eksempel fra idretten 25

Eksempel fra næringslivet 31

Hva er kjernen i en målprosess – og hva kan vi lære av målprosesser i en prestasjonskultur? 35

Metode 43

2: Lagorganisering 47

Innledning 48

Eksempel fra næringslivet 49

Eksempel fra idretten: Per Mathias Høgmo og kvinnelandslaget i fotball 56

Hva legger vi i målrettet lagorganisering? 59

Metode 68

3: Kultur, verdier og samspillsregler 71

Innledning 72

Eksempel fra næringslivet: Peppes Pizza 76

Eksempel fra idretten: Prosjekt Vinnerledelse 85

Metode 93

4: Systematisk trening 99

Innledning 100

Eksempel fra idretten: Eventyret Ingrid Kristiansen 102

Eksempel fra næringslivet 113

Metode 120

5: Ledelse 123

Innledning 123

Eksempel fra idretten 127

Eksempel fra næringslivet 130

Hva er grunnen til at du er leder? 134

Hvordan trener vi ledelse? 139

Oppsummering 143

6: Prestasjonscoaching 145

Innledning 146

Eksempel fra idretten 148

Hva er prestasjonscoaching? 150

Eksempel fra næringslivet 156

Ferdighetene i prestasjonscoaching 158

Metode 170

7: Sluttord – det helhetlige perspektivet 175

Litteratur 179