

Innholdsfortegnelse

Forord	5
Kapittel 1	
Introduksjon	13
Innledning	13
Veien videre	15
Kapittel 2	
Makt og påvirkning i praksis	20
Innledning	20
Personlig versus sosial makt	21
Makt og andre «maktaktige» begreper	22
Overbevise eller overtale?	23
Effektene av påvirkning	24
Påvirkning versus hersketeknikker	26
Kapittel 3	
Kilder til makt	29
Innledning	29
Belønning versus straff - ikke to sider av samme sak	30
Legitim makt	32
Referentmakt	34
Ekspertmakt - «Kunnskap er makt»	35
Ubevisst inkompetanse	36
Troverdighet	36
Informasjonsmakt	38
Argumentasjonsmakt	39
Personlighet	40

Ekstroversjon	41
Dominans og maktorientering	42
Andre personlighetstrekk (Big5)	43
Selvbevissthet og bevissthet overfor andre	46
Fleksibilitet	47
Utseende og kjønn	47
Tilsynelatende oppriktighet	48
Personlighet og valg av påvirkningsteknikker	49
«Priming»	50
Styrken på makt	53
Kapittel 4	
Hva makt gjør med oss	56
Makt forandrer	56
Mulighet gjør tyv	57
Fem viktige effekter av å oppleve å ha makt	57
Handlingsorientering og positiv affekt	58
Makt, avmakt og selvsensur	58
Handlingsorientering versus handlingshemming	60
Positive forventninger	60
Initiativ mot ubehag	60
Opplevelsen av å fortjene makt	61
Målorientering og økt instrumentalitet	61
Instrumentell holdning til andre	62
Makt og sex - mål eller middel?	63
Selvorientering og lavere hemninger	63
Mindre empati?	64
Andres perspektiv	64
Makt, berøring og flørt	65
Makt og risikofylt atferd	66
Makt og stereotypisering av andre	67
Makt = uavhengighet?	67
Velmenende nedlatenhet	67
Makt, psykologisk distanse og abstrakt tenkning	68
Hvem blir lettest «korrumpert»?	69
Moralsk identitet	69
Prososial orientering	70
Strategier for å bygge makt	71
Maktbaser	72

Avrunding	72
-----------	----

Kapittel 5

Argumentasjon	73
Innledning	73
Er det nok med gode argumenter?	73
Hakk i platen	75
Maktbaser og argumentasjon	75
Saklig versus god argumentasjon	76
Trist, men sant	76
Alt er relativt	77
Tallenes tale	78
Kun det beste eller godt nok?	79
Retorikk - ikke bare gode argumenter	83

Kapittel 6

Gi og ta - på flere måter	86
Innledning	86
Givers, takers og matchers	86
Smiger	88
Tre måter å smigre på	88
Gevinster av å smigre	89
Konsultering - «Hvilke forslag har du?»	92
Tilrettelegging - «Slik gjør du det!»	93
En personlig appell - «Gjør du det for meg?»	95
Peke på fordeler for den andre - «Det er i din interesse!»	96
Gjenytelser	97
For mye av det gode?	98

Kapittel 7

Inspirasjon - «Yes, we can!»	101
Innledning	101
Kan man lære å bli mer inspirerende?	102
Hva er inspirerende?	103
Positive forventninger	105
Hvem lar seg lettest inspirere?	106
Når fungerer inspirasjon best?	107

Kapittel 8

Hardt mot hardt	108
Innledning	108
Legitimering	108
Press	109
Allianser	110
Ulemper ved harde teknikker	111

Kapittel 9

Raske veier til medgjørighet	112
Innledning	112
Gjensidighetspress - «Gi for å få»	113
Valuta og kreditt	114
Døren-i-ansiktet-teknikken	114
Indre forpliktelse og konsekvens - «Jeg står ved mitt ord»	116
Foten-i-døren-teknikken	116
Få hjelp	117
Egne mål	118
Frivillighet og behov	119
Flertallets lov - «Når de andre viser vei»	120
Gruppetenkning	122
Parkering - hvilken vei da?	123
Så jeg riktig?	124
Like og bli likt - «Jeg liker deg hvis du liker meg»	125
Autoritet	127
«Dette er en kontroll!»	128
Vil du bidra til å redde platypusen?	129
Førsteintrykk av kompetanse	130
Knapphet - «La det ikke glippe!»	131
Triggere versus teknikker	133

Kapittel 10

Digital påvirkning	135
Innledning	135
Smilefjes? 😊	135
Smil - og verden smiler tilbake?	136
Smilefjes = hyggelig og (litt) dum?	137
Smil og få hjelp?	138
Smil og kundetilfredshet	139

Et smil er ikke et smil	139
Hva med «surefjes»? ☹	140
Lurt med bilde?	141
Noen som vil samarbeide med meg?	142
Språkleif	143
Hva får deg til å klikke?	144
I stadig endring	147
Kapittel 11	
Motstand mot påvirkning	148
Innledning	148
Psykologisk motreaksjon	148
Skepsis	151
Motstand mot endring	152
Individuelle forskjeller i tendensen til motstand	155
Avslutning	157
Kapittel 12	
Beholde eller miste makt og påvirkningskraft?	158
Innledning	158
Makt avler makt	158
Tap av makt	159
Avslutning	163
Referanser	165
Sluttnoter	179
Stikkordregister	181