

Min første jobb



Navn: John Peder Egenæs

Alder: 52 år

Stilling: Generalsekretær i Amnesty Internationals norske avdeling

Utdanning: Almennlærer.

Bar bly for å få racersykkel

Etter denne søndagen er John Peder Egenæs sikker på én sak: Det finnes knapt en nordmann som ikke har hørt om Amnesty International.

– Oppmerksomheten som dagens TV-aksjon gir menneskerettighetsorganisasjonen, er uvurderlig, sier Egenæs.

Han er generalsekretær i den norske avleggeren av den verdensomspennende organisasjonen – og en veteran i "faget".

– Jeg har klort meg fast, sier Egenæs om tiden i Amnesty. Han begynte i 1990, bare noen korte måneder etter Berlinmurens fall, og har vært generalsekretær og leder for 35 ansatte i over fem år.

– Hvordan vil du beskrive virkningen av dagens TV-aksjon på Amnesty?

– Nærmest uvurderlig. Jeg får mange reaksjoner fra nettverket vårt utenfor Norge. Det som gjør mest inntrykk, er det faktum at 100000 mennesker stiller opp og banker på absolutt hver eneste bopel i landet. Etter denne dagen vet jeg at knapt en eneste nordmann ikke har hørt om Amnesty, sier Egenæs.

Lørdag morgen for VG

Men før den lange arbeidsdagen i Amnesty var Egenæs lærer og arbeidet mye med spesialpedagogikk. Og Oslo-guttens inntreden i arbeidslivet foregikk hos Verdens Gang i Akersgaten i Oslo i tenårene.

– Jeg møtte opp grytidlig lørdag morgen for å bære bly som var brukt i setteriet. Jeg var en tynn fjortenåring og syntes det ble i meste laget. Men jeg ville skaffe meg en racersykkel og sto på. Jeg husker den følelsen jeg hadde av å tjene enormt med penger, forteller Egenæs.

Senere jobbet han ved siden av skolegang og studier. Egenæs sjekket søppelsjaker og låse portrom. Han var hjemmehjelp og arbeidet på Oslos daværende flyplass Fornebu.

– Jeg har fått sparken én gang i mitt liv. Jeg skulle være med og sandblåse fasader. Jobben skulle gjøres på stillaser. Problemet var at jeg hadde høydeskrekk. Etter den første dagen kom sjefen og foreslo at jeg kanskje burde finne meg noe annet å gjøre, for jeg var jo knapt i stand til å gjøre annet enn å holde meg fast i stillaset. Vi ble fort enige, sier Egenæs.

– Hva lærte du av din inntreden i arbeidslivet?

– Det kan være bra å operere med klare mål for seg selv. Du må jobbe hardt, men du får en enorm tilfredsstillelse av å nå målene dine. Jeg fikk meg den racersykkelen.

– Har du forbilder?

– Ja, faktisk. Det finnes en kvinnelig advokat i Pakistan, Asma Jahandir, som klarer det mesterstykket å kombinere sin virksomhet som advokat – også som spesialrapportør for FN – med aktivistens rolle og engasjement.

– Kunne du tenke deg noe helt annet, en annerledes karriere?

– I guttedagene spilte jeg for Frigg. Guttedrømmen var å spille for Manchester United. Nå er jeg svært tilfreds. Og jeg har alltid muligheten for å vende tilbake til å være lærer for barn og unge, som jeg trivdes veldig godt med, sier Egenæs.

Ulf Peter Hellstrøm



Leder av Kristelig Folkeparti, Knut Arild Hareide, utnytter gjerne transportetappen om morgenen.
FOTO: TOM A. KOLSTAD

Mange ledere føler seg på topp etter en god natts søvn, men er timene før frokost hemmeligheten til suksess?

Sikrer seg suksess før frokost

ARBEIDSDAGEN

AASA CHRISTINE STOLTZ

Som leder er man avhengig av å utnytte tiden. Morgentimene er ikke noe unntak. Vi har snakket med et knippe sjefer om hvordan de utnytter disse gyldne timene.

– Å ha høyt nivå av testosteron og lavt nivå av stresshormoner er en god start på dagen, sier Julie Brodtkorb, administrerende direktør i kommunikasjonsbyrået JLK Group.

Tredemøllen startes hver morgen kl. 6.00 mens resten av huset sover.

– Jeg avslutter alltid løpeøkten med å løpe med hendene over hodet i to minutter, som om jeg har vunnet et løp. Jeg leste en forskningsrapport der det kom frem at ved å være i en «power position» i to minutter heves ditt testosteronnivå, hormonet for dominans, og stresshormonet kortisol går betraktelig ned, sier Brodtkorb.

– Det gir meg et adrenalinkick som jeg er blitt avhengig av, sier Høyre-kvinnen, som blant annet

ble kjent som Erna Solbergs nærmeste rådgiver.

Før solen står opp

Står man tidlig nok opp, er det ikke umulig å oppnå resultater tilsvarende en hel arbeidsdag, i hvert fall ikke hvis man skal tro Inger Ellen Nicolaisen, gründer og eier av Raise Gruppen, Norges største frisørkonsern. Hun bruker morgentimene i den lille bygda Misvær utenfor Bodø til å starte dagen med en arbeidsøkt.

Nicolaisen, kanskje mest kjent for å ha grunnlagt Nikita Hair i 1984 og deltagelse i TV-serien «Kandidaten» i 2004, er ofte ute av dyner allerede rundt klokken 5.00.

– Jeg drikker et stort glass vann, hører på radioen, tenner gjerne et stearinlys, sitter med PC i fanget og beina høyt, sier Nicolaisen, som har mottatt flere priser for sitt lederskap, sin forretningssans og gründervirksomhet.

– Jeg sitter og ser ut over den fantastiske naturen, finner løsninger og kommer på nye ideer. Jeg er helt avslappet og på en måte er det som om jeg mediterer mens jeg jobber, sier hun.

Her sitter Nicolaisen til kl. 8.00,

og føler hun får unnagjort like mye som i løpet av en normal arbeidsdag, medregnet forstyrrelser.

Arbeidsfri sone

Flere ledere påpeker at det viktigste for dem er å forsøke å legge fra seg jobben før de går inn døren hjemme, selv om det unntaksvis ikke fungerer i praksis.

Politiker og leder av Kristelig Folkeparti, Knut Arild Hareide, sier hans fokus på hjemmebane er å koble helt ut fra det som skjer på jobben.

– For meg er det viktig å bruke tiden hjemme til å koble av fra arbeidslivet, sier Hareide, som giftet seg i sommer.

Hareide sier at som politiker er det likevel umulig å legge jobben helt bort etter endt arbeidstid. Dagene er ikke alltid mulig å forutse, og noen ganger må ermene brettes opp.

– Jeg prøver å minimalisere all annen jobb hjemme – som jeg kan ta i løpet av arbeidsdagen. Jeg bruker derfor tiden på jobb også til å forberede meg på eventuelle viktige saker som kommer senere i uken, eller måneden.