



id: SI_006

model: google/gemma-4-26b-a4b-it

seeds:

04_risiko: usikkerhet

03_relasjon: makt

05_handling: implementer

01_perspektiv: juridisk

02_tidhorisont: kortsiktig

Instans SI_006

Seeds: juridisk | kortsiktig | makt | usikkerhet | implementer

Analyse av operasjonell kapasitet og systemisk risiko

Din nåværende modell (65t/uke) er en **kortsiktig** suksess, men en langsiktig risiko for systemkollaps. Ved å operere i “rykk og napp” utøver du **makt** over din egen tid, men du skaper en **usikkerhet** i hjemmefronten som kan føre til et “juridisk” sammenbrudd i partnerskapet (sosiale kontrakter/forventninger).

1. De ikke-forhandlingsbare blokkene: Du må definere “Sone 1” (Barn/Partner) og “Sone 2” (Egen restitusjon). Forsvaret mot virksomheten er ikke moral, men

risikostyring: En utbrent co-founder er en kritisk sårbarhet for selskapet. Hvis du kollapser, stopper prosjektledelsen i byggebransjen.

2. Outsourcing og økonomisk kalkyle: Ikke kjøp tid, kjøp frihet fra kognitiv last.

- **Implementer:** Matkasser/ferdigmat (sparer 5t/uke), vaskehjelp (sparer 3t/uke), profesjonell rengjøring av bil/utstyr.
- **Kostnad:** X kr vs. verdien av 8 timer som kan brukes til enten 65t-jobben eller restitusjon.

3. Konfliktpunkter og forebygging: Hovedkonflikten er asymmetrisk belastning. Når du jobber i rykk, blir samboeren din “buffer”.

- **Tiltak:** Innfør en “Status Check” hver søndag kveld (15 min). Ikke snakk om følelser, snakk om ressursallokering for uka som kommer.

4. Valp-analysen (Stress-test): En valp er en **implementerings-katastrofe** i din nåværende modell. Den krever faste rutiner (som du hater) og skaper uforutsigbarhet.

Konklusjon: Utsett til du har delegert mer av de operasjonelle oppgavene i firmaet.



5. Strategisk partnerskap: Samboer skal ikke være “støtteapparat”, hun skal være “operasjonell leder for hjemmet”. Dere må dele på ansvaret for beslutninger, ikke bare oppgavene. Hun må ha makt til å “stenge ned” din arbeidsmodus når kontrakten (avtalen mellom dere) krever det.

6. Tegn på systemfeil (Exit-strategi):

- **Tegn:** Du begynner å bruke sinne/irritasjon som verktøy for å beskytte arbeidstiden din.
- **Exit:** Ved tegn på dette, må du tvinge frem en 48-timers “Blackout” (null jobb, kun familie/restitusjon) for å kalibrere systemet.

Neste steg:

1. **Kalkuler:** Hva koster 8 timer med vask/mat-outsourcing kontra din timelønn/verdi?
2. **Kontrakt:** Sett opp søndagsmøtet med samboer for å synkronisere ukesplanen.
3. **Grense:** Definer én kveld i uka som er “totalt arbeidsfri” – ingen rykk og napp tillatt.