

REFLEKTION FÖR SJÄLVLEDARSKAP



HUR KAN DU FÅ SYN PÅ VAD DU VILL UTVECKLA?

Livshjulet är ett enkelt men kraftfullt verktyg som hjälper dig att visualisera och balansera olika områden i ditt liv. Genom att använda livshjulet kan du identifiera vilka delar av ditt liv som fungerar bra och vilka som behöver förbättras. Det är ett utmärkt sätt att reflektera över din nuvarande situation och sätta upp mål för framtiden. Livshjulet består av en cirkel uppdelad i åtta segment, där varje segment representerar ett viktigt område i livet. De vanligaste områdena är:

Värdera varje område utifrån hur tillfreds du upplever att du är i respektive området/tårtbiten. 0= inte så nöjd, 10 mycket tillfreds/nöjd.

Gör så med varje tårtbit.

OBS! Värderingen av de olika delarna är helt din egen upplevelse och därmed finns inget rätt eller fel. Det är en bra övning för att själv få syn på var man befinner sig

LIVSHJULET



ARBETSHJULET



HUR GÖR DU?



SKALAN



Var är du nu mellan 1 och 10?

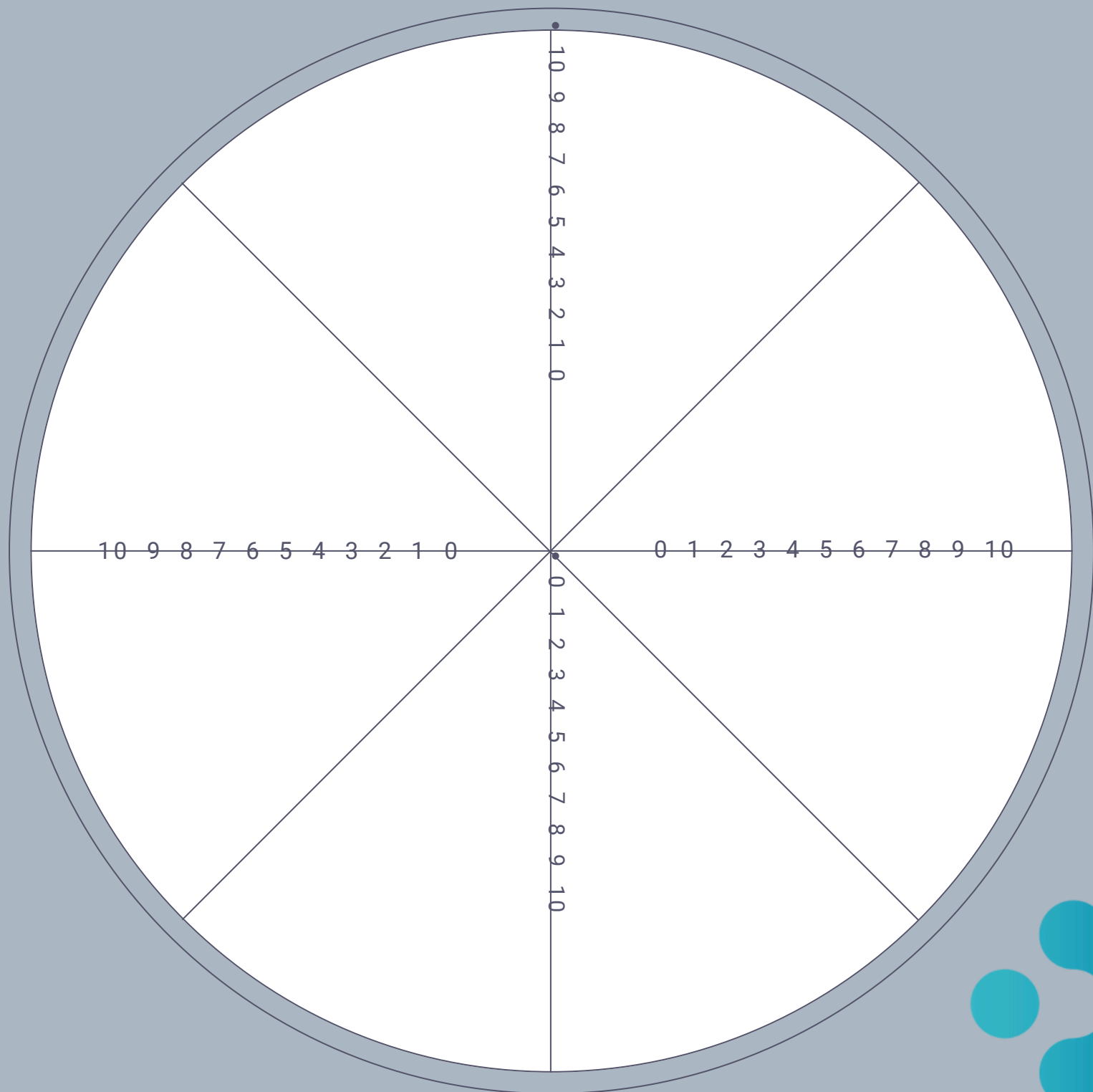
Vart vill du vara mellan 1 och 10?

Hur långt är det dit?

Vad är det minsta du kan göra för att förflytta dig mot X?

Vem kan hjälpa dig?

HJULET



HANDLINGSPLAN

Vilket område?	
Varför valde du det området?	
Vart vill du?	
När skall du vara klar?	
Hur vet du att du är klar?	
Vem kan hjälpa dig? Inspel, stöd et	
Vad är det mista första steg du kan göra idag?	

Mod att våga grundades av Niclas Bjälkenborn

– VD, coach och utbildare med över 20 års erfarenhet av ledarskap, främst inom den privata skolmiljön. Han har varit rektor, skolchef och förvaltningschef, och har lett både små och stora organisationer i förändring – i såväl privat som offentlig sektor.

Idag hjälper han andra ledare att hitta sitt mod, sin riktning och sin återhämtning. Genom föreläsningar, utbildningar och individuell coaching skapar han utrymme för reflektion, utveckling och verklig förändring.

Namnet Mod att våga är ingen slump. Det handlar om att våga stanna upp. Våga välja. Våga vara människa – också i ledarskapet.

Och för den som undrar vem han är bakom titlarna:

Pappa. Make. Hundägare. Människa.



MOD ATT VÅGA

FÖR MÄNNISKOR & ORGANISATIONER



