



Utmaning och hot

Upptäcktskort:

Ta en stund enskild och beskriv med en till två meningar vad du ser utmanar dig mest i ditt ledarskap.



Utmaning och hot

Reflektions- och samtalskort:

Beskriv ett beteende (ett agerande) som du gör i vissa situationer som du är mindre stolt över? Fundera över vad det är som "triggar"/utlöser detta beteende? Finns det något du kan göra för att minimera att det händer?



Utmaning och hot

Reflektions- och samtalskort:

Definiera en situation som utmanar dig där du tvivlar på din egen förmåga. Beskriv varför och vad du kan göra om dessa tvivlande tankar uppstår.



Utmaning och hot

Reflektions- och samtalskort:

Beskriv en uppgift som du misslyckats med i ditt ledarskap. Vilka känslor upplevde du starkast i denna situation? Vad ger dessa känslor uttryck för? Hur kan du vara snäll mot dig själv och acceptera att de kommer?



Utmaning och hot

Reflektions- och samtalskort:

Tankar kommer och går. Hur kan du hjälpa dig själv att arbeta med att minimera att tankar som är skadliga för dig får ta utrymme och fokus.



Utmaning och hot

Reflektions- och samtalskort:

Känslor kan ibland få övertag och styra ditt agerande. Vad kan du göra för att hjälpa dig själv att skapa ställtid för att samla dig innan du agerar.





Mitt Varför? – Min inre kompass

Upstarts-kort:

Ta en stund enskild och beskriv med en till två meningar ditt innersta varför du engagerar dig som ledare. Vad är det som gör att du aktivt utövar ett ledarskap vecka in och vecka ut?



Mitt Varför? – Min inre kompass

Reflektions- och samtalskort:

Vilka nyckelord kopplar du ihop med ditt Varför?

Vad innebär respektive nyckelord för dig i korthet?



Mitt Varför? – Min inre kompass

Reflektions- och samtalskort:

Vilka är de 3–5 viktigaste värderingar du har som guidar dig i ditt ledarskap? Ge ett exempel på hur varje värdering ger sig uttryck i ditt ledarskap.



Mitt Varför? – Min inre kompass

Reflektions- och samtalskort:

Om någon annan pratar om dig och ditt ledarskap: vad önskar du att de säger?



Mitt Varför? – Min inre kompass

Reflektions- och samtalskort:

Hur gör du för att följa upp ditt ledarskap kontinuerligt för att se att det följer ditt Varför och inre kompass?



Mitt Varför? – Min inre kompass

Reflektions- och samtalskort:

Beskriv kortfattat hur du aktivt arbetar med att skapa en bra livsbalans för att ditt ledarskap ska hålla över tid?



Styrkor och möjligheter



Uppstartskort:

Ta en stund enskild och beskriv med en till två meningar dina främsta styrkor i ditt ledarskap.



Styrkor och möjligheter



Reflektions- och samtalskort:

Välj ut en av dina styrkor. Beskriv en situation där denna styrka syns och framhävs på bästa sätt i ditt ledarskap.



Styrkor och möjligheter



Reflektions- och samtalskort:

Hur kan du använda dina styrkor på bästa sätt för att hantera en motgång?



Styrkor och möjligheter



Reflektions- och samtalskort:

Hur vill du att andra i din närhet lyfter och pratar om dina styrkor?



Styrkor och möjligheter



Reflektions- och samtalskort:

Vem eller vilka i din omgivning skulle kunna vara din mentor, bollplank eller sparringpartner för att fortsätta stärka ditt ledarskap? Hur skulle den dialogen kunna se ut?



Styrkor och möjligheter



Reflektions- och samtalskort:

Hur kan du använda reflektionen för att förstärka positiva tankar och känslor i ditt ledarskap?





Framtidsfokus

– Det här vill jag uppleva och utveckla framåt!

Upstartskort:

Ta en stund enskild och beskriv med en till två meningar en målbild som ligger 5-10 år framåt i tiden. En målbild som beskriver en roll eller uppdrag du vill axla eller en tydlig del som du vill/har utvecklat i ditt ledarskap.



Framtidsfokus

– Det här vill jag uppleva och utveckla framåt!

Reflektions- och samtalskort:

Tänk ut och välj ut en bild eller film-sekvens som visualiserar din målbild.



Framtidsfokus

– Det här vill jag uppleva och utveckla framåt!

Reflektions- och samtalskort:

Beskriv det första steget du bör göra för att lägga en bra grund för att ta fortsatta steg mot din målbild.



Framtidsfokus

– Det här vill jag uppleva och utveckla framåt!

Reflektions- och samtalskort:

Beskriv vad som kommer att utmana dig mest för att förflytta dig mot din målbild och vad du behöver göra för att minimera riskerna.



Framtidsfokus

– Det här vill jag uppleva och utveckla framåt!

Reflektions- och samtalskort:

Beskriv vilka personer som blir extra viktiga för dig i din närhet för att lyckas med målbilden.



Framtidsfokus

– Det här vill jag uppleva och utveckla framåt!

Reflektions- och samtalskort:

Beskriv vilka känslor du har när du nått din målbild.

