

Självinsikt – Uppgift 1

Beskriv dig själv med 3-5 ord

Vilka är fördelarna med dina karaktärsdrag i ditt ledarskap?

Vad kan vara mindre bra med de karaktärsdragen?

På vilket sätt kan dina egenskaper bidra till en god arbetsmiljö och positiv verksamhetsutveckling?

På vilket sätt kan dina egenskaper vara ett hinder till en god arbetsmiljö och verksamhetsutveckling?

Självinsikt – Uppgift 2

Det krävs mer av dig i möten med medarbetare när de inte är glada eller tacksamma utan till exempel missnöjda, arga, ledsna, bittra eller besvikna. Du hanterar dessa människor olika beroende på exempelvis hur du mår och hur stressad du är, det vill säga vilket psykologiskt tillstånd du själv befinner dig i.

För att bättre hantera medarbetare med olika känslor kan det vara bra att träna på att särskilja vad du uppmärksammar, vad du tolkar samt vad tolkningen gör med dig och vilka dina reaktioner blir.

Vilka medarbetare får dig på gott humör/gör dig glad?
Vad är det som de gör som får dig att bli på bra humör?

Vilka medarbetare får ditt tålamod att sättas på prov?

Vad tror du att medarbetarna uppskattar hos dig?

Vad tror du att medarbetarna tycker mindre bra om hos dig?

Vad tycker du är det mest givande/roligaste respektive svåraste i kontakten med dina medarbetare?

Vilka personer/medarbetare upplever du som svårast att hantera? Exempelvis ledsna, arga, missnöjda, bittra, som sluter sig eller som inte lyssnar?

Vad väcker dessa olika drag hos dig?
