



Självreflektion Självledarskap – att leda sig själv fortsättning

Datum: 2023-03-23

Namn: Ivan Catalano

Instruktion: Skriv ditt svar på varje fråga i respektive ruta. Max antal ord för alla tre frågor är 1000 ord.

Tänk på följande då du gör denna uppgift:

- Använd och hänvisa till kursmaterial i kursen.
- För att du ska kunna göra denna uppgift måste du ha använt och tränat på de metoder som du studerat i kursen.
- Du ska kunna redogöra för ditt nuläge gällande metoder för hur du motiverar dig själv samt metoder för hur du utvecklar attityder vid kursens start jämfört med ditt nya läge vid kursens slut.

1. Redogör för de metoder som gåtts igenom och som du arbetat med under kursen.

Motivation och reflektion för att hitta värderingar, självkänsla och medveten.

2. Redogör för hur du har tillämpat metoder för att sätta och arbeta mot mål i dina studier och i anskaffningen av LIA-plats.

Jag tror att metoder för att öka självledarskap är inte en bra verktyg för mig. Jag tror att om man inte har motivationen inom sig, att använda metoder för att skapa en icke-verklig motivation är inte en intelligent sak eller användbar för dina studier. När motivationen slutar är det en bra idé att sluta studierna.

3. Redogör för hur du har tillämpat metoder för att skapa beteenden som ökar förmågan till självledarskap i dina studier och i anskaffningen av LIA-plats.

Jag vill inte använda dem. Förlåt.