

	Projekt / uppdrag Potential Discovery			Sidnr 1(2)
	Dokumentnamn Självvärderingsfrågor			
Utställare Lars Hornborg	Datum skapat 2007-09-17	Senast ändrat 2007-10-22	Senast ändrat av Lars Hornborg	Rev B

Självvärderingsfrågor inför deltagande i Potential Discovery

1. Har du tidigare varit på någon kurs som handlat om personlig utveckling eller självkänsla? Blev resultatet positivt, neutralt eller negativt för dig på längre sikt?

Läs nu igenom påståendena och frågorna nedan och besvara sedan Discovery-frågorna allra sist.

2. Du har en **lista med uppgifter** som skall göras, en del tidigare än andra. Du tycker att det är **svårt att prioritera** effektivt och det resulterar i att det viktigaste inte får din fulla uppmärksamhet, helt enkelt därför att det blir för kort om tid att slutföra.
3. Du får **ta över en uppgift** från en medarbetare. Innan du kan fortsätta där den andra personen slutade känner du att du **behöver rätta till** det som redan gjorts, för **det måste ju göras rätt!**
4. Du har gått med på att **sköta återrapporteringen** till din chef eller en annan avdelning inom en viss tid. **Tiden verkar konspirera** emot dig så att du antingen **missar deadline** eller **slarvar ihop fakta** och hoppas att det inte skall märkas.
5. **Hur lyckades du få det här jobbet?** Du **bluffade** för att få det och är nu **rädd för att bli avslöjad**. Din **rädsla för att verka inkompetent** hindrar dig från att tänka klart. Att bara lita på ditt eget omdöme känns – njaa...
6. Ett eller flera **projekt** som du har arbetat med blev **inte helt lyckade** och det beror på **ledningens oförmåga** att ge genomförbara direktiv. Därför måste du nu **ta egna initiativ** och styra projekten på ditt eget sätt. Det är **inte ditt fel** att det har varit problem med att få arbetet gjort.
7. Du är **mycket ambitiös**. Så mycket att du inte har brytt dig speciellt mycket om hur du har tagit dig fram. Du har till och med påstått att **andras arbete eller idéer varit dina** för att imponera. Problemet är att innerst inne känner du en **djup känsla av misslyckande**. Du har fantastiska förmågor men verkar inte vara i balans med dem.
8. Du har en **fantastisk idé** som skulle kunna vara till stor nytta för företaget, men du **kommer dig inte för** att föreslå idén. Senare tillkännager företaget en positiv förändring som visar sig vara din idé. **Någon annan hann före!**
9. **Du hatar auktoritet**. Du tycker inte om att bli tillsagd vad du ska göra och speciellt inte av **den där** personen. Du upptäcker att du istället gör "mer viktiga saker" så att du kan **behålla kontrollen**.
10. Det här **företaget gör allt på fel sätt**. Kan de verkligen inte se var det blir fel? Du skulle kunna styra det här företaget med ena handen bakbunden. Problemet är att **människor blir störda** när du kommer med förslag, så det är **enklare att tiga** och sitta på ditt kontor.
11. Det är **inte ditt fel** att du måste vara borta från jobbet ibland. Det är viktigt för dig att du får **ta hand om dig själv** och du vet att om du pressar dig själv för hårt blir det värre senare. **Du är inte som alla andra**. Du har **verkliga talanger** som du inte är beredd att mista till följd av något så förutsägbart som utbrändhet. **Du är en känslig person**.
12. Detta är inte riktigt det jobb du hade trott. **Du väntade dig att få beröm** och erkännande för dina ansträngningar, inte minst för att **du är så hjälpsam** mot alla omkring dig. **Du ser direkt** när någon behöver hjälp. Du skulle egentligen vilja hitta ett jobb där du får mera uppskattning, men du känner att du sitter fast i dina **egna föreställningar om lojalitet**.
13. Du känner att du **lätt distraheras** av funderingar kring projekt och annat som ligger längre fram i tiden. Dom känns mycket intressantare och **mera spännande** än det du håller på med just nu. Detta gör att du ibland **inte kan fokusera** på ditt jobb. Det är helt enkelt mycket **mera stimulerande att planera än att genomföra** projekt.

	Projekt /uppdrag Potential Discovery			Sidnr 2(2)
	Dokumentnamn Självutvärderingsfrågor			
Utställare Lars Hornborg	Datum skapat 2007-09-17	Senast ändrat 2007-10-22	Senast ändrat av Lars Hornborg	Rev B

Ställningstagandet

Gå nu igenom påståendena och frågorna 2-13 igen och besvara följande frågor för vart och ett av dem:

- Känner du dig igen? Hur **kändes** det?
- Vad skulle du behöva tro, vilka **föreställningar** skulle du behöva ha för att känna så?
- Är det verkligen **sant**?
- Om det vore sant, vad skulle det i så fall **innebära** om dig?
- Är det så du **vill** ha det?
- Skulle du vilja göra en bestående **förändring** till det positiva, så att du blir av med det som skapade **obehagskänslor** hos dig när du besvarade frågan?

Nästa steg på vägen mot Potential Discovery

Varje medarbetare som företaget ser som möjlig deltagare i Potential Discovery-programmet behöver gå igenom påståendena och frågorna ovan. Avgörande för fortsatt deltagande är om du vill göra en **bestående förändring till det positiva**.