



Clarity of Mind

FÖR DIG SOM VILL BLI KLARTÄNKT OCH
HITTA EN VÄG TILL
"PEAK PERFORMANCE" OCH VÄLMÅENDE



Mål för programmet

- ✓ Förståelse för hur jag blir mer klartänkt och välmående.
- ✓ Reflektion över hur jag kan leda mig själv framgång.
- ✓ Förståelse för hur alla delar i SHARP-modellen samverkar och påverkar mitt välbefinnande.



Stora Sköndal

- ✓ Stiftelsen Stora Sköndal är en idéburen och icke vinstutdelande organisation med verksamhet inom stöd, vård, omsorg, utbildning och forskning.
- ✓ I programmet deltog 13 undersköterskor med hög sjukfrånvaro
- ✓ Organisation:
 - ✓ Verksamhetschef
 - ✓ Teamchefer (6 st)
 - ✓ Personal (ca 100 medarbetare)



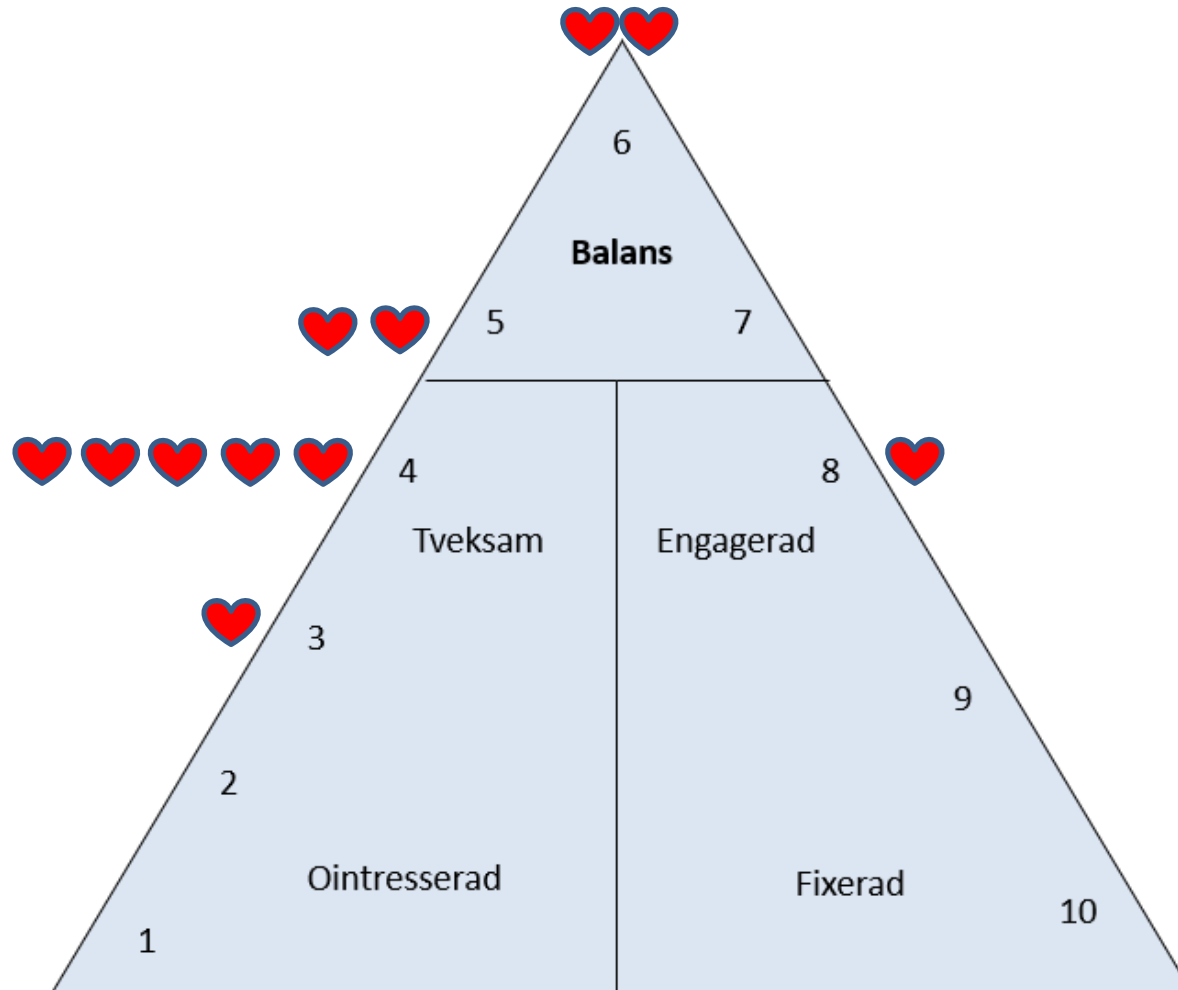
Tankemönster för gruppen

Vad är orsaken till hög sjukfrånvaro?



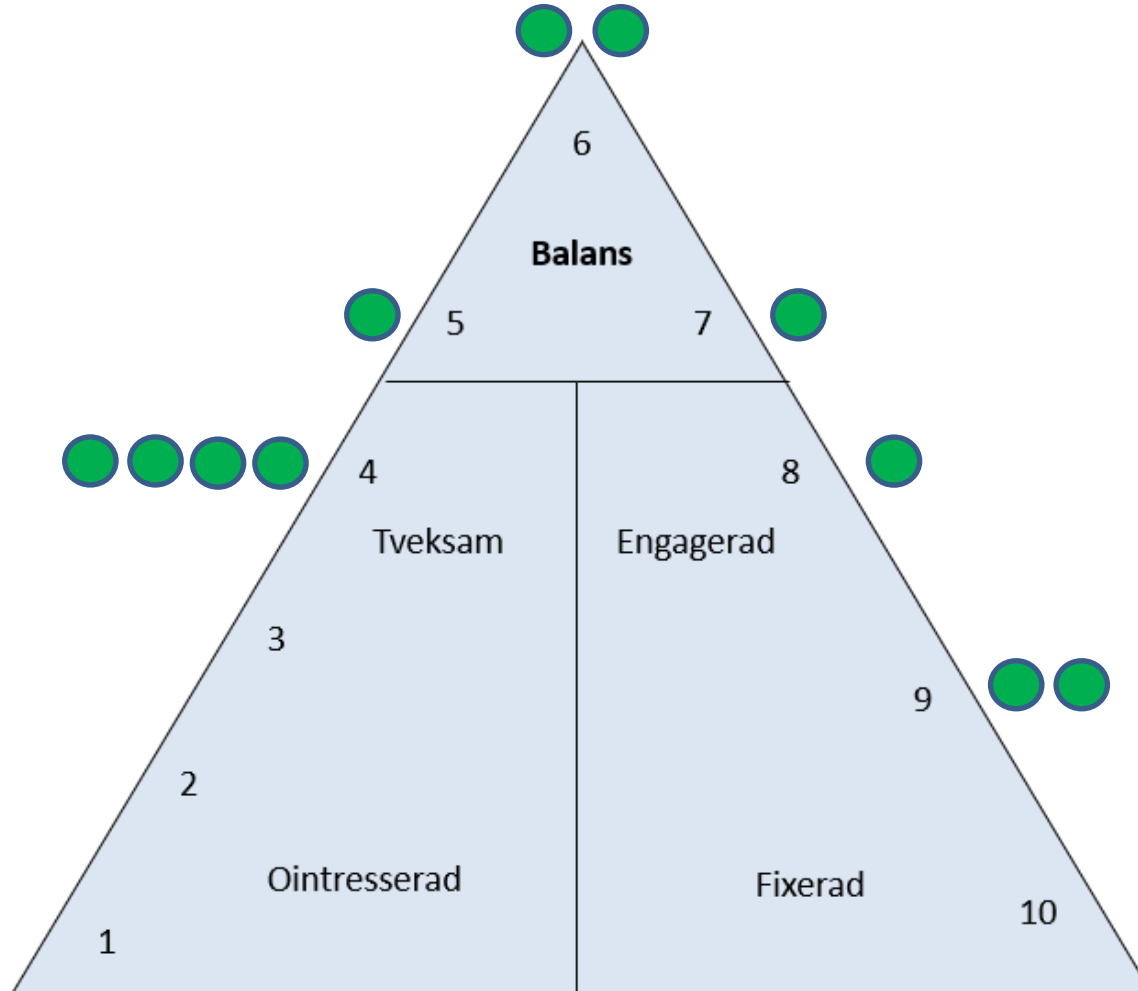


Intuition & Empati



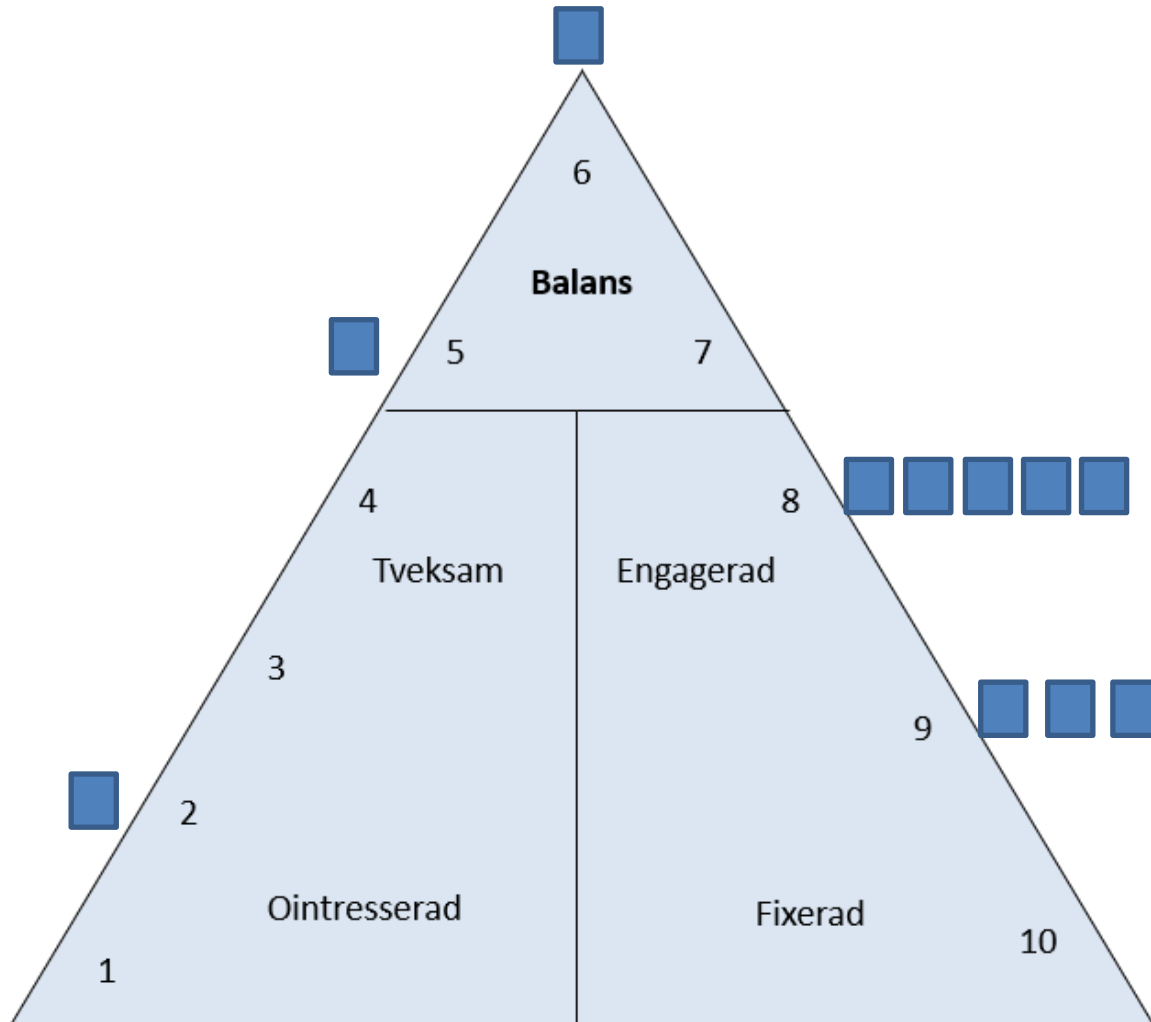


Funktion & Nytte



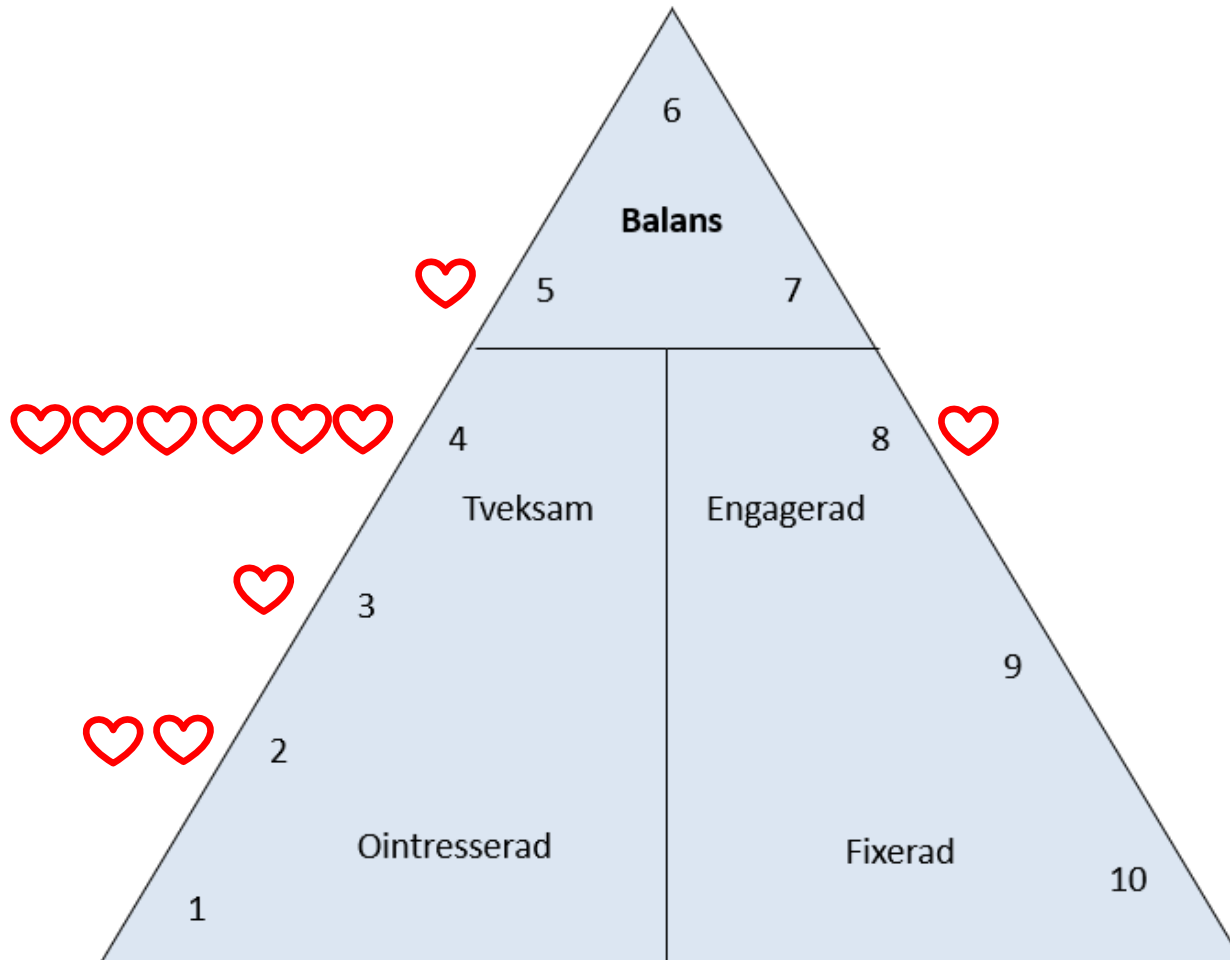


Logik & System



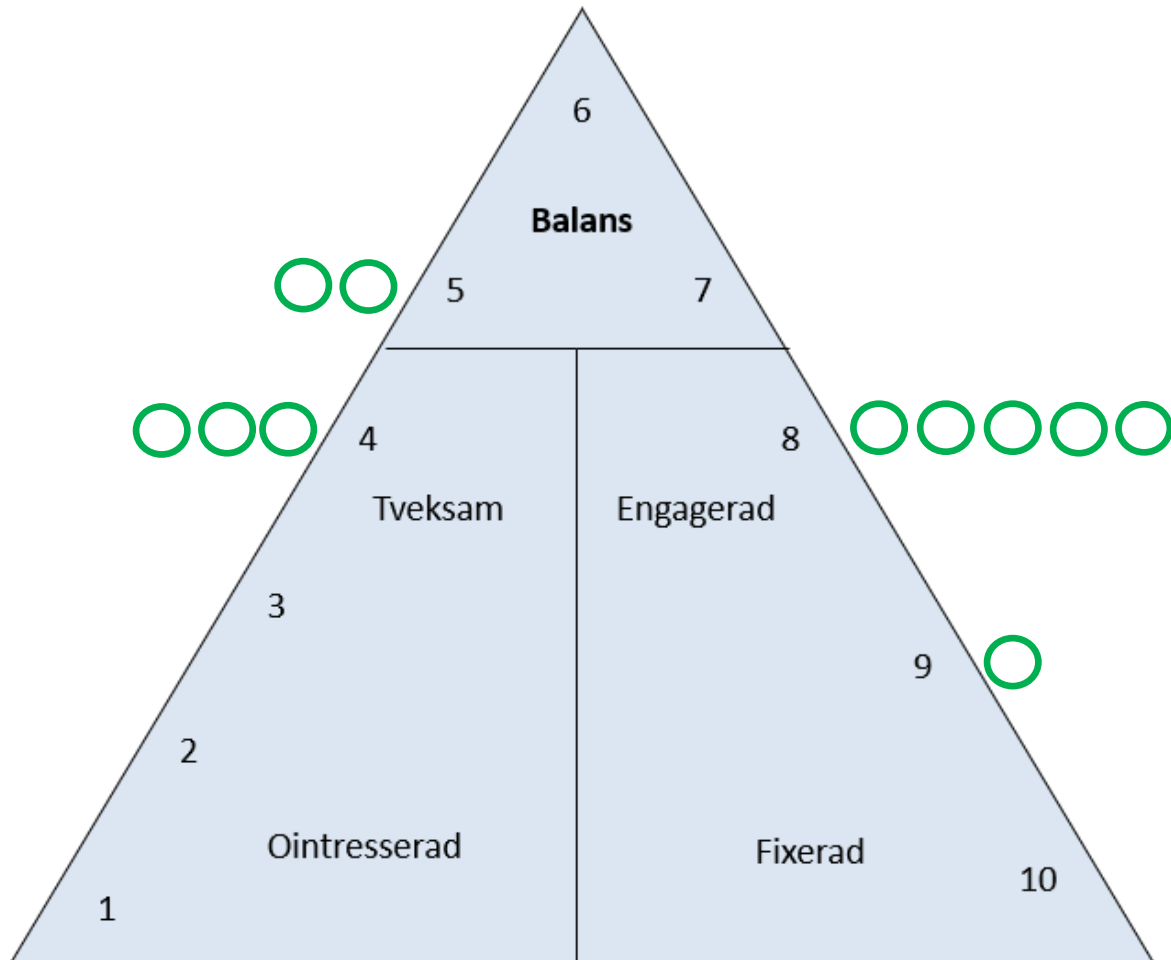


Inre Jag



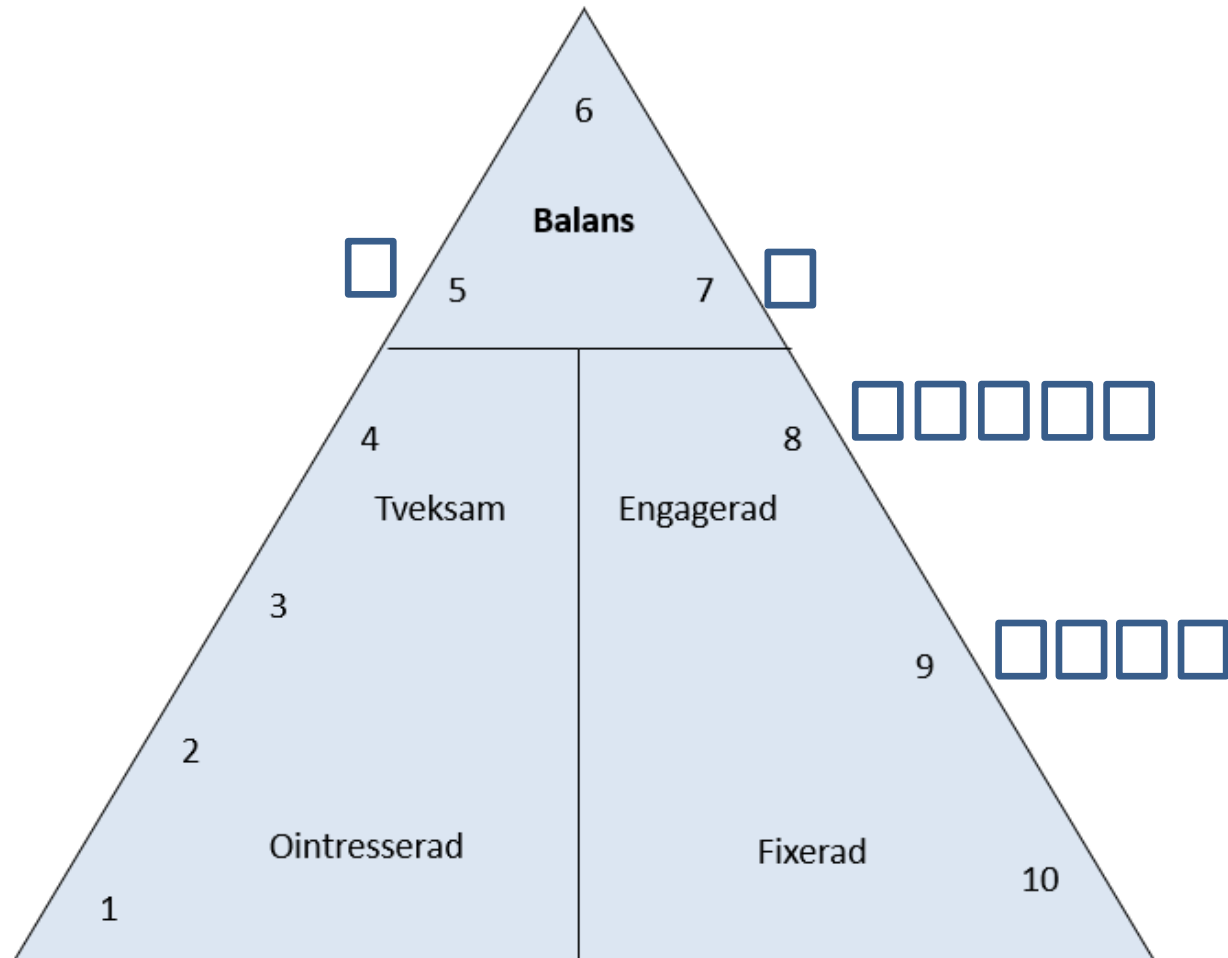


Yttre Jag



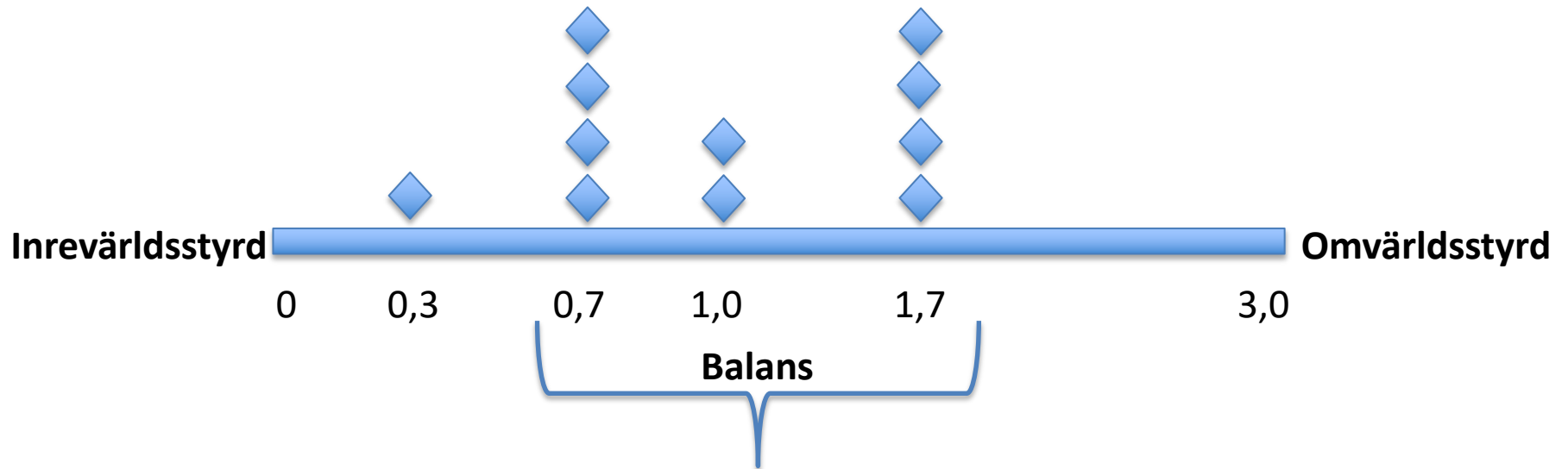


Normativt Jag





Attention Balance

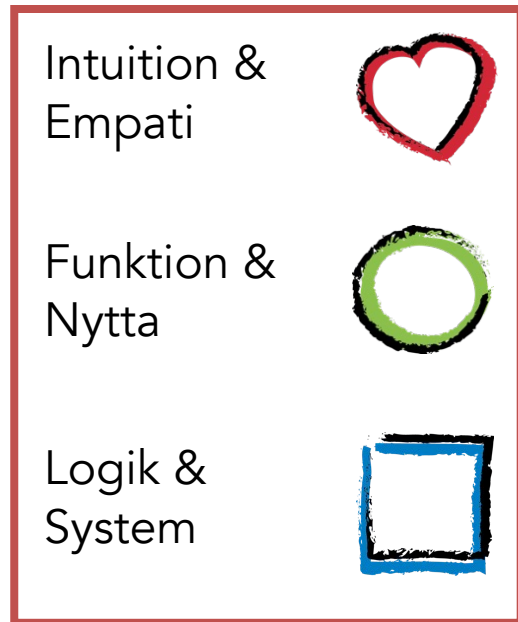




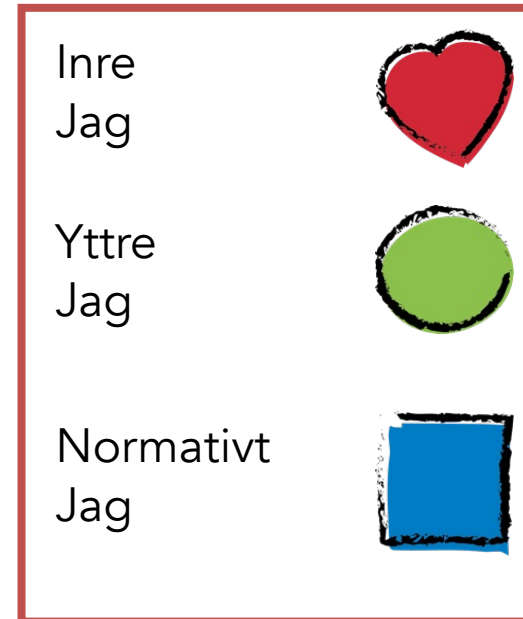
VÅRT TANKEMÖNSTER

-påverkar hur vi kommunicerar och fattar beslut

OMVÄRLD



MIG SJÄLV





Tankeprofilen vs SHARP-modellen. Övningsexempel

Styrkor: Vilka styrkor enligt din Tankeprofil märks starkast hos dig?

Hälsa: Hur påverkas ditt tänkande under stress?

Närvaro: När skulle vi tjäna på att få in det relaterande och reflekterande tänkandet ännu mer i jobbet?

Relationer: Hur skulle din relation förändras om du valde att se mer av det positiva hos den personen?

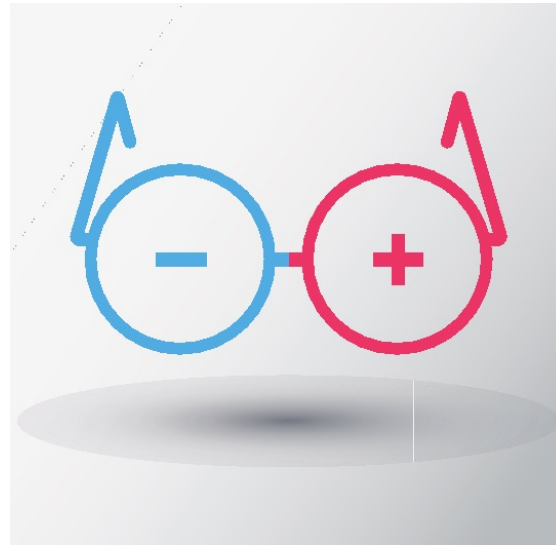
Syfte: Hur meningsfullhet innebär ett långsiktigt åtagande som tillför ett värde för andra och dig själv.





Vilket fokus har du?

Problem
Misslyckanden
Korrigerera svagheter



Lösningar
Vad fungerar
Bygga på styrkor



Utvärdering

UTFALL CLARITY OF MIND STORA SKÖNDAL

0 till 100 %

