

MITT PERSONLIGA LÄROMÅL

Du har valt den här utbildningen av en anledning. Kanske för att ta nästa steg, byta riktning eller vässa det du redan gör bra. Oavsett vilket, skillnaden mellan att bara delta och att faktiskt få ut något, det är riktning.

När du sätter ett tydligt mål för dig själv blir det enklare att välja vad du ska fokusera på, vad du kan släppa och hur du maxar varje moment. Ge dig själv en ärlig chans. Blocka tid. Prioritera bort. Be om feedback. Testa, justera, kör igen. Det är så utveckling sker.

Ju mer konkret du formulerar ditt mål från början, desto större är chansen att du når det.

Svara på frågorna nedan som en start:

Vad är mitt varför?

Varför har jag valt just denna kurs? Vad vill jag uppnå med kursen?

Vad är jag beredd att prioritera?

För att lyckas få ut det mesta av kursen krävs både tid och fokus. Vad behöver jag välja bort för att kunna välja det här fullt ut?

Hur bygger jag in reflektion i vardagen?

Att förstå mening och se helheten med ny kunskap ökar motivationen och minskar stressen. När stannar jag upp, kopplar ihop och gör lärandet till mitt eget?