

Personligt ledarskap - komfortzon



Inledning

Den dag vi stannar upp och tycker att vi är klara med vår utveckling så avtar den och vi stagnerar. Att bli mer observant på hur du tänker, känner och agerar i olika situationer du ställs inför, är en bra start på den egna utvecklingen. I mötet med andra människor har vi möjlighet att spegla oss, våra värderingar och handlingar. Det är också där vi kan få feedback på hur vi lyckas. Ledarskap är en aktiv handling, inte en position. Den som ser misslyckanden som lärdomar har kommit en bra bit på väg.

Vi har alla olika komfortzoner av stabilitet, trygghet och förutsägbarhet som vi dras till. Ju mer tid vi tillbringar i våra komfortzoner desto mer avstannar vårt växande. Utveckling kräver utmaningar. Våga lämna komfortzonen och hitta nya vägar.

Den här övningen handlar om att titta på en annan ledare som man ser upp till och utifrån det komma på hur man kan utmana sin egen komfortzon.



Genomförande

1.

Varje deltagare har ett papper framför sig på vilket de ritar en streckgubbe. Ge sedan följande instruktioner:

- Tänk på en ledare som du ser upp till och utgå från den personen i denna övning. Ledaren kan vara någon i samma förening, en chef, en lärare eller någon annan ledare du mött.
- Runt din gubbe på pappret skriver du olika saker som kännetecknar den här personens ledarskap.
- Låt fötterna symbolisera i vilka rum/sammanhang den personen utövar ledarskap.
- Låt händerna symbolisera hur personen arbetar med olika grupper.
- Låt munnen symbolisera vad personen pratar om.
- Låt huvudet symbolisera hur personen gör sina upplägg/planering.
- Låt magen symbolisera vad personen utstrålar.
- Låt benen symbolisera hur ledaren hanterar situationer där den blir utmanad.
- Bestäm sedan själv saker för armarna som du tycker kännetecknar den här personens ledarskap, var gärna konkret.

2.

Dela upp er två och två. Låt den ena beskriva den ledare den valt att titta närmre på (den behöver inte nämna vem det är).

Sedan ska den andre hjälpa till att få fram 1-3 saker som den förste vill utveckla hos sig själv, som är utanför dennes komfortzon. Till er hjälp har ni frågor som:

- Vad kan du lära dig av den ledare du har tittat närmre på?
- Är det några av de här sakerna som är utanför din komfortzon när du utövar ledarskap?
- Är det något du skulle vilja testa?



- Hur går det i linje med din egen utveckling, dina värderingar och egenskaper?
- Vad kan få dig att göra det?
- Vad behöver du från andra för att lyckas?
- Hur skulle du hantera känslan av att misslyckas?
- Vad behöver du göra för att lära dig från eventuella misstag? Osv.

Byt sedan roller inom paren.

Tidsåtgång

Steg 1 tar ungefär 15 minuter och steg 2 kan variera lite beroende på hur vana deltagarna är att hjälpa varandra att utvecklas och hur diskussionen fortskrider. Beräkna cirka 30 minuter. Totalt 45 minuter.

