

Skab din egen opmærksomhedspraksis

Formål: Formålet med at skabe din egen opmærksomhedspraksis er, at du ved hjælp af dit personlige ledelsesgrundlag (og dermed din egen selvfortælling), kan du blive bekræftet i dine intentioner og handlinger som leder. Dermed bliver du mere tilbøjelig til at gentage handlingerne. Egne og andres bekræftelser (og anerkendelse) af områder i din ledelse kan bevirke, at du fortsætter med at bekræfte grundlaget – eller revidere det og dine handlinger.

Baggrund for øvelsen: Når du har et personligt ledelsesgrundlag, skal du huske, at det skal være en dynamisk proces med en internalisering (eller afvisning) af det, du oplever og gør i forhold til din lederidentitet, og som du har formuleret i dit personlige ledelsesgrundlag.



Refleksion

1. En (**udviklings –**) og **opmærksomhedsspiral**, hvor du arbejder på, at blive ét med dine værdier, sådan at du spontant kan erfare situationer gennem værdien
2. Lave et **selvjusterende feedback loop**, hvor du juster, spidsformulere og/ændre i dit PLG, hvis du oplever, der ikke er overensstemmelse mellem dit PLG og det, du siger/gør
3. At dele dit PLG med medarbejderne og invitere til refleksion skaber en form for **”refleksion over refleksionen”**

Bemærkninger:

Jo mere opmærksom.... des flere versioner får du af dit personlige ledelsesgrundlag.

Kilder:

- Helth & Kirkeby (2015), *Menneske & leder. Bliv den du er*, Akademisk Forlag
- Svalgaard, L. (2019), *Elefanten i rummet, om modet til at handle på det vi mærker*. Akademisk forlag