



Självledarskap – min version

Min Coach Pia (DinCoachPia.se) och jag diskuterade senast självledarskap och vad vi tänkte och menade. Gav då henne en utmaning att skriva en text om just detta ämne, så skulle jag göra likadant och så kunde vi lära oss mer om detta av varandra. Hur coacher ständigt växer – via nätverk, kontakter, coaching och egen coach som utmanar och driver, frågar och lyssnar.

”För att leda andra behöver man kunna leda sig själv.”

Vad är självledarskap – vad betyder ordet för mig?

- Att ta ansvar – konsekvensanalys – ta konsekvenserna. Inget bara ”tuta & kör”, hoppсан och det var inte mitt fel.
- Insikter, medvetenhet, reflektion – känna sig själv, sina starka och svaga sidor, drivkrafter och värderingar utan och innan samt komplettera med personer som är starkare på det jag inte är. IT, ekonomi, driva projekt, vass HR, ta facket till hjälp så skutan inte sjunker.
- Passar tider & deadlines, håller löften – eller behöver du alltid på påminnelse? Dansa inte på deadline, det stressar människorna runt dig. De behöver en vettig framförhållning och inte ständiga adrenalinruschar.
- Har du integritet? Är du pålitlig? Kan människor anförtro sig till dig och inte få en kniv i ryggen senare eller höra det på stan?
- Kan du motivera sig själv till stordåd eller behöver du uppmuntran, uppmärksamhet, bevisa din makt, stå i centrum, alltid vinna över andra inkl barnen där hemma, briljera över andra?
- Kan du styra upp felaktigheter utan att gå i taket, men också ryta till när det behövs, sätta stopp och belägg för trakasserier, mobbing, skvaller, skitsnack, inställsamma latmaskar, egoistiska skitstövlar m m.
- Kan du uppmuntra goda beteenden? Ge respektfull feedback med tydliga exempel på vad exakt som var fel och vad exakt som skulle kunna vara en rätt väg att hantera detta, samtidigt som du ger personen kunskaperna av lärdomarna, ger du också hen en möjlighet att inom ramarna hitta sina egna vägar som kan leda rätt.
- Umgås du med alla slags människor så du inte hamnar i en likartad vit Bromma-villavärld full med filterbubblor där ingen sticker ut/är annorlunda/har en annan bakgrund, utbildning, härkomst, utseende, sexuell eller könsinriktning?
- Vad tycker du är spännande respektive skrämmande med samtiden och framtiden?
- Hur uttrycker du dig till andra/mot andra/om andra? Gör du skillnad på människor? På vilka grunder?
- Är du rationell eller irrationell? Har du koll på dina känslor, kan skanna och benämna vad du känner? Uttrycka dem?



- Är du lojal mot dina chefer, men sparkar inte neråt? Kan du beskydda dem och själv ta smällen om något går galet? Det är du som är ansvarig – inkl arbetsmiljö – den fysiska och den psykosociala arbetsmiljön, det är du som leder, är förebilden, rättesnöret.
- Ser du till att dina underanställda har allt de behöver för att kunna göra ett så bra jobb som möjligt – som du får credit för? Kämpar du för dem i vått och torrt, men också kräver att jobbet görs och betalar för det vettigt? Eller utnyttjar du människor?
- Vilka behov har du? Erkänsla, känd & svassad för, speciell/utvald, uppfattas som ett geni eller enligt Maslows behovstrappa - <https://lattattlara.com/psykologiska-perspektiv/humanistiskt-perspektiv/maslows-behovstrappa/> ?
- Vilken slags barndom hade du? Har du processat alla delar i den? Sett och förstått, insett och arbetat, med eller utan hjälp eller förträngt det mesta? Gjort upp, lappat ihop delarna, ditt psyke, intellekt, kompenserat valda delar, men inte överkompenserat och inte resten av livet?
- Hur behandlar du dig själv? Dina närmaste? Sämre eller bättre? Din hälsa? Ditt kapital? Din framtid?
- Hur mycket unnar du dig? Unnar du andra lika mycket eller är det skillnad på dig och andra. Går dina unnannden ut över någon?

Idag 13.06.2022 ber jag dig köpa Aftonbladet och se min fina annons i den inbladade livsstilsbilagan (min nya logotype blev klar igår), men sök efter Pippi Långstrump så hittar du mig.) Om du eller någon du känner har behov av mina tjänster, gå in på mina nya sprillans nya webbsidor – www.imocoaching.se eller hitta specialerbjudandena på www.imocoaching.se/aftonbladet Så låga priser kommer jag troligen aldrig mer att kunna erbjuda.

Inge-Mo Haraldh

ICF-Associate Certified Coach, ACC;

Specialiserad inom:

- **Diplomerad Hypnosterapeut, SE**
- Certified in **Solution Focused BRIEF Coach, DK**
- **PQ Coach** – Mental & Emotional Fitness, USA
- Certifierad **Hälsocoach & ACT-ALP, SE**
- Diplomerad **Kost- och Näringsrådgivare, SE**
- Certifierad handledare i **Sorgbearbetning, SE**



Livserfaren, empatisk, inlyssnande och mycket mån om klienten. En skriftlig överenskommelse samt egenskrivna återanvändningsbara dokument enligt klientens behov ingår alltid. Boka tid eller hör av dig om du har frågor En investering i din egen utveckling, framtid, hälsa, samt fysiska och psykiska mående.

iMo Coaching – min coachinggrupp på Facebook –

<https://www.facebook.com/groups/206375779486588/>