

Workbook – Lektion 12

Utöka ditt sinne & skapa kvantsprång

Den här lektionen handlar om att börja tänka bortom det “logiska nästa steget” – och istället öppna upp för större, snabbare och mer kraftfull utveckling.

DEL 1 – Din potential

1. Reflektion kring din kapacitet

Vad skulle det innebära för dig att inte bara ta små steg – utan göra ett stort genombrott?

2. Nuvarande sätt att tänka

Tänker du mest i små steg (logiskt nästa steg) eller i stora språng?

3. Nya möjligheter

Om du verkligen tillät dig själv att tänka större – vad skulle vara möjligt?

DEL 2 – Från steg till språng

4. Ditt “kvantsprång”

Vilket område i ditt liv eller arbete skulle du vilja ta ett stort språng inom?

5. Bryt logiken

Vilka begränsande “logiska” tankar håller dig tillbaka idag?

6. Ny riktning

Hur skulle du tänka om du inte lät logik begränsa dig just nu?

DEL 3 – Din omgivning

7. Din inre cirkel

Vilka personer stöttar ditt större tänkande?

Vilka personer begränsar det?

8. Medvetet val

Hur kan du bli mer selektiv med vilka du delar dina mål och idéer med?

DEL 4 – Mastermind

9. Din grupp

Har du en grupp som kan hjälpa dig tänka större?

- Ja
- Nej

Om ja – vilka är de?

Om nej – vilka skulle du vilja ha i din grupp?

10. Bidrag

Hur kan du själv bidra till att stärka andra i en sådan grupp?

DEL 5 – Nya sätt att arbeta

11. Från “jobba hårdare” till “tänka annorlunda”

Var i ditt liv försöker du idag lösa saker genom att anstränga dig mer istället för att tänka annorlunda?

12. Ny strategi

Vad skulle ett smartare, enklare eller mer kraftfullt sätt kunna vara?

DEL 6 – Ansvar

13. Ditt åtagande

Vilken konkret handling kommer du att ta efter denna lektion?

14. Ansvarspartner

Vem kan du göra ansvarig för att följa upp detta?

15. Förstärkning

Hur kan du göra ditt åtagande tydligare och starkare (skriva ner, säga högt, signera)?

 Kom ihåg:

Ansvar ökar sannolikheten att du faktiskt genomför det du har bestämt

DEL 7 – Ditt ansvarighetslöfte

Jag åtar mig att:

Senast datum:

Ansvarspartner:

DEL 8 – Reflektion

16. Insikter

Vad tar du med dig från denna lektion?

17. Förändring i tänkande

Vad behöver du börja tänka annorlunda kring framåt?

DEL 9 – De tre R:en

Review – Granska

Vad har du lärt dig?

ReThink – Tänk om

Vilka nya handlingar kommer du att ta?

Rewrite – Skriv om

Behöver ditt mål förtydligas?

Hur kan du göra det ännu klarare?

DEL 10 – Anteckningar
