



Henrik Pettersson

Självprogrammerad framgång

- Att ställa rätt frågor till sig själv
- Våga prova nytt
- Vinsten för dig med ständig personlig utveckling

Henrik Pettersson är certifierad High Performance Coach och föreläsare samt författare. Han inleder sin föreläsning med att ställa frågan - *varför går du till jobbet?* Henrik tar avstamp i denna enkla, men utmanande fråga för att inspirera oss att börja ifrågasätta vår status quo. Om vi inte förändras repeterar vi samma perspektiv om och om igen, vilket inte tillför särskilt mycket till oss själva eller vår omgivning. Vilka är dina specifika hinder för att uppnå dina mål? Ligger alla dina mål någonstans där du behöver gå i en bildlig uppförsbacke för att nå dem? Ligger å andra sidan dina vanor i en nedförsbacke? Att få till en förändring kräver alltid en ansträngning som börjar med att du vågar ställa dig själv ett antal frågor, som först kan tyckas banala. Kvalitén på frågorna kommer avgöra vart du hamnar. Att t.ex. börja dagen med frågan - *Hur vill jag att den här dagen ska sluta*, kan göra stor skillnad, jämfört med att inte ställa sig någon fråga alls. Den svåraste och effektivaste frågan är oftast - **VARFÖR?** Henrik trycker på att det alltid är ACTION som gör skillnad och du kommer att bli inspirerad att börja utmana ditt nuläge och formulera ett nytt önskat läge genom att påbörja självprogrammeringen till dina egna framgångar.

Reflektionsfrågor

- Varför går du till jobbet?
- Vart är du på väg?
- Vilka är dina hinder?
- Vilka resurser har du till ditt förfogande som kan hjälpa dig att nå dina mål?
- Vem i din omgivning ger dig mest energi och hur kan du koppla på ännu mer till den personen?