

#neste90dager

ARBEIDSBOK

Du må ta deg tid til å reflektere for å vokse

Uke 4



Gründermetoden

1. Refleksjon gjør erfaring om til innsikt. Hva har du reflektert over, og slik skapt innsikt den siste uken?

2. Har du en plass hvor du kan sitte uforstyrret og reflektere? Hvor mye tid bruker du på refleksjon?

3. Fortell om sist gang du valgte å ta en pause for å reflektere, og hva du lærte om deg selv.
