



# BOSS

*WOMEN IN FAMILY BUSINESSES*

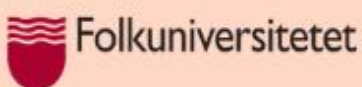
UTBILDNINGSPROGRAM FÖR KVINNliga  
LEDARE

I EUROPA FAMILJEFÖRETAG

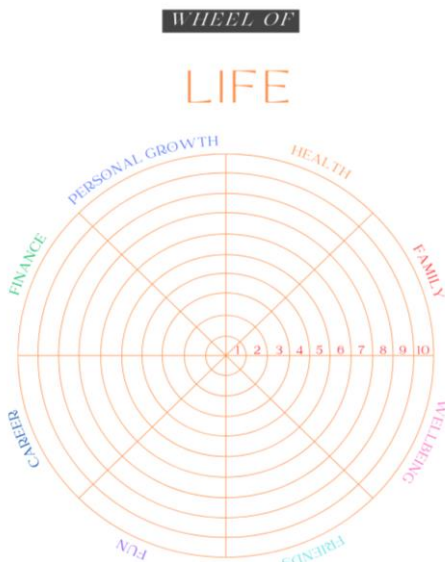
MODUL 1: Ledarskap och förvaltning

**PRAKTISK DEL**

**2022-1-SE01-KA220-ADU-000087596**



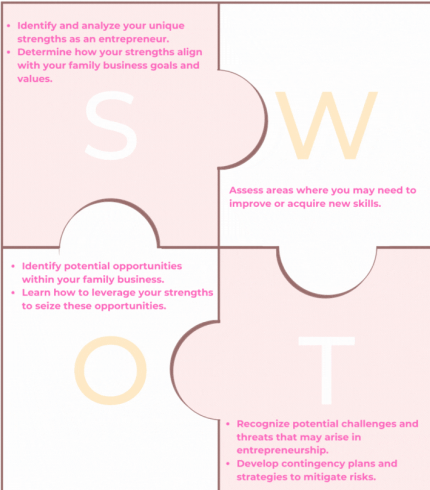
## ÖVNINGAR

ÖVNING NO	1
NAMN PÅ ÖVNINGEN	Livets hjul
INLÄRNINGSMÅL	Självutvärdering, identifiering av prioriteringar, målsättning, mätning av framsteg, åtgärdsplanering
VARAKTIGHET	15-30 minuter
BESKRIVNING	<p>Livshjulsövningen är väl lämpad för kvinnor som arbetar i familjeföretag och kvinnliga företagare i allmänhet, eftersom den återspeglar de unika aspekter och utmaningar som de står inför. Denna specialiserade övning hjälper kvinnor att navigera i den komplexa balansen mellan sin roll i familjen och kraven på att driva ett företag.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Upprätta dina kategorier. Det innebär att du identifierar de centrala sfärer som omfattar ditt livs viktigaste aspekter. Till exempel: familj, karriär, ekonomi, personlig utveckling, hälsa, välbefinnande m.m.</li> <li>När du har bestämt dig för vilka kategorier du vill ha, ritar du en cirkel och märker upp varje kategori i ditt livshjul. För att göra hjulet mer attraktivt kan du använda färger eller bilder som designelement.</li> </ol> <p>Exempel</p>  <p>The diagram is a circular 'Wheel of Life' with ten segments: FINANCE, PERSONAL GROWTH, HEALTH, FAMILY, WELLBEING, FRIENDS, FUN, CAREER, and FINANCE. The center has a scale from 1 to 10.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Utvärdera varje område</li> </ol>

	<p>Livshjulet bygger på idén att för att uppnå tillfredsställelse och glädje krävs en balans mellan de markerade kategorierna. Livshjulet fungerar därför som ett verktyg för att visuellt bedöma hur tiden fördelas mellan dessa viktiga områden. Följ dessa steg för att underlätta denna visuella bedömning:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Granska varje kategori noggrant och bedöm hur mycket uppmärksamhet du ägnar den just nu.</li> <li>● Tilldela varje kategori ett numeriskt värde på en skala från 0 till 10, där 0 står för minimal uppmärksamhet och 10 står för maximal uppmärksamhet.</li> <li>● Bestäm betyget för en kategori och placera en markering i lämplig kategori.</li> </ul> <p>4. Gå med i punkterna. När du har gjort bedömningen för varje kategori och angett motsvarande poäng på ditt livshjul, fortsätter du med att koppla ihop varje markerad punkt runt cirkeln. Genom att länka samman punkterna kan du visuellt förstå varje domäns relativa ställning och avgöra om ditt hjul uppvisar en känsla av jämvikt.</p> <p>5. Mät mot dina önskade nivåer. Olika aspekter av ditt liv kräver olika grad av uppmärksamhet, särskilt under olika faser. Att sträva efter balans innebär inte nödvändigtvis att du måste ägna varje kategori samma uppmärksamhet. Reflektera över den optimala nivån av uppmärksamhet som du strävar efter att tilldela varje domän. Representera sedan dessa önskade poäng på ditt livshjul och differentiera dem med en alternativ skugga.</p> <p>6. Initiera åtgärder för att förbättra specifika aspekter Utvärdera skillnaderna mellan din nuvarande och önskade livsbalans. Du kan identifiera områden där det verkar svårt att uppnå din önskade uppmärksamhetsnivå. Använd detta visuella instrument för att identifiera dessa skillnader och därigenom avgöra vilka områden som kräver en ökad investering av din tid och ditt fokus. Därefter kan du vidta proaktiva åtgärder för att överbrygga dessa gap och främja förbättringar.</p>
STÖDJANDE VERKTYG (videor, länkar, ppts, etc)	Papper, pennor eller blyertspennor i olika färger
Bibliografi	(2023, 11 mars). Livets hjul: Vad det är och hur man använder det för att hitta balans. Det är sant. <a href="#">Livshjulet: Vad det är och hur man använder det för att hitta balans  </a>

	<a href="https://indeed.com">Indeed.com</a>
--	---

<b>ÖVNING NO</b>	2
<b>NAMN PÅ ÖVNINGEN</b>	SWOT-analys av entreprenöriella färdigheter
<b>INLÄRNINGSMÅL</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identifiera och bedöma entreprenörens styrkor, svagheter, möjligheter och hot.</li> <li>• Tillämpa resultaten av SWOT-analysen för att fatta beslut om att starta eller driva ett familjeföretag på ett effektivt sätt.</li> </ul>
<b>VARAKTIGHET</b>	30-45 minuter
<b>BESKRIVNING</b>	<p>Denna övning är utformad för att hjälpa kvinnor att utvärdera sina entreprenöriella färdigheter och sin beredskap att starta eller driva ett familjeföretag framgångsrikt. En SWOT-analys är ett värdefullt verktyg som hjälper till att identifiera interna styrkor och svagheter samt externa möjligheter och hot. Genom att genomföra denna analys får kvinnorna insikter om sina förmågor och områden som kan behöva förbättras, vilket kan ha en betydande inverkan på familjeföretagets framgång.</p> <p>1. Fyll i arbetsbladet för SWOT-analys. Tänk på dina färdigheter, kunskaper, erfarenheter och personliga egenskaper. Exempel:</p>

	<div data-bbox="587 286 1029 918"> <h2 style="margin: 0;">SWOT ANALYSIS</h2> <p style="margin: 0;">Name: <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">W</span> <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">T</span> <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">W</span> <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">E</span> <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">S</span> <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">S</span></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Strengths</li> <li>• Weaknesses</li> <li>• Opportunities</li> <li>• Threats/Risk</li> </ul>  </div> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Sätt upp specifika, uppnåeliga mål för företagandet baserat på din SWOT-analys.</li> <li>3. Skapa en handlingsinriktad plan för att arbeta mot dina entreprenörsambitioner.</li> <li>4. Dela med dig av planen till din familj och få deras synpunkter. Prata om gemensamma framtida åtgärder för att utveckla familjeföretaget.</li> </ol>
<p>STÖDJANDE VERKTYG (videor, länkar, ppts, etc)</p>	<p>Papper, pennor eller blyertspennor i olika färger</p>
<p>Bibliografi</p>	<p>Kathy Haan, Cassie Bottorff (2023). Hur man startar ett företag i 11 steg (2023-guide). Forbes rådgivare. <a href="https://www.forbes.com/advisor/business/how-to-start-a-business/">https://www.forbes.com/advisor/business/how-to-start-a-business/</a> En guide till en personlig SWOT-analys: Förbered dig för din nästa roll (2021). Pepperdine Business Blog. <a href="https://bschool.pepperdine.edu/blog/posts/personal-swot-analysis-guide.htm">https://bschool.pepperdine.edu/blog/posts/personal-swot-analysis-guide.htm</a></p>

## UPPGIFT

Uppgift nr:	1
Uppgiftens namn:	Brev till mig själv
Beskrivning av uppgiften	Att skriva ett brev till sig själv är ett kraftfullt verktyg för självförbättring. Det är inte bara viktigt för personlig utveckling och strategiarbete, utan också för att uppnå affärsmål. Det hjälper dig att förverkliga dina kärnvärden, göra prioriteringar, återuppliva ambitioner och bygga upp tydligt definierade planer.
Förståelse för uppgiften (Titta på eller läsa om uppgiften)	Komfortzon, papper, penna och kuvert.
Utföra uppgiften	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ett brev till dig själv kan skrivas under en 3-månadersperiod, eller kanske längre eller kortare. Den exakta tidsramen beror på hur komplicerat det är och hur lång tid det tar att uppnå de mål som beskrivs i brevet eller hur fullständiga dina ambitioner är.</li> <li>2. Några förslag på frågor som kan hjälpa dig att skriva ditt brev. Du får gärna anpassa dem till dina specifika omständigheter. Du kan inkludera ytterligare information i brevet som matchar dina avsikter. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vilka prestationer ska jag uppnå i min verksamhet senast den här X-dagen?</li> <li>• Vilka konkreta steg ska jag ta i morgon, nästa vecka och nästa månad för att närma mig mina mål?</li> <li>• Hur känner jag för mitt företag och mitt team just nu? Hur visualiserar jag det önskade känslomässiga tillståndet hos mitt framtida jag i arbetsmiljön?</li> <li>• Glöm inte att... (t.ex. att hålla balansen mellan arbete och familj, se misslyckanden som en värdefull erfarenhet att lära sig etc.)</li> <li>• Jag söker förändring i... dessa förändringar motiveras av</li> <li>• Nu kan jag stolt berätta om mina prestationer... ( du kommer att beskriva de prestationer du har nu, men bara på ett positivt sätt).</li> </ul> </li> <li>3. Lägg arket i ett kuvert efter att du har skrivit det och förvara det i kuvertet tills du öppnar det i framtiden.</li> </ol>

Bibliografi	Brev till mig själv. Verktygslåda <a href="#">Hyper Island Verktygslåda</a>
-------------	--

Uppgift nr:	2
Uppgiftens namn:	Strategier för riskhantering
Beskrivning av uppgiften	Denna uppgift är utformad för att stärka kvinnor som är intresserade av att starta eller redan är engagerade i ett familjeföretag genom att ge insikter och strategier för effektiv riskhantering. I familjeföretagande är det viktigt att förstå och minska riskerna för att nå långsiktig framgång. Denna uppgift kommer att ge dem praktisk kunskap och verktyg för att identifiera, bedöma och hantera risker i sitt familjeföretag.
Förståelse för uppgiften (Titta på eller läsa om uppgiften)	Komfortzon, papper och penna.
Utföra uppgiften	<p>Steg 1: Börja med att läsa dessa artiklar för att förstå varför riskhantering är avgörande i familjeföretag:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) <a href="https://www.entrepreneur.com/growing-a-business/3-risk-management-challenges-family-owned-businesses-face/417686">https://www.entrepreneur.com/growing-a-business/3-risk-management-challenges-family-owned-businesses-face/417686</a></li> <li>2) <a href="https://ffipractitioner.org/the-role-of-risk-management-in-a-family-enterprise/">https://ffipractitioner.org/the-role-of-risk-management-in-a-family-enterprise/</a></li> <li>3) <a href="https://www.thefbcg.com/resource/managing-risk-in-the-family-enterprise-its-more-than-financial/">https://www.thefbcg.com/resource/managing-risk-in-the-family-enterprise-its-more-than-financial/</a></li> </ol> <p>Steg 2: Ta en stund för att bedöma familjeföretagets nuvarande strategi för riskhantering. Vilka risker har ni stött på eller kan ni förutse?</p> <p>Steg 3: Lista potentiella risker som är specifika för ditt familjeföretag.</p> <p>Steg 4: Hitta de mest effektiva strategierna och tipsen för ditt företag i artiklarna nedan.</p> <p>Steg 5: Skapa en enkel riskreduceringsplan för ditt familjeföretag. Identifiera åtgärder och insatser för att hantera de identifierade riskerna.</p> <p>Steg 6: Diskutera din riskreduceringsplan med en betrodd</p>

	familjemedlem. Be om deras synpunkter och perspektiv.
Bibliografi	<p>3 riskhanteringsutmaningar som familjeägda företag står inför och hur man löser dem (2022). <a href="https://www.entrepreneur.com/growing-a-business/3-risk-management-challenges-family-owned-businesses-face/417686">https://www.entrepreneur.com/growing-a-business/3-risk-management-challenges-family-owned-businesses-face/417686</a></p> <p>Riskhanteringens roll i ett familjeföretag (2019). <a href="https://ffipractitioner.org/the-role-of-risk-management-in-a-family-enterprise/">https://ffipractitioner.org/the-role-of-risk-management-in-a-family-enterprise/</a></p> <p>MICHAEL L. FASSLER, WENDY SAGE-HAYWARD (2015). Riskhantering i familjeföretag: Det handlar om mer än ekonomi <a href="https://www.thefbcg.com/resource/managing-risk-in-the-family-enterprise-its-more-than-financial/">https://www.thefbcg.com/resource/managing-risk-in-the-family-enterprise-its-more-than-financial/</a></p>