



## LTI - Livstillfredsställelseindex

### Vad är LTI?

LTI är ett verktyg som från början togs fram som ett komplement till Outsiderskalan i Personlig dialektik. Det kan med fördel användas tillsammans med Personlig dialektik, för att tillföra ytterligare dimensioner och djup i arbetet med självkänedom och personlig utveckling. Det kan även användas separat eller i samband med Introduktion till Fyrarummaren.

Livstillfredsställelseindex ger en indikation på hur en person upplever sitt liv; i hur hög grad han eller hon känner sig tillfreds med hur det ser ut idag och vad som saknas eller behöver utvecklas. LTI-formuläret innehåller frågor som handlar om hur den totala livssituationen ser ut. Ett siffervärde räknas fram som ett underlag inför arbete med fortsatt personlig utveckling.

### Användningsområden

Det finns ett flertal möjliga användningsområden för LTI, exempelvis:

- För att fördjupa och utvidga ett arbete med Personlig dialektik och Outsiderskalan.
- I arbete med människor som på olika sätt har problem; stress, utbrändhet, konflikter, arbetsmiljörelaterade problem mm.
- I arbete med Livs- och karriärplanering.
- I samband med arbete med arbetsgrupper, teambuilding, ledarutveckling.
- Chef- och medarbetarsamtal.
- I uppdrag som handlar om samtalsstöd, personlig utveckling, självkänedom.
- I samband med kartläggning av psykosocial arbetsmiljö mm.

### Hur ser utbildningen ut?

Utbildningen består av 2 + 1 dag. Vi går igenom verktyg, teori och användningsområden och deltagarna testar verktyget på sig själva under handledning. Kursen inleds med en grundlig genomgång av Personlig Dialektik och Outsiderskalan. Därefter arbetar vi oss igenom LTI och bearbetar samtidigt frågor om livstillfredsställelse. Att använda verktygen i den ordningen skapar goda förutsättningar för såväl självreflektion som konkret handlingsplanering. En viktig del av programmet handlar om det konsultativa samtalet. Tillsammans utforskar vi vad som finns bakom siffrorna, vad som är uppenbart och vad som kan vara höljt i dunkel. Vi kommer också att titta på kopplingen till andra Fyrarummarverktyg.

I anslutning till utbildningen, dvs 11-12 maj respektive 19-20 oktober, genomför vi en utbildning i Teambarometern. Kombinationen av dessa verktyg ger dig en unik möjlighet att uppleva och förmedla dynamiken i Fyrarummarverktygen.

### Tid, plats och pris

Etapp 1 9-10 maj 2005 alt. 17-18 oktober 2005.

Etapp 2 Den andra etappen på 1 dag planerar vi tillsammans.

Pris: LTI: 5 900 kr. Kombinationsutbildning: LTI + Teambarometern: 9. 900 kr.

Utbildningen riktar sig till dig som har gått den grundläggande utbildningen inom Fyrarummaren.

**Anmälan till** [marie.stenman@andolin.com](mailto:marie.stenman@andolin.com) eller på 08-677 00 30.