

INTYG

Härmed intygas att

har genomgått Motivationslyftets skolprogram
för gymnasiet.

Programmet syftar till att stärka elevens självledarskap gällande sitt mående och sin inläring. Genom programmet får eleven verktyg att möta framtidens möjligheter och utmaningar.

Programinnehåll

Värderingar och målbilder

Eleven har tränat på att bli medveten om sina egna och andras värderingar, ha ett dynamiskt mindset och att sätta upp mål.

Motivation och drivkraft

Eleven har lärt sig att använda sin inre drivkraft för att nå sina mål, bland annat genom att bli medveten om kopplingen mellan uthållighet, goda vanor och målpuppfyllelse.

Vilja och beslut

Eleven har stärkt sin valkompetens och genom ökad självkännedom tränat på att göra medvetna val och fatta beslut.

Hälsa och inläring

Eleven har fått strategier och verktyg för att hantera hinder och stress, samt ökad förståelse för vikten av återhämtning för att kunna prestera och må bra – nu och i framtiden.

Kommunikation och hållbar utveckling

Eleven har fått kunskap och verktyg för att kunna bidra till ett socialt hållbart samhälle, bland annat genom sitt sätt att kommunicera, ta ansvar och samarbeta.

Datum och ort



Underskrift mentor