

# HJÄRNSMART LEDARSKAP 2019



## 4 DAGARS LEDARSKAPSUTBILDNING DU HAR NYTTA AV LIVET UT!

**11-12 APRIL & 13-14 JUNI**

Över 150 chefer ger högsta betyget!

“Den bästa ledarskapsutbildning jag gått.”

“Utbildningen har gett bättre resultat i medarbetarenkäten.”

*OBS! Enda kursen 2019 – max 15 deltagare.*

Få kunskaper om hur människor fungerar och livet som ledare blir enklare och roligare! Många konkreta verktyg – lätta att direkt börja använda. Resultatet ser du på en gång.

Du får en inblick i vad som händer med hjärnan vid stress, vid missförstånd, olika förväntningar, otrygghet, negativa situationer, vid förändringar och negativa besked. Det ökar din förståelse, du får större empatisk förmåga och får många verktyg för att du kan hantera olika situationer på ett professionellt och säkert sätt.

### 2 TILLFÄLLEN – 4 DAGAR

Vi ses på [Sigtunastiftelsen Hotell & Konferens](#) där den underbara miljön för tankarna till Italien!

11-12 april & 13-14 juni Kl. 09.30-16.30

Nära tåg och Arlanda. Bil hämtar upp.

### ALLT INGÅR I PRISET!

Kost & logi. Kursmaterial, två böcker, kursintyg, checklista & uppföljning.

Pris 19 500 kr ex moms.

### ÄR NI FLERA?

Gå 3 betala för 2

### ANMÄL DIG SENAST 8 MARS

Anmäl dig till Lena Skogholm

lena@talkmap.se, 0707-104300

# HJÄRNSMART LEDARSKAP 2019



## HÅLLTIDER

Frukost (gäller dag 2 & 4)  
09.00 Kaffe  
09.30 Vi startar dagen tillsammans  
12.00 Lunch  
13.00 Dagen fortsätter tillsammans  
15.00 Eftermiddagsfika  
16.30 Dagen avslutas  
19.00 Tre-rätters middag (gäller dag 1 & 3)



## DELAR AV INNEHÅLLET

*Vi börjar varje del med att vi gå igenom hjärnforskning och psykologi som avslöjar så funkar vi människor. Därefter tittar vi på hur vi kan agera utifrån hjärnans förutsättningar så att vi kan samarbeta med hur vi faktiskt fungerar. Sedan konkretiserar vi det ett steg ytterligare och belyser ämnet med konkreta verktyg och hur du kan använda dem i just din situation.*

### DAG 1 – TEMA: DIN PÅVERKAN SOM LEDARE, STRUKTUR PÅ MÖTEN OCH SAMTAL SAMT BESVÄRLIGA SITUATIONER

- Din påverkansmöjlighet som chef. Hur du kan "smitta" med det beteende och den känsla du vill ska råda. Hur kan du göra för att få bästa resultat? Hur påverkar det den sociala arbetsmiljön? Medarbetarens och chefens roll för den sociala arbetsmiljön.
- Ett strukturerat sätt att titta på möten, samtal och mejl mm. Vi tittar på de fem steg som ingår och hur du kan göra det bästa av varje steg i möten både med en eller flera, i samtal öga mot öga eller telefon. Konkreta verktyg för att känna sig säker och vara professionell genom alla steg.
- Hur vi blir påverkade av stress, vad som händer i hjärnan och hur det isar sig i olika beteenden. Hur du möter personer som är stressade, upprörda eller går till attack så att du uppträder både professionellt och respektfullt.
- Vad behöver man tänka på vid negativa besked? Tre nivåer i samtalet och hur du kan göra det bästa på varje nivå. Hur du förbereder dig, under samtalet och efteråt.
- Förklaringen bakom varför det ofta är motstånd mot förändringar och vad du kan göra för att minska motståndet och få medarbetarna delaktiga istället. Hjärnan vill spara på energi i möjligaste mån men förändringar tar energi. Vad kan du göra åt det?
- Varför grupper fungerar så olika och vad du behöver ha med dig i ditt ledarskap för att underlätta utveckling för gruppen du står inför.
- Vi tittar även på särskilt svåra situationer när det hakat upp sig i gruppen eller för en enskild medarbetare.

# HJÄRNSMART LEDARSKAP 2019



## DAG 2 – TEMA: SKAPA TRYGGHET I GRUPPEN OCH FÖR MEDARBETAREN, ANPASSA KOMMUNIKATIONEN, KUNNA MÖTA VARJE MEDARBETARE OCH GRUPP, HUR MÖTA NEGATIVA PERSONER OCH ISTÄLLET SKAPA EN UPPLYFTANDE STÄMNING.

- Reflektionsstund med tankar från gårdagen.
- Vikten av att skapa trygghet i gruppen (som bygger på flocken). Hur du kan se och bekräfta alla medarbetare så att de känner sig lyssnade på och blir tagna på allvar. Hur du kan lyfta fram och öka beteenden som behövs på er arbetsplats för att skapa resultat. Även verktyg från MI - Motiverande samtal.
- Vad är nödvändigt för att lyckas med din kommunikation med alla olika slags medarbetare? Hur du situations-, grupp- och personanpassar din kommunikation.
- Hur du skapar förtroende så att medarbetarna vill följa dig. Hitta din balans mellan att vara tydlig som ledare och att lyssna in medarbetarna och verksamheten.
- Den ordlösa kommunikationens betydelse och varför vi omedvetet sätter större tilltro till den än själva orden som sägs. Hur du kan träna upp och ha en tydliga ordlös kommunikation som är professionell, visar trygghet och säkerhet.
- Vad ligger bakom en negativ attityd eller stämning? Varför tar det ofta energi och får stor smittoeffekt? Hur kan du bryta ett negativt mönster och istället gynna en upplyftande stämning på jobbet? Ordens betydelse och olika språktekniker.
- Jaget och laget. När en eller ett par personer tar all plats och det är svårt att få alla lika delaktiga. Vad ligger bakom? Hur kan du göra?
- Vi tränar på delar vi gått igenom.
- Vi sammanfattar dagarna och uppgifter ges till nästa tillfälle.



# HJÄRNSMART LEDARSKAP 2019



## **DAG 3 – TEMA: HUR ARBETSGLÄDJEN KAN ÖKA, SOCIALA ARBETSMILJÖN, VERKTYG FÖR ATT HJÄLPA MEDARBETARE ATT UTVECKLAS, TYDLIGT MÅLARBETE, FÖRSTÅ OLIKHETER HOS PERSONER OCH TEAM OCH GÖRA DET TILL EN FÖRDEL.**

- Reflektionsstund kring uppgifterna från förra tillfället.
- Fler verktyg för att bryta negativa situationer och vad du kan göra både här och nu och långsiktigt för att bidra och vara en förebild för hur en bra stämning på jobbet sprids.
- Hur du kan leda för att systematiskt arbeta för ökad arbetsglädje. Översiktligt arbetsblad med konkreta tips utöver kursmaterialet.
- Om härskartekniker, vad det är och hur du kan bemöta dem. Och vad du kan göra som är motsatsen till härskartekniker.
- Hur du underlättar för och ger input till gruppen och den enskilde medarbetaren att utvecklas, ta ansvar och "levla" upp.
- Olikheter som en tillgång och undvik att snubbla på språkets snubbeltrådar. Vem har du lättast för att kommunicera med? Vem kan vara svårast? Varför? Ökad självinsikt och verktyg för att möta olika kommunikationsstilar. Hur stressen påverkar olika kommunikationsstilar och vad som är extra viktigt för dig att tänka på då.
- Vi slår samman vad vi gått igenom av hjärnforskning och psykologi och kommer se en röd tråd samt en övergripande bild som förklarar ännu mer av mänskligt beteende på djupet.

## **DAG 4 – TEMA: BRYTA NEGATIVA LÅSNINGAR, MEDVETENHET OM "ÖMMA TÅR", FEEDBACK, BRYTA IMPULSIVA BETEENDEN, EN HELHETSILD AV VAD VI GÅTT IGENOM OCH "LEVLA" UPP SOM LEDARE.**

- Verktyg för att bredda tankemönster och vidga perspektivet för alla medarbetare. Effektivt när olika grupperingar finns eller gruppen/personer fastnat i ett leta-fel-läge. Eller om gruppen/delar av gruppen bara se allt som är negativt med tex en förändring och fastnar i det läget.
- Ibland märker vi att vi klivet på en öm tå. Den starka reaktionen kommer oväntat. Vad ligger bakom "de ömma tårna"? Hur kan vi upptäcka dem och vad kan vi göra i situationen?
- Flera verktyg för att ge feedback som stärker beteenden som leder till verksamhetens resultat. Översiktligt arbetsblad med konkreta tips utöver kursmaterialet.
- Verktyg för att snabbt bryta impulser, instinktfulla beteenden för att skapa utrymme för reflektion som leder mötet eller samtalet till en högre nivå.
- Vi tränar på delar vi gått igenom.
- Vi sammanfattar dagarna och skriver en handlingsplan för vad nästa steg är i ditt ledarskap utifrån vad vi gått igenom.