

GU EXECUTIVE EDUCATION

ÖPPET PROGRAM

Medvetet, modigt ledarskap

MÅLGRUPP:

För ledare på alla nivåer som vill utveckla sig själv, sitt team och sin organisation med utgångspunkt i ökad självkännedom - och som behöver tid för reflektion och att få nya verktyg.

PROGRAMÖVERSIKT:

Allt fler verksamheter ställer om till arbetsätt där vi arbetar självständigt och tillsammans på nya sätt för att möta förändringar i omvärlden. Fokus flyttar från enbart prestation till att inkludera relation vilket ställer krav på vår personliga utveckling. Ökad självkännedom, strukturerad reflektion och förmågan att styra din uppmärksamhet gör det möjligt att ifrågasätta gamla sanningar och agera utifrån nya perspektiv. Programmet erbjuder:

- Forskningsbaserad kunskap om hur och varför självledarskap med medveten närvaro gör dig till en bättre ledare
- Verktyg och övningar för att styra din uppmärksamhet, själv och med andra, baserat på Mindfulness och systemiska konstellationer
- Träning i självkännedom, medveten närvaro, reflektionstid och tillgång till ditt mod för att använda det i ditt arbete.

Genom aktivt deltagande i övningar får du verktyg med dig som du redan börjat använda. Du utbyter också erfarenheter med andra som står inför liknande utmaningar i sitt arbete.

INNEHÅLL:

Programmet är utformat för att i psykologisk trygghet aktivt engagera deltagarna. Teoretiska perspektiv varvas med praktiska övningar i Mindfulness och konstellationer samt delande av erfarenheter. Vi ses vid tre tillfällen.

Programmet tar bland annat upp:

- Hur du hittar en balans mellan styrning av organisationens dagliga verksamhet och ett mer strategiskt, reflekterande ledarskap
- Hur du kopplar ihop mod och medkänsla för att på bästa sätt applicera detta i din yrkesroll
- Hur du kan skapa gemensamt utrymme för reflektion, personlig och professionell utveckling i er organisationskultur

*Med reservation för ändringar i programmets innehåll.

Pris: SEK 16 900 (exkl moms)

Plats: Online samt Nääs Fabriker

Datum: 13, 23-24 mars samt slutet av april, 2023



Programledare: Mette Sjöberg Anthonsen, PhD, coach (PCC)

Mette arbetar som key account manager för externa relationer, kombinerat med en roll som coach och lärare för nivåer på alla nivåer, inklusive Executive MBA, på Handelshögskolan vid Göteborgs universitet. Ursprungligen professionell journalist och har en PhD i statsvetenskap. Hon har arbetat som chef, och sedan tio år faciliterar hon ledarutveckling hos en internationell bas av klienter från olika branscher. Sedan 2016 är hon certifierad i systemiska konstellationer, och 2020 publicerade hon en intervjubok om medkänsla. Mette har mer än 20 års erfarenhet av att leda grupper och individer i olika sorters lärande.



Programledare: Rebecka Arman, PhD, docent

Rebecka är tidigare sjuksköterska och arbetar sedan 2010 som lärare och forskare på Handelshögskolan vid Göteborgs universitet. Rebeckas forskning handlar om organisationsutveckling och ledarskap, särskilt inom HR-området, både i privat och offentlig sektor. Hon leder själv och undervisar i ledarskap, teamutveckling och kommunikation. Rebecka föredrar att leda upplevelsebaserat lärande där det skapas mycket utrymme för utbyte av erfarenheter. Sedan 2009 praktiserar hon Mindfulness och meditation dagligen.

Kontakt:

exed@handels.gu.se
+46 31 786 53 81

GU Executive Education AB
PO Box 609
405 30 Göteborg



UNIVERSITY OF GOTHENBURG
SCHOOL OF BUSINESS, ECONOMICS AND LAW