

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 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 9 800 (exkl. moms), inkl. lunch
Plats: Online samt St. Jörgen Park
Datum: 31 mars (en timme online), 11 april 2025 kl. 08.30-16.00 på Sankt Jörgen Park i Göteborg samt en timme online uppföljning efter heldagen.



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

Mette Anthonsen har en BA från Danmarks Journalisthøjskole, en MA Internationella Relationer från University of Reading och en PhD Statsvetenskap från Göteborgs universitet.

Hon faciliterar sedan 2009 lärande kring personlig och professionell utveckling för individer, grupper och team på Handelshögskolan vid Göteborgs universitet. Efter några år som program manager för Quality of Government Institutet på Göteborgs universitet har hon sedan 2009 arbetat med lärande och ledarskapsutveckling på full tid.

Som programledare har hon fullt fokus på deltagarnas behov och på att hålla hög, professionellt nivå på programmets alla leveranser. Bredvid jobbet på Handelshögskolan driver Mette eget konsultbolag med fokus på ledarskapsutveckling och professionell coaching. Hennes kundkrets är global, och hon jobbar med klienter från offentlig sektor såväl som från näringslivet.

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