

Væredygtig ledelse i praksis – kursus i København

Bliv menneskeklog på en dag

Lær at være forbundne og forpligtede, væredygtigt og virksomt.

Lær at hvile i at være *dig selv* og at nyde at skabe betydning i dit lederskab og i dine relationer.

Lær at forpligte medledende og menneskeligt opbyggende til balance i hjerne, hjerte og handling.



Det lærer du på dette kursus

Væredygtighed i ledelse

Ledelse med overskud til at være nærværende som menneske.

Integritet og nærvær indefra og ud

På et selvreflekteret grundlag at respektere den enkeltes værdighed i samarbejdsrelationen.

Rollemodel fremfor energivampyr

Overskud til med menneskelig omtanke og tillidsskabende nærvær at sprede positiv energi.

Psykologisk ejerskab

Med indsigt i mennesker og *ydmøghed som en styrke* at tage ejerskab for trivslen og samarbejds miljøet.

Modet i sårbarheden

Dialogisk at mobilisere læring og bygge mennesker op indefra-og-ud til overensstemmelse i tanker, følelser og adfærd.

Frisættende forbundethed

Skabe transparens i tillidsskabende miljøer, som får mennesker og samarbejdsrelationer til at vokse.

At tale fra hjerte til hjerte

Arbejde forløsende, frisættende og samlende med organisationens følelsesmæssige diskurser.

Kognitiv dialog

Kvalificer dine dialoger og møder med samtaleformat der bevidstgør, bevæger og forpligter. Skaber samhørighed, ejerskab og formålsbåret synergi.

Betydningsbærende fællesskaber

Hvordan bevægelsen over i *væredygtig, humanokratisk praksis* kan integreres praksisnært.

Væredygtig ledelse i praksis kursus:

https://commitmentlab.dk/?page_id=5120

Kursusdagen er opdelt i tre dele

Del 1: Væredygtig selvledelse – Led først dig selv, så andre

I første del af kurset lærer du Væredygtig selvledelse; og hvordan du på et bevidst grundlag tilgår og håndterer dagligdagens udfordringer og arbejdssituationer på en reflekteret og udviklende måde. Med modet til at være og vise dig, som det menneske du er. Vi udforsker hvorfor vores psykologiske mekanismer både kan være vores største aktiv og andre gange vores værste barriere. Hvad sker der når vi kaptres af følelser og når samarbejdets *følelsesmæssige diskurser* uforvarende stjæler tillid, tid og energi. Vi perspektiverer hvordan underskud værnes, forløses og erstattes med trivsel og overskud. Og vi udforsker hvorfor stress og konflikt er udgangspunkt for læring og hvordan hverdagens stimuli, valg, krav og stressorer er afgørende for din mentale sundhed. Du lærer at favne modet i sårbarheden og at tilgå og håndtere konflikt og forskellighed udviklende. Styrkende for mental sundhed, tillid, arbejdsglæden og fællesskabsfølelsen.

Del 2: Væredygtig ledelse – Lær at være menneskeligt tillidsskabende og samlende

I den næste del af kurset får du viden og værktøjer til at praktisere Væredygtig ledelse. På et selvreflekteret grundlag, bliver du klædt på til at tage *psykologisk ejerskab* for at skabe psykologisk tryghed og samhørighed i en dialogbaseret udviklingskultur. Vi udforsker hvorfor ellers velmenende kommunikation ofte udvirker misforståelser. Og hvilken kommunikation der bevæger hjerter og positivt forpligter fokus og adfærd. Du lærer at engagere dig og dem, du leder, medledende og inddragende i debatter og beslutninger. Med forståelse for, hvordan du lytter til og lærer af mennesker i tillidsskabende dialoger, der fremmer indsigten i tankeprocesser og deres natur og fri sætter dine medarbejders talent og behov for at reflektere, lære, deltage og skabe.

Del 3: Væredygtighed i organisationer – Lær at være forbundne og forpligtede

I den sidste del af kurset lærer du at integrere Væredygtighed i organisationer – og hvordan du i egen organisation praktiserer menneskelighed, der muliggør at den enkelte kan opleve sig stolt i sit ansvar (hoved), værdsat og værdifuld i samarbejdet (hjerter), samt praktisk forpligtet i opgaveløsningen (handling). Styrkende for forbundethed, diversitet, tillid og agil samskabelse. Vi perspektiverer opfølgende, hvordan du omsætter din nye viden og værktøjer og skaber væredygtige samarbejds miljøer, der er mentalt og menneskeligt opbyggende. Hvordan du med din nye viden og værktøjer; løfter fællesskaber og forandring i praksis, når du arbejder strategisk frisættende med organisationens psykologiske og sociale kapital. Og hvorledes dette muliggør den sunde selvrespekt, positive energi og meningsfulde værdiskabelse som livskvalitet, vækst og innovation handler om.

Det er et inddragende interaktivt kursus

Du inddrages fra dagens begyndelse til aktiv deltagelse i fælles refleksioner, øvelser og drøftelser – sådan at dagens program fra først til sidst: lærende, er såvel en gave og en opgave. Deltagelsesform der frisættende fremmer overensstemmelse mellem forventning, indhold og udbytte.

Du får

- Viden og hands-on indsigt i, hvordan psykologisk og social kapital er afgørende for den mentale sundhed. Skabelon til at skabe mentalt hele mennesker og realisere kerneopgaven
- Kendskab til forskellige typer af energivampyrer; *de negative*, *de 'positive'* og *de skjulte energivampyrer* – og hvordan de påvirker omgivelserne
- Indsigt i, hvordan du som leder er en væredygtig rollemodel (fremfor en energivampyr) – og hvilken indvirkning det har på energi, arbejdsklima og graden af tillid på arbejdspladsen
- Redskaber og færdigheder i kognitiv dialog, så du samlende kan styrke jeres dialogiske kultur og forbundethed, i stedet for at tale forbi hinanden i dagligdagen, og uforvarende at spille tiden på jeres møder
- Redskaber til at løfte fællesskaber og forandringer i praksis med Væredygtig ledelse der på samme tid giver selvledelse, medbestemmelse og ansvarlighed
- Dialogisk metode til transformative og relationsstyrkende samtaler, så du værner om og varetager samarbejdets livsnerve: jeres kommunikations- og feedbackkultur. Det, at være en menneskecentreret organisation
- Uddannelse i fundamentet for at integrere Væredygtighed i din egen organisation
- Et eksemplar af den anmelderroste fag- og metodebog 'Væredygtig ledelse® og humanokratisk praksis' med hjem, så du på egen hånd kan fortsætte med at omsætte dagens indsigter og metoder
- 30 minutters telefonisk sparring i forlængelse af kursusdagen, efter aftale, omkring det du måtte have behov for at drøfte relateret til at integrere de væredygtige begreber og metoder
- Et certifikat fra Commitment Lab

Praktiske info

Pris: 5.250 kr. + moms

Lokation: Kosmopol, Fiolstræde 44, 1171 København K. (50 meter fra Nørreport Station).

Dato: torsdag d. 30. maj 2024

Tidspunkt: 9.00 – 17.00 (morgenmad fra kl. 8.30).

Inkluderer: forplejning: morgenmad, frokost, kaffe, te, vand, frugt, kage. 1 stk. af den anmelderroste bog ”Væredygtig ledelse”. Tilbud om 30 minutters telefonisk sparring i forlængelse af kursusdagen omkring det du måtte have behov for at drøfte relateret til at integrere de væredygtige begreber og metoder.

Gratis wifi

Om din underviser Tine

Tine Nyholm er cand.pæd. i pædagogisk psykologi og ejer af Commitment Lab ApS. Hun er specialiseret i at konkretisere virksomheders udviklingsbehov og gøre selv de mest ambitiøse forandringsvisioner til virkelighed. Alt sammen med mennesket i centrum.

Med afsæt i solid forskningsbaseret viden om trivsel og forandringsprocesser i virksomheder er Tine Nyholm en inspirerende proceskonsulent, kursus- og workshopleder. Sammen med deltagerne skaber hun læring og resultater, der kan måles og mærkes. På bundlinjen – og på humøret.

Som professionel udbyder af akademiske læringsforløb, der integrerer teori og praksis med udviklingsbehov og forandringsvisioner, har Tine Nyholm siden 2009 uddannet tusindvis af studerende og kursister til styrket mental mestring og kompetence i praksis.



Tine Nyholm er aktuell med den anmelderroste bog *Væredygtig ledelse® og humanokratisk praksis* (2023), og er desuden erhvervspsykologisk supervisor, ledelsesrådgiver, kognitiv coach, skribent i bl.a. tidsskriftet ERHVERVSPSYKOLOGI, i Dagbladet Børsen, Magasinet Kvalitet og på Lederweb samt medforfatter af antologier om fremtidens ledelse (*Frivillig ledelse*, 2013) og om coaching som et af tidens stærkeste værktøjer til udvikling (*Coaching i nyt perspektiv*, 2014).

Tine har siden 2013 arbejdet meget aktivt med Væredygtighed i ledelse, selvledelse og organisationer, som konsulent, forfatter, uddannelsesansvarlig og privatperson. Tine Nyholm er ophavskvinde til koncepterne Væredygtig ledelse® og Væredygtig selvledelse®. Begge begreber er registreret i Patent- og Varemærkestyrelsen.