

Ledarskapsutbildning

Utveckla ditt personliga ledarskap (3 dagar)



”Som psykoterapeut har jag noterat att de som blir framgångsrika fokuserar på att utveckla sina styrkor och hitta andra som kan kompensera dem för deras begränsningar. Fler har börjat intressera sig för sitt personliga ledarskap och valt att prioritera det. Det är viktigt att ta det personliga ledarskapet på allvar. Genom att utveckla sig själva blir det enklare att leda andra. Investera i ditt ledarskap. Det lönar sig.”

Om utbildningen

Under utbildningen kommer du att arbeta med ditt inre ledarskap. Du får möjlighet att reflektera över ditt och andras beteenden. Om du förstår du hur människor fungerar blir du framgångsrikare som ledare. Genom ökad självkänedom når du lättare dina mål och visioner.

Utgångspunkten är ett tvärvetenskapligt synsätt, där människan betraktas ur ett helhetsperspektiv. Teori-avsnitt varvas med individuella övningar, tester och checklistor samt diskussioner i storgrupp och i mindre grupper för generellt erfarenhetsutbyte. Som deltagare arbetar du parallellt med att utforma ditt eget individuella livs- och karriärutvecklingsprogram.

Vi kvalitetssäkrar våra utbildningar för största kundnöjdhet.

Målgrupp

Utbildningen vänder sig till blivande eller nyttillträdde chefer, mellanchefer, samordnare och andra med arbetsledande uppgifter. Även du som har ett indirekt ledarskap och har ett behov av att utvecklas kan delta.

Målsättning

Utbildningen ger dig konkreta verktyg för att utveckla ditt personliga ledarskap som du direkt kan omsätta i praktiken för att nå de avgörande resultaten.

Plats

Västerås. Lokal meddelas senare.

Utbildningsansvarig

Héléne Stolt, legitimerad psykoterapeut, socionom och beteendevetare samt specialist på psykosociala arbetsmiljöfrågor.

Coachingsamtal

Ett individuellt coachingsamtal ingår som bokas in mellan utbildningsdagarna. Det kan tjäna som vägledning för livs- och karriärutvecklingsprogrammet.

Nyhet!

Boken ”Psykoterapeutens guide till chefen” ingår gratis som en del av utbildningen.

Mer om utbildningen

Fika och lunch ingår under samtliga utbildningsdagar.

Omfattande skriftlig dokumentation och utbildningsintyg ingår.

Några andra deltagare om utbildningen

”Råd/självrannsakan kring hur jag leder andra. Med konkreta, praktiska övningar tvingades jag till insikt. BRA.”

”Utveckla mig i chefsrollen. Bra och intressant var att få kunskap om medarbetarnas beteende. Mötespolitiken var användbar.”

”En kurs som ger många bra redskap i ledarskapet.”

”Konkreta lösningar på svåra situationer.”

”Bra utbildning och kursledning. Huvudsaklig anledning att gå utbildningen var att få en egen utveckling efter längre 'torka'.”

”Tidseffektiv, nyttig utbildning.”

Hela programmet med tider för utbildningen hittar du på nästa sida!



Héléne Stolt Psykoterapi & Ledarskap AB

Utveckla ditt personliga ledarskap (3 dagar)



Dag 1 - Ledarskapets psykologi

Torsdag 20 november 2025 kl. 09:30 - 16:30.

- ◆ Ledarskapet ur ett historiskt perspektiv
- ◆ Ensamhet och utsatthet i yrkesrollen
- ◆ Att få med sig människor i olika sammanhang

- ◆ Att hantera informella ledare
- ◆ Vad förväntas av mig i rollen som chef och ledare?
- ◆ Strategier i mitt ledarskap

- ◆ Hur blir jag en bra ledare över mig själv och andra?
- ◆ Stämmer frågorna i min inre dialog med det liv jag drömmer om?
- ◆ Att skapa förtroende

- ◆ Självkännedom som grund för ett bra ledarskap
- ◆ Personligt ledarskap – konsten att leda mig själv
- ◆ Checklista att använda vid beslutsfattande

Dag 2 - Utveckla ditt ledarskap

Fredag 21 november 2025 kl. 09:00 - 16:00.

- ◆ Att möta och övervinna de utmaningar som jag konfronteras med i den dagliga verksamheten
- ◆ Hur jag kan satsa på mina styrkor och utforma mitt livs- och karriärutvecklingsprogram
- ◆ Coachande ledarskap

- ◆ Tankens kraft för att öka självkänslan
- ◆ Öka min attraktionskraft och bli framgångsrik
- ◆ Att uppnå balans mellan arbete och fritid

- ◆ Prioritera, planera, fokusera, delegera och reflektera
- ◆ Vad driver mig och mina medarbetare?
- ◆ Hur skapas och bevaras arbetsmotivation och engagemang?

Coachingsamtal

Individuellt coachingsamtal.

Dag 3 - Utveckla din karriär

Torsdag 18 november 2025 kl. 09:00 - 16:00.

- ◆ Att tydliggöra min egen bärande idé och vision
- ◆ Mitt beteende vid förändringar
- ◆ Att leda mig själv och andra vid förändringar

- ◆ Leder förändringar alltid till utveckling?
- ◆ Vem klarar krishantering bäst?
- ◆ Agera eller reagera? Att våga vara chef och ledare

- ◆ Hur trovärdig och tydlig är min kommunikation?
- ◆ Kommunikation som maktspråk
- ◆ KBT (kognitiv beteendeterapi) och ledarskap

- ◆ Skapa trygghet ur osäkerhet för ökad effektivitet
- ◆ Uppföljning av livs- och karriärutvecklingsprogrammet

Pris

29 890 kr/person, exklusive moms.

Anmälan

Anmäl dig idag! Antalet platser är begränsade. Vi utbildar med kvalitet före kvantitet.

Du anmäler dig genom att skicka e-post till info@ledarskapsutveckling.eu. Uppge ledarskapsutbildning, datum för utbildningen, ditt namn, telefon, e-post, företag och faktureringsadress.

I samband med att du anmäler dig får du en bekräftelse på att vi har tagit emot din anmälan. Efter din anmälan skickar vi en faktura.

Genom att du ingår avtal med oss samtycker du till att vi lagrar personuppgifter enligt dataskyddsförordningen (GDPR).

Du hittar fullständiga villkor över våra tjänster på [ledarskapsutveckling.eu/villkor](https://www.ledarskapsutveckling.eu/villkor).

Om du har frågor kring utbildningen är du välkommen att kontakta oss via kontaktuppgifter nedan.

Företagsintern utbildning

Denna utbildning kan även genomföras företagsinternt. Kontakta oss för ytterligare information.

Välkommen!



Héléne Stolt Psykoterapi & Ledarskap AB

Hylsvägen 4, 721 38 Västerås. E-post info@ledarskapsutveckling.eu. Internet www.ledarskapsutveckling.eu. Telefon 0707-17 46 01 (Héléne Stolt)