

Hälsa & Hållbart Ledarskap, Compassion & Självmedkänsla

Hållbart ledarskap innebär att man driver en verksamhet och leder en grupp på ett sätt som gör att både ledare, kollegor och medarbetare mår bra, känner arbetsglädje och når de uppsatta målen i ett tryggt och tillitsfullt samarbete.

Syftet är att:

- *Stärka din roll som chef och ledare*
- *Skapa en kultur där kunskap och innovation kan blomma.*
- *Öka din egen känsla av trygghet och tillit till dig själv som människa och ledare*
- *Minska upplevelsen av stress i vardagen och öka känslan av arbetsglädje*

Detta leder till att du tillsammans med din organisation både på grupp och individnivå kan frigöra och öppna upp kompetens och kapacitet vilket driver både resultat, verksamhetsutveckling och innovation. Upplevelsen av stress i vardagen minskar och arbetsglädjen ökar.

Du får ett värdefullt erfarenhetsutbyte och ett nätverk som fortsätter att bidra till din utveckling långt efter programmets slut.

Innehåll:

Utbildningen har sin grund i vetenskapliga metoder och teorier samt omvärldsspaning om ledarskap och hälsa.

- Compassion & självmedkänsla, att nyttja hjärnans olika motivationssystem för en god hälsa och ett hållbart arbetsliv
- Psykologisk säkerhet och trygga organisationer
- Att klara av att navigera i den samhällsomvandling vi befinner oss
- Trender om ledarskap
- Praktiska övningar

Varje deltagare erbjuds en timmes individuell rådgivning under programmet

Varje tillfälle innehåller teori, samtal, individuell reflektion och gruppövningar.

Max 14 personer

Diplom ingår efter fullgjord utbildning