

Velkommen til vi starter kl. 9.00

Webinar

LEDELSE OG SELVLEDELSE I EN FORANDRINGSTID

FREDAG D. 15. MAJ KL. 9.00

OM CHRISTIAN HJERMIND:

- Christian Hjermind er for mange kendt som professionel håndboldspiller, hvor han på egen krop har lært at skulle præstere under pres både på egen hånd og i samspil med andre. Denne erfaring kombineret med en HD i ledelse og organisation har givet ham både en praktisk og teoretisk ballast, som resulterer i en værdifuld forståelsesramme, når det gælder forandringsledelse. Christian er ydermere uddannet ICI coach og mentaltræner.
- Siden 2010 har Christian Hjermind udviklet talent- og lederudviklingsprogrammer til virksomheder, der ønsker at bygge en sund præstationskultur, hvor samarbejde, personlig udvikling og stærke værdier har været et omdrejningspunkt.
- Bl.a. er han ideskaber og facilitator på Business Esbjergs personlige lederprogram – Talentship Esbjerg.

ER DU NERVØS ELLER SPÆNDT?

Den grønne eller røde intro?

*”Du må selv være den forandring,
som du ønsker at se i verden”*

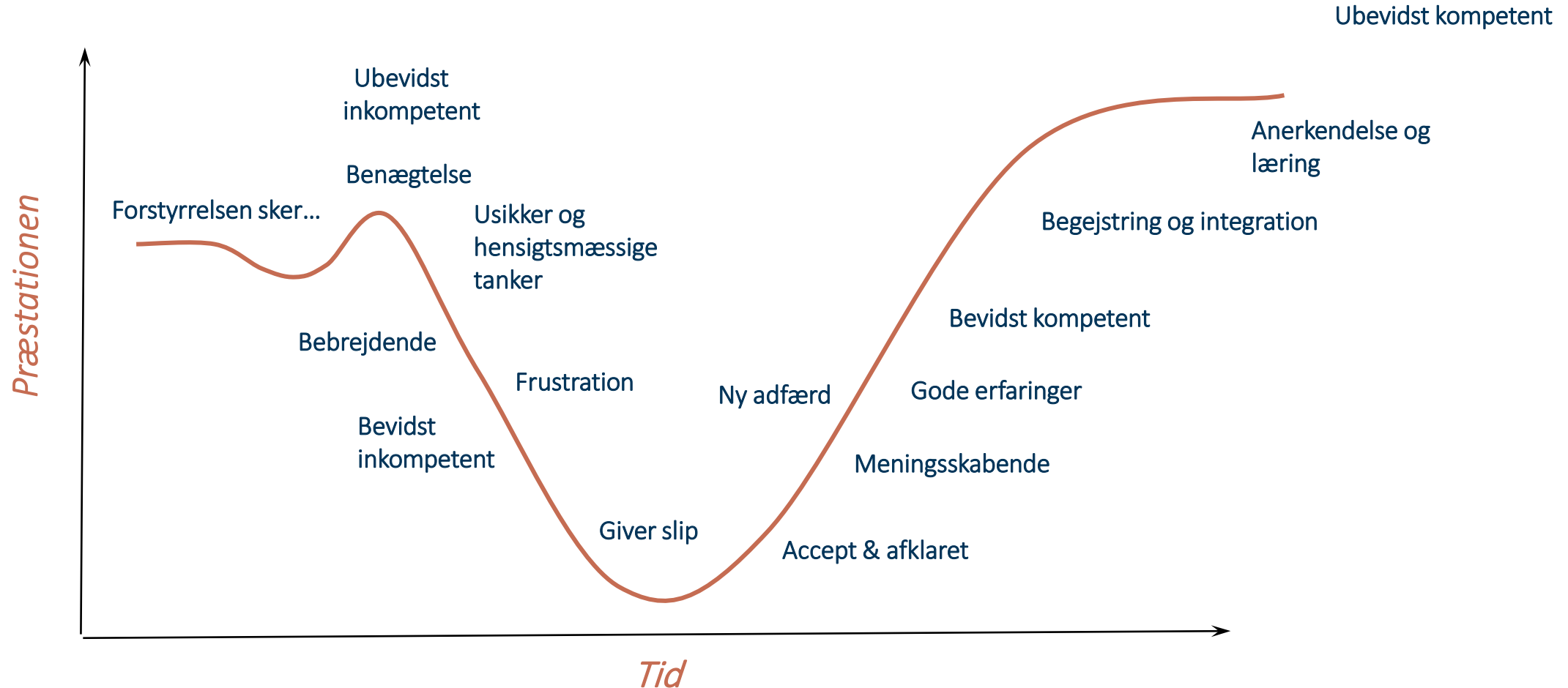
Mahatma Gandhi

TED TALK inspiration:

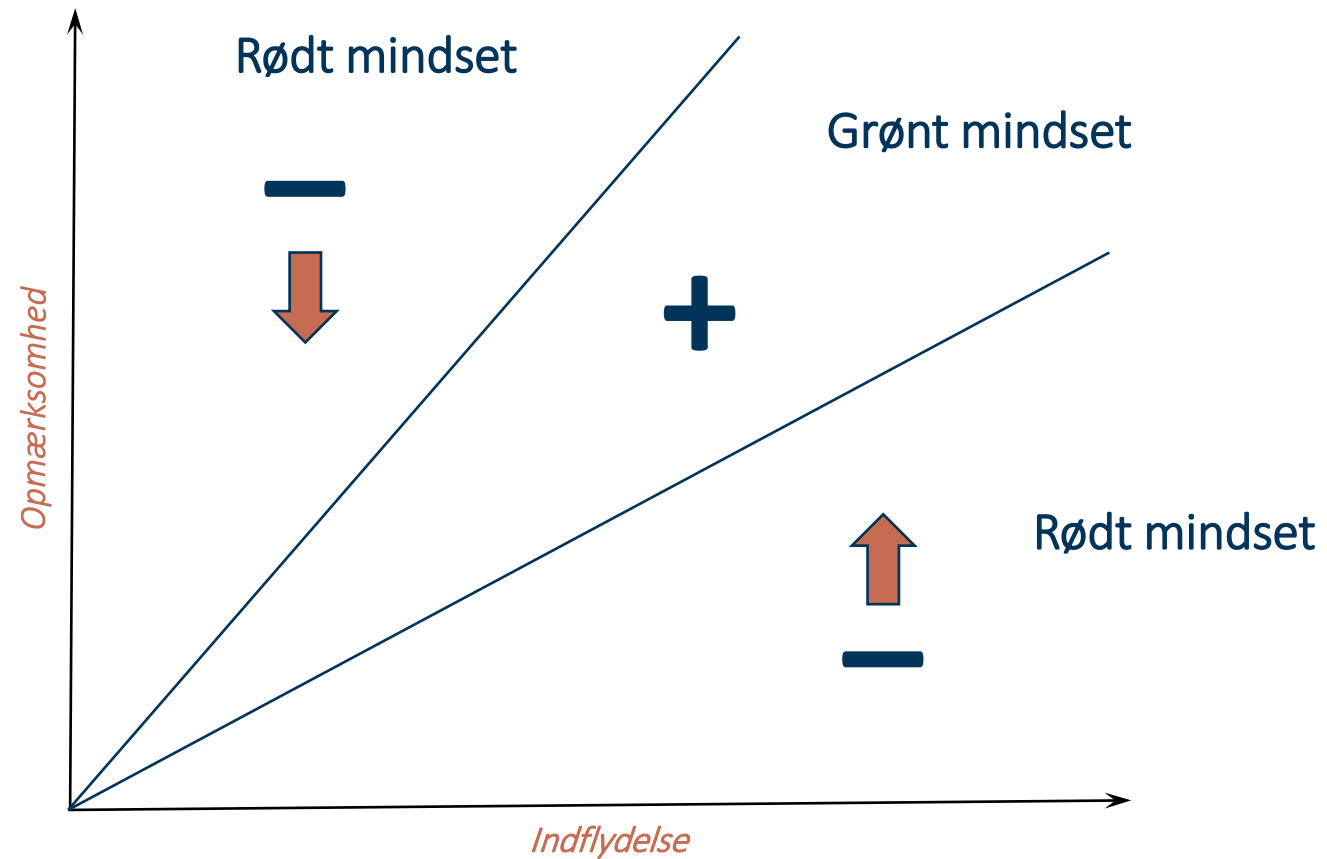
“How changing your stories can change
your life”

Lori Gottlieb

INDIVIDUELLE REAKTIONSMØNSTRE: Frys, flygt eller kæmp?



Hvilket mindset dyrker du?



Det grønne mindset vs. det røde mindset

- Det grønne mindset er der, hvor vi har mest opmærksomhed på de ting, vi har størst indflydelse på.
 - Opgave: Lav en liste med de ting og opgaver, som vi har indflydelse på i vores dagligdag?
- Det røde mindset er der, hvor vi har mest opmærksomhed på de ting, vi har mindst indflydelse på.
 - Opgave: Lav en liste med de ting og opgaver, som vi ikke har indflydelse på (eller meget lidt) i vores dagligdag?
- Naturligvis havner vi engang imellem i det røde mindset – spørgsmålet er, hvor hurtigt vi retter op og flytter opmærksomheden tilbage til det grønne mindset?
- Du kan anvende følgende spørgsmål:
 - Hvor er min opmærksomhed?
 - Hvad gør jeg?
 - Hvad vil jeg gerne gøre?

6 SIMPLE TEKNIKKER TIL AT SKABE POSITIVE SKIFT:

TEKNIK		FOKUS
Emne Skift <i>Fokuser på noget andet</i>		Vælg at fokusere på et emne, som med garanti opfattes som positivt og energifyldt
Zoom Ind <i>Find de små lyspunkter</i>		Find de fragmenter af situationen, der har noget positivt og fremadrettet i sig
Tids Skift <i>Brug tidslinjen</i>		Afdæk hvilket tidsperspektiv, der positivt vil ændre oplevelsen af situationen
Zoom Ud <i>Op i helikopteren</i>		Indtag helikopter perspektivet for at se sagen i en bredere og mere overordnet sammenhæng
Tilskueren <i>Se på dig selv</i>		Ansku situationen / dig selv udefra som observatør for at spotte de steder, hvor der kan ske et positivt skift
Perspektiv Skift <i>Hvordan ser andre på det?</i>		Besøg forskellige personers syn på sagen, for at finde de vinkler som er positive



TEKNIK

EKSEMPLER

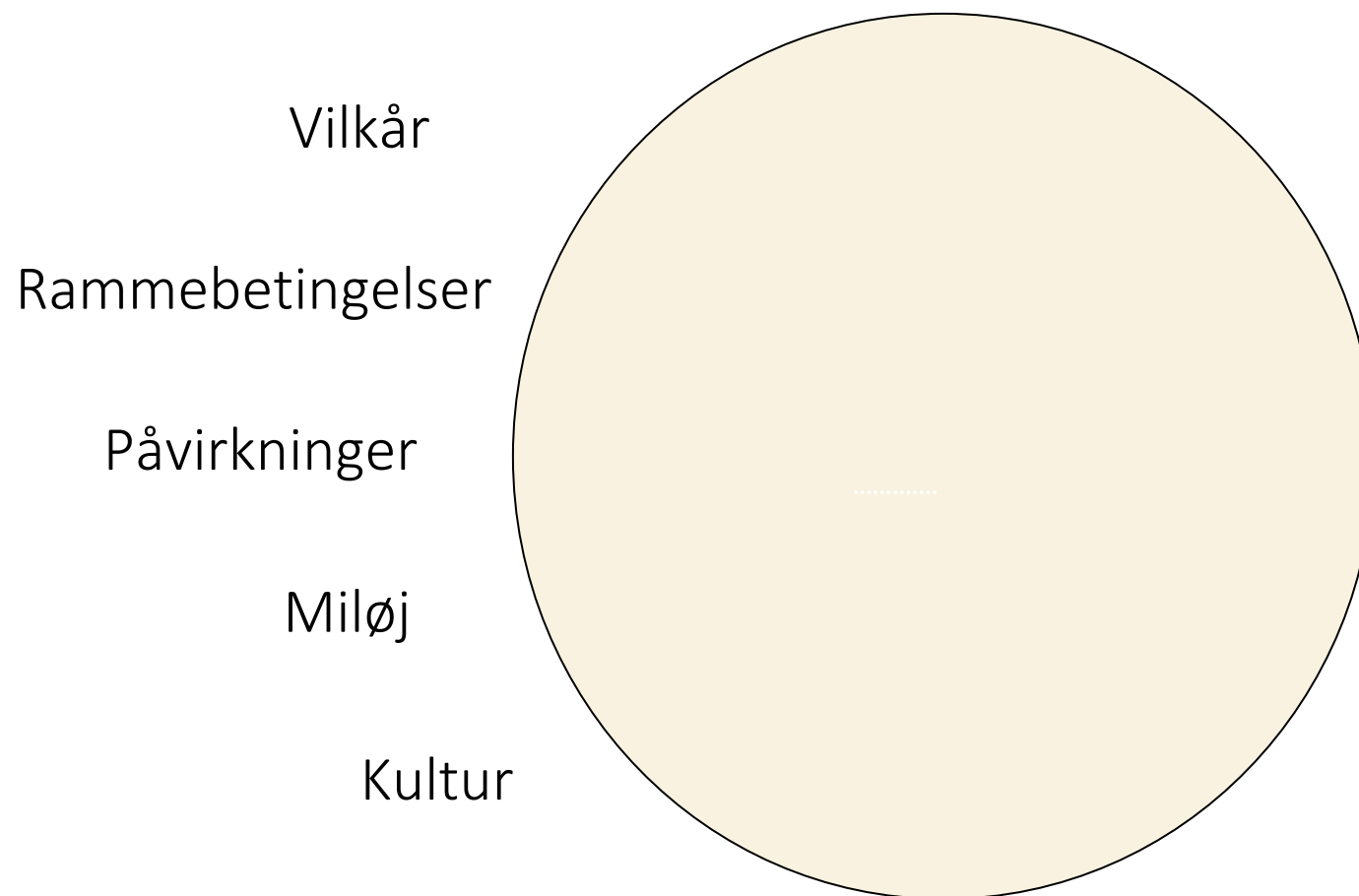
<p>Emne Skift <i>Fokuser på noget andet</i></p>	<p>Udenfor arbejdet – hvad er du virkelig god til? Hvad kan virkelig give dig god energi? Hvilket emne kan altid trigge din positive side?</p>
<p>Zoom Ind <i>Find de små lyspunkter</i></p>	<p>Hvad ser man, hvis man udelukkende tager de positive briller på? Hvilken vigtig lærestreg kan du tage med fra denne situation? Hvad godt kan der komme ud af denne sag?</p>
<p>Tids Skift <i>Frem og tilbage på tidslinjen</i></p>	<p>Hvor langt inde i fremtiden ligger der et positivt syn på denne sag? Hvilke positive sider ville du have set for 3 år siden? Hvornår vil du rent faktisk være stolt over denne situation?</p>
<p>Zoom Ud <i>Op i helikopteren</i></p>	<p>Hvad vil du få øje på fra helikopter perspektivet? Hvilke fordele bliver tydelige, når man kigger på sagen fra distancen? Set i det helt store billede, hvilke positive sider dukker så frem?</p>
<p>Tilskueren <i>Se på dig selv</i></p>	<p>Hvad lægger du mærke til omkring måden du udtrykker dig på? Hvordan tror du, at dit kropssprog ser ud lige nu? Hvordan vil du karakterisere det ordvalg du benytter om situationen?</p>
<p>Perspektiv Skift <i>Hvordan ser andre på det?</i></p>	<p>Hvem ville kunne se en masse konstruktive aspekter i denne situation? Din mest optimistiske ven – hvad ville han sige nu? Hvad vil dine nærmeste kollegaer sige positivt om sagen?</p>



OPGAVE MED AT SKABE POSITIVT SKIFTE

- Identificér en problemstilling, forstyrrelse eller udfordring, som optager dig, dine medarbejdere eller din arbejdsplads i forbindelse med forandring eller konflikt?
- Hvilke spørgsmål kunne anvendes fra modellen med de positive skift, så det nuværende mindset ville blive grønt og positivt?

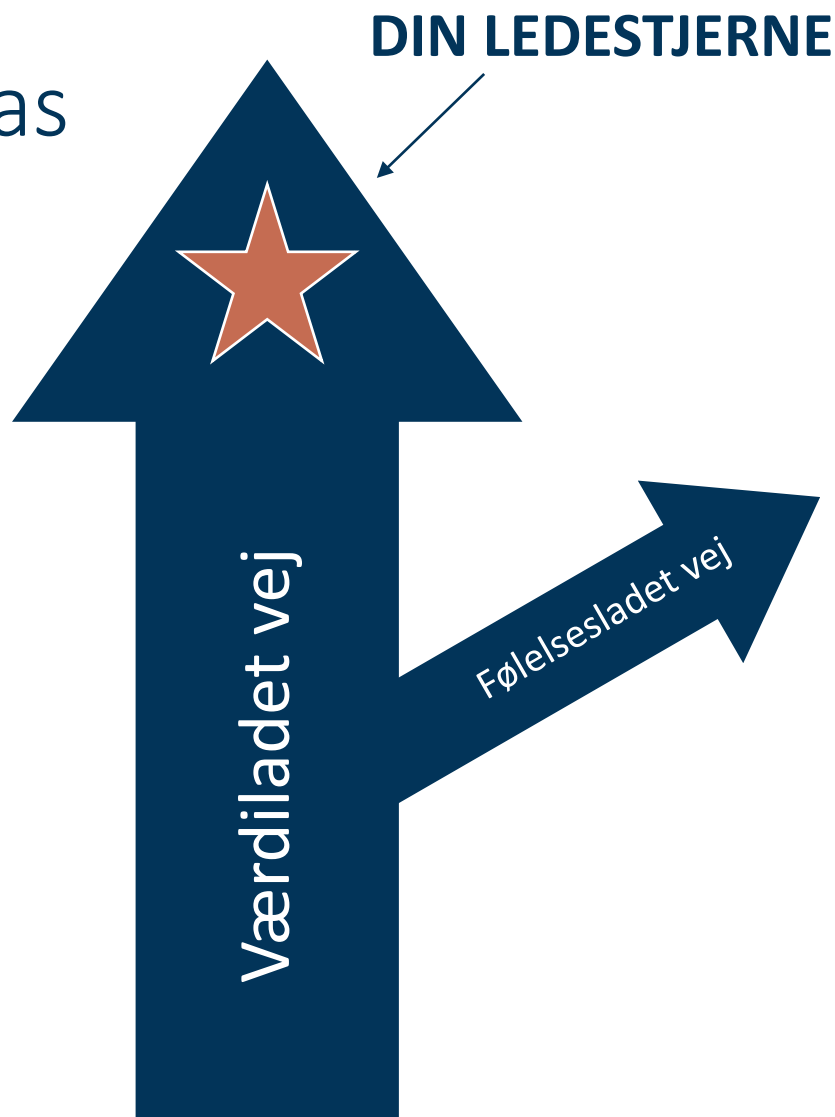
Du er en del af noget større



LEDESTJERNEN – Dit indre værdikompas

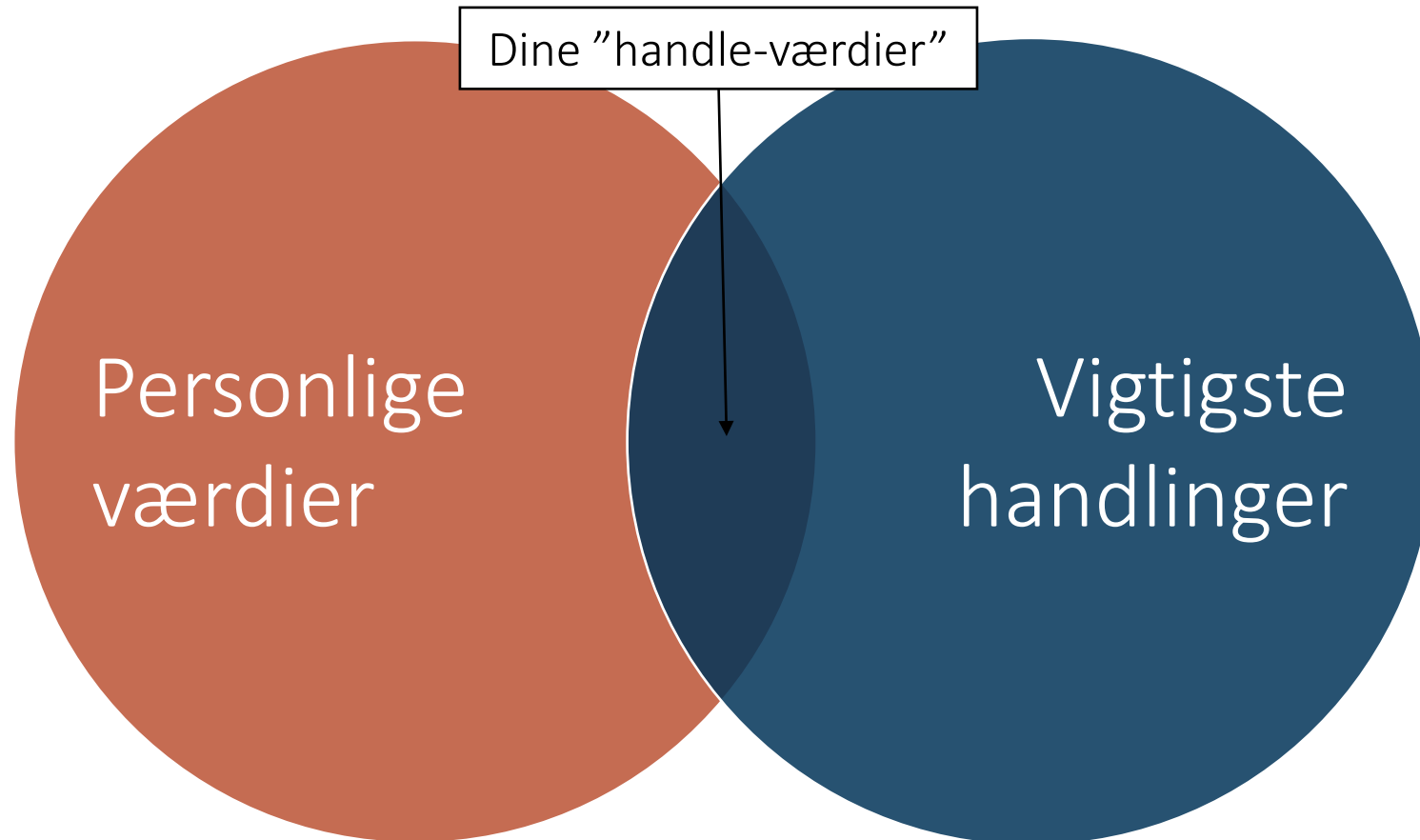
Din dagligdag er fyldt med situationer, påvirkninger og øjeblikke som du reagerer på...
– langt de fleste (90%) reagerer du ubevidst på.

Det gælder om at kunne navigere med bevidsthed og situationsfornemmelse, så du handler i tråd med dine værdier og hvordan du ønsker at være.

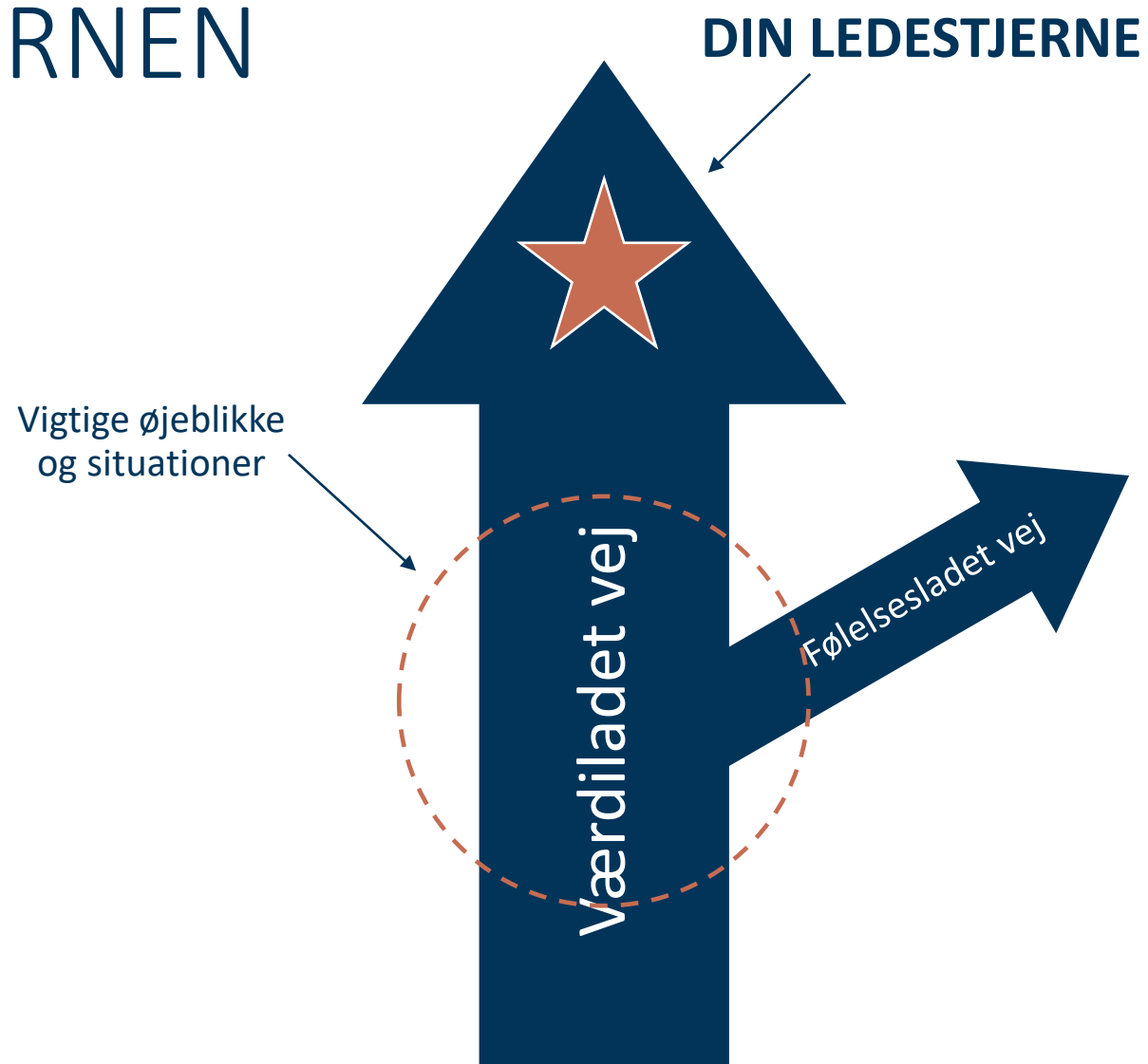


HANDLEVÆRDIER?

Handleværdier er bindeleddet mellem dine "personlige værdier" og dine "vigtigste handlinger", der sikrer mening, effekt og anvendelse:

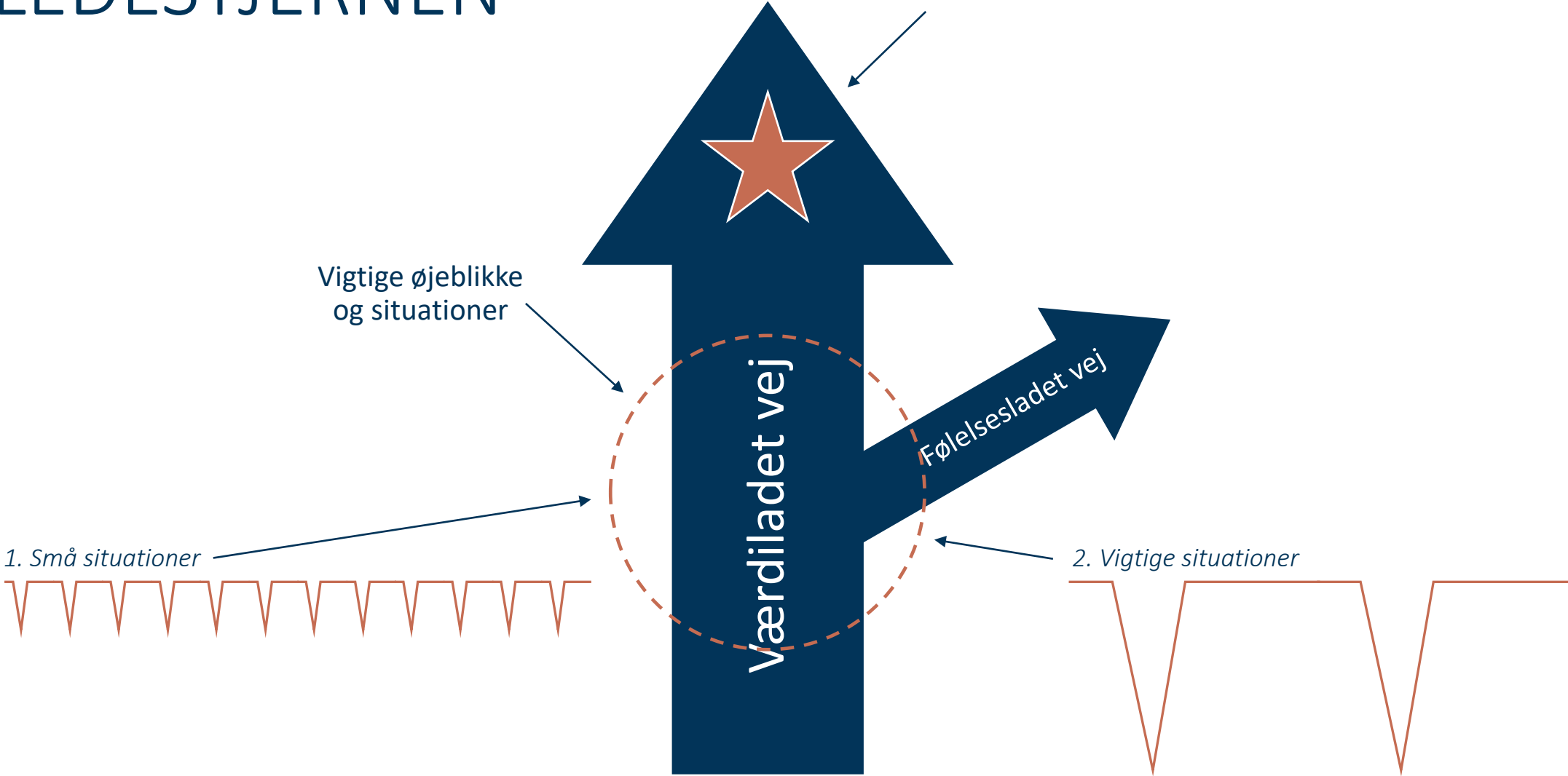


LEDESTJERNEN

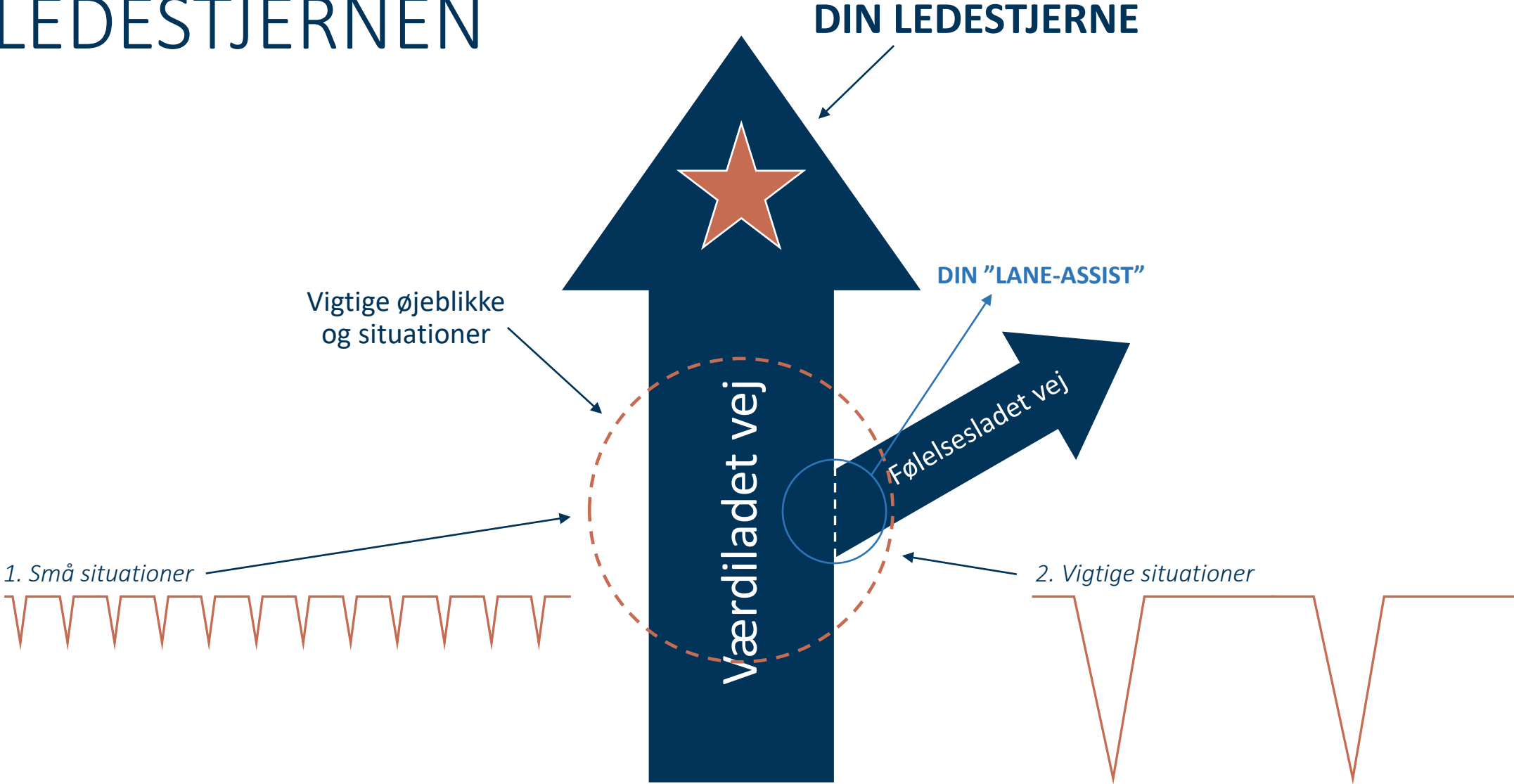


LEDESTJERNEN

DIN LEDESTJERNE



LEDESTJERNEN



Det ugentlige teammøde med erfaringsudveksling – jeres ”præstationscirkel”

- Alle noterer sig, hvilke situationer, hvilke succeser, hvilke forstyrrelser og hvilke reaktioner, der har fyldt i løbet af ugen.
- Hvad kan I påvirke og gøre noget ved?
- Hvad skal der skrues ned for?
- Det skaber indsigt, initiativ og fællesskabsfølelse.



Talentudviklingsprogram

”LÆR AT REALISERE DIT FULDE
POTENTIALE TIL GAVN FOR DIG
OG DIN VIRKSOMHED”

TALENTSHIP ESBJERG

Indhold fordelt på 6 moduler

- Personprofiler, teamdynamikker og teambuilding
- Personligt lederskab og robusthed
- Personlig strategi og time management
- Forandringsparathed og konflikthåndtering
- Personlig gennemslagskraft og præsentationsteknik
- Motivation og udvikling

- Opstart september 2020
- Læs mere: <https://www.businessesbjerg.com/da/arrangementer/talentship-esbjerg-2020/>



Målgruppe

- Ledere – også med erfaring
- Specialister
- Kommende ledere

*Med 'Talentship Esbjerg' udvikler vi medarbejdere på centrale positioner, og dermed udvikler vi også virksomheden.
For mig er udgangspunktet for god ledelse, at man kender sig selv.*

Christian Juel Adamsen, Adm. Direktør, Juel & Krøyer

Talentship Esbjerg giver dig som medarbejder:

- En styrkelse af dit personlige lederskab, som træfsikkerhed i fremtidige beslutninger, valg og fravalg
- Bevidsthed om dine personlige styrker og udviklingspunkter, som individ og i et team
- Indsigt i hvad der motiverer dig og hvad, der motiverer dine kollegaer og medarbejdere
- Indsigt i forandringsledelse, og hvad det kræver at lykkes i en foranderlig verden
- Personlig gennemslagskraft og redskaber, der får dine budskaber igennem.

TAK FOR I DAG

Spørgsmål eller kommentarer?

Send mail til Mai@businessesbjerg.com