



Tina Yttesen

Eksamineret gestaltterapeut fra Københavns Gestalt Institut. Certificeret Coach fra Grow2. Oprindelig uddannet Cand.Merc. og har arbejdet i den finansielle sektor i 21 år bl.a. som leder, projektleder og HR-konsulent. Er privat praktiserende coach og psykoterapeut. Stor erfaring med at arbejde med mennesker i forandring og krise.



Suzanne Hyldahl

Eksamineret gestaltterapeut fra Københavns Gestalt Institut. Medlem af Dansk Psykoterapeut Forening og Gestaltterapeutisk Forum. Oprindelig uddannet cand.polit og har tidligere arbejdet i den finansielle sektor i over 20 år bl.a. som leder og HR-konsulent. Er privatpraktiserende psykoterapeut og har stor erfaring med leder- og medarbejderudvikling.

Workshoppen afholdes og arrangeres efter aftale. Typisk afholdes den i jeres virksomhed f.eks. som et teambuilding event eller som en ledelsesudviklingsaktivitet. Den er tænkt som et heldagsarrangement, men kan tilpasses jeres behov og ønsker.

Læs mere om os, skriv eller ring på :

Tina Yttesen :

Tlf 2993 2397

www.apsolutequestions.com

Tina.yttesen@gmail.com

Suzanne Hyldahl

Tlf : 2467 8470

www.suzannehyldahl.dk

Suzanne.hyldahl@gmail.com



Absolute Questions Aps

Statenevej 24
3450 Allerød

Workshop

Ledelse med
awareness

Klædt på
til
fremtidens
ledelse



Tina Yttesen
Suzanne Hyldahl

Ledelse med awareness

Indhold

Awareness er den vigtigste personlige kompetence for en god leder. På denne workshop arbejder du med at øge din awareness. Med awareness får du indsigt og mening med det, du oplever, og du kan prioritere og dække de behov, som er vigtigst for dig.

Awareness er fundamentet for at lede dig selv optimalt – og dermed også dine medarbejdere. Det gør det muligt at skabe god kontakt og gode relationer samt håndtere udfordringer og modstand mod forandringer.

Awareness kan styrke din ledelsesstil i forhold til indsigt, handlekraft og autenticitet, og er et

redskab til at gennemskue de psykologiske processer, der går i gang i en forandringsproces.

Det kommer du hjem med:

- Hvordan du bruger awareness i din lederrolle
- Redskaber til at skabe god kontakt til dine medarbejdere
- Indsigt i betydningen af grænsesætning
- Du bliver bedre rustet til at lede din virksomhed gennem forandringsprocesser

1. Awareness

- Hvad er awareness, og hvordan opnår du det?
- Opmærksomhed på hvordan og hvor forskelligt vi oplever og opfatter
- Hvordan kan du bruge awareness i forhold til dine medarbejdere?

2. Kontakt

- Hvordan skaber du god kontakt?
- Opmærksomhed på dine grænser og andres grænser - grænser skaber god kontakt

3. Modstand mod forandringer

- Modstand er et sundhedstegn og kan vendes til en ressource
- Hvilke typer modstand møder du som leder i en forandringsproces?
- Hvordan møder du modstand? Med eller uden awareness?