

**Kursus****1 dag**

Nr. 86338 A

DKK 5.999

ekskl. moms

Dato

24-09-2020

25-11-2020

26-11-2020

28-01-2021

18-03-2021

Sted

Taastrup

Kolding

Kolding

Taastrup

Aarhus

Bliv klog på forandringer

Hvad er dine styrker og svagheder i forandringer? Som mennesker reagerer vi forskelligt på og i forandringer. Lær mere om hvordan du bevarer din indre ro, og hvordan kan du hjælpe dig selv og dine kollegaer med at bevare motivationen og performance under forandringer?

Forandringer sker hele tiden rundt om os, og lige nu kan det være, hvordan skal du håndtere hjemmearbejde og det at være væk fra kollegerne? Måske bliver man fyret eller ens kollega fyret? Hvad med fremtiden og 'plejer'?. Så hvordan håndterer vi forandringer optimalt, og hvad skal vi være ekstra opmærksomme på, hvis forandringer skal lykkes? Husk på, at det er følelser og hjernens skjulte strategier der spænder ben for, at forandringerne bliver taget godt imod og udført.

Det siges, at 20% af en forandring er selve forandringen, det kan være det nye IT-system, nyt team eller nye arbejdsopgaver. Men de 80% af en forandring er vores mindset og følelser. Derfor er det afgørende at vide, hvordan mennesker reagerer på forandringer, og hvordan vi kan kommunikere omkring forandringer, så det både bliver hørt og forstået, hvis forandringer skal blive en langvarig succes.

På dette kursus stiller vi skarpt på, hvordan du som medarbejder selv kan være med til, at forandringer bliver en del af din hverdag, som du kan håndtere med indre ro og overskud. Vi ser også på, hvad du skal være opmærksom på, når du skal stå i spidsen for forandringer.

Deltagerprofil

Kurset henvender sig til dig, som gerne vil forstå psykologien bag forandringer bedre – uanset om du er leder eller medarbejder. Måske står du selv i spidsen for forandringer. Eller måske du er på en arbejdsplads der er præget af mange forandringer, og du ønsker at forstå og håndtere dem bedre som individ.

90% af kursets tidligere deltagere anbefaler Teknologisk Institut

Udbytte

- Kendskab til hjernens spilleregler når der sker forandring
- Sådan kommunikerer du optimalt omkring forandring
- Forståelse for egne og andres reaktioner på forandring
- De fire personlighedstyper, og hvordan de håndterer forandring
- Viden om, hvordan du skaber et medansvar blandt medarbejdere i en forandring
- Redskaber til selv at blive tryk ved forandringer

Indhold

- Stå stærk når der sker forandringer – både som team og individ
- Knæk forandringskurven, og få alle godt med igennem forandringer
- Indblik i de menneskelige udfordringer bag forandring- og hvordan man håndterer dem bedst
- Sådan håndterer du modstand mod forandring
- Kendskab til de fire personlighedstyper, og hvordan de hver især håndterer forandringer
- Tag ejerskab over forandringerne og få et mere positivt mindset
- Lær de vigtigste forandringsfølelser at kende og hvordan du bedst håndterer dem

Form

Kurset tager udgangspunkt i deltagerens egen hverdag og erfaringer. Der veksles mellem teori, gruppeøvelser og personlig feedback. Der bliver taget udgangspunkt i egne udfordringer for at sikre det optimale udbytte i forhold til din organisatoriske virkelighed. Kurset forudsætter aktiv deltagelse.

Underviser på Sjælland



Malou er uddannet i psykologi og virksomhedsstudier fra RUC, er certificeret coach og har arbejdet som HR-business partner og HR-chef i tele- og mediebranchen. Hendes spidskompetencer som underviser og facilitator er organisationer og mennesker i forandringer, personlig udvikling og ledelse. Hun har en særlig evne til at give kursisterne fornyet inspiration, mod og handlekraft til at arbejde videre med værktøjer og refleksioner fra kurserne. Kursisterne roser Malou for hendes energiske, nærværende og involverende undervisningsform.

Underviser i Jylland



Sagar er erhvervspsykologisk rådgiver, forfatter og certificeret konfliktcoach. Derudover har Sagar over 18 års erfaring som underviser, og har speciale i personlig udvikling, kommunikation, forandringsledelse og motivation. Hun er forfatter til seks bøger, hvor den seneste "Klog på forandring" stiller skarpt på de menneskelige udfordringer omkring forandringer. Med fokus på hjernen, positiv psykologi og bevidsthed skaber hun en større forståelse for de mekanismer, der er styrende i os mennesker. Sagar har en evne til at formidle sit stof i øjenhøjde med stor passion og smittende energi som gør, at deltagerne bliver motiverede.

Aktuelt online kursus

Online kurset "[Klog på forandring](#)" kunne også være interessant for dig.

[Se vores øvrige kurser i mentalt overskud og trivsel.](#)

Har du faglige spørgsmål så kontakt



TEKNOLOGISK
INSTITUT



Vicki Bech Hansen
+45 72202465
vih@teknologisk.dk