



Online kursus
365 dage
Nr. 90608 P

DKK 2.999
ekskl. moms

Klog på forandring

Vil du lære at forstå og håndtere forandringer optimalt? På dette onlinekursus sætter vi fokus på, hvorfor forandringer er svære at håndtere, og hvordan du kan blive bedre til at planlægge og implementere dem. Igennem tre moduler får du viden om hjernen, egen persontypetest og konkrete redskaber til at forstå følelser, personlighedstyper og forandringssituationer - uanset om du er leder eller medarbejder.



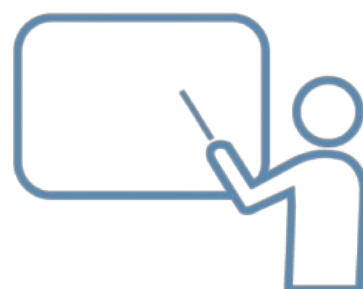
Nemt og fleksibelt



Spar penge



Spar tid



Høj kvalitet

Vores hjerner er ikke skabt til konstant forandring

Forandringer er ikke længere noget, der pludselig sker i en organisation – de ER en del af det moderne arbejdsliv. Det betyder dog ikke, at de er blevet nemmere, for vores hjerne er ikke skabt til hele tiden at forandre sig og det udfordrer organisationer og medarbejdere.

Ved at forstå, hvorfor vi reagerer på forandringer som vi gør, bliver vi i stand til at lave strategier, der imødekommer forandringsmodstand- og træthed.

På onlinekurset sættes der fokus på, hvordan du opbygger dit forandringsmindset, seneste forandringsredskaber samt hvordan du håndterer og forstår forskellige persontypers reaktion på forandringer.

Deltagerprofil

Kurset henvender sig til ledere og medarbejdere, som ønsker at blive klogere på, hvorfor forandringer er svære at håndtere samt konkrete værktøjer til at håndtere dem – både organisatorisk og på individniveau.

Udbytte

- Evnen til at lade forandringer blive en naturlig del af dit mindset og din hverdag
- Konkrete redskaber, der understøtter forandring for både ledere og medarbejdere
- Forstå psykologien bag forandringer samt hvordan og hvorfor vi mennesker 'reagerer' på forandringer
- Værktøjer til at skabe et forandringsmindset for individer og forankring i organisation
- Test og forståelse af din egen og andres persontyper
- Overblik over, hvordan forskellige persontyper håndterer forandring
- Praktisk anvendelighed og forståelse til implementering eller gennemgang af forandringer

Det får du på arrangementet

- Erfaren underviser
- Materiale på dansk
- Undervisning på dansk

Indhold

- Indblik i den nyeste forskning om hjernen - og hvorfor vi reagerer, som vi gør ved forandringer
- Egen persontypetest – er du handler, tænker, føler eller forandrer?
- Kendskab til, hvordan de fire persontyper håndterer forandringer
- Håndtering af forandringstræthed og -modstand
- Lær at definere et stærkt "hvorfor" for forandringerne
- Redskaber, der styrker dit forandringsmindset
- Forandringens ABC – et bevidsthedsværktøj

Form

Onlinekurset har en varighed på ca. 7 timer (inkl. øvelser og personlighedstest) – og kan tages præcist, når det passer ind i din hverdag. Det er bygget op over 3 indholdsmoduler og 1 introduktionsmodul, hvorunder der er i alt 39 lektioner med kursusindhold. Hver lektion består af enten video eller slides med voice over, der fører dig igennem indholdet. Kurset indeholder din egen persontypetest samt øvelser ved hvert modul og afsluttes med en evaluering. Efter din tilmelding modtager du et link, hvorfra du kan tilgå online kurset, som du har adgang til i 1/2 år.



Modul 1 Forandringsmindset

- 1.1 Introduktion til modulet
- 1.2 Sådan reagerer hjernen på forandring
- 1.3 Forstå din amygdala
- 1.4 Få et forandringsmindset
- 1.5 3 ting som gør dig mere forandrings- og omstilling-sparat
- 1.6 Øvelser til modulet
- 1.7 Opsummering

Modul 2 Forandringsredskaber

- 2.1 Introduktion til modulet
- 2.2 Derfor fejler de fleste forandringer
- 2.3 Giv hjernen retning
- 2.4 Definér et stærkt "hvorfor"
- 2.5 Flyt fokus og lykkes med forandringer
- 2.6 Kommunikér rigtigt første gang
- 2.7 Kend din forandrings ABC
- 2.8 Sådan håndterer du modstand på forandring og forandringstræthed bedst muligt
- 2.9 Giv plads til spørgsmål
- 2.10.1 Øvelser til modulet - medarbejder
- 2.10.2 Øvelser til modulet - Leder
- 2.11 Opsummering

Modul 3 Sådan håndterer de forskellige persontyper

- 3.1 Introduktion til de fire persontyper
- 3.2 Handlerens behov
- 3.3 Tænkerens behov
- 3.4 Følerens behov
- 3.5 Forandrerens behov
- 3.6 Handlerens styrker
- 3.7 Tænkerens styrker
- 3.8 Følerens styrker
- 3.9 Forandrerens styrker
- 3.10 Eksempel - Samle et møbel
- 3.11 Opsummering
- 3.12 Sådan håndterer de forskellige typer forandring
- 3.13 Optimal kommunikation - Når der sker forandring i forhold til persontyperne
- 3.14 Øvelser til modulet
- 3.15 Personlighedstest
- 3.16 Afslutning på kurset

Se også vores tilstedeværelseskurser

["Bliv klog på forandringer"](#), som vi afholder på en af vores fysiske lokationer, kunne også være interessant for dig.



UNDERVISER

Sagar Constantin

Sagar er erhvervspsykologisk rådgiver, forfatter og certificeret konfliktcoach. Hun har 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 positiv psykologi og bevidsthed skaber hun en større forståelse mekanismerne, der er styrende i os mennesker.

Har du faglige spørgsmål så kontakt



Kitt Maria Rosenberg
+45 72201699
kmr@teknologisk.dk