

LEDELSE MED LIVSSTYRKE

1-ÅRIG LEDERUDDANNELSE

|

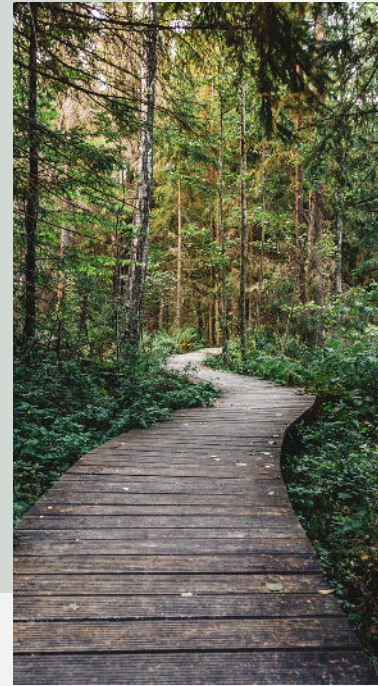
Nationalpark Mols Bjerge



VIL DU LYKKES SOM LEDER?

Som leder lykkes du, når du evner at skabe resultater med og gennem andre mennesker. Du skal skabe overblik, holde ud, træffe valg og agere strategisk. Samtidig skal du udvise nærvær, sikre tryghed, skabe mening, løse konflikter, håndtere stress og evne at være alene uden at føle dig ensom.

Ønsker du at arbejde med din egen udvikling som leder, for bedre at kunne lykkes med dine ledelsesudfordringer, så er kurset Ledelse med Livsstyrke måske noget for dig.



LEDELSE TIL TIDEN

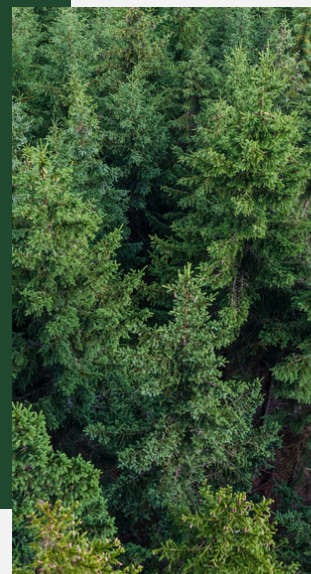
Enhver tidsepoke har sat sin ramme for, hvad der skal til for at lykkes med ledelse. I dag stiller vores samtid krav om, at du skal lykkes med ledelse i den organisation, hvor du er, med global klimakrise, stigende mistrivsel og stress, pga. høj forandrings- og informationshastighed, som bagtæppe. Samtidigt stiger kravene til bæredygtighed og kvalitet i de produkter og ydelser, du står i spidsen for, at dine medarbejdere skal levere.

At lykkes med ledelse i denne nutidige ramme kræver, at du har en dyb menneskelig indsigt og forstår, hvad der i vores samtid slider på mennesker, og hvad der er styrkende, motiverende og meningsfuldt.

FORMÅLET MED LIVSTÆRK LEDERUDVIKLING

Lederuddannelsen har som formål at give dig den psykologiske indsigt og livsstyrke som tiden kalder på. Uddannelsen fokuserer særligt på, at du udvikler og vedligeholde tre centrale kompetencer som leder:

- Bedre trivsel og mere kvalificeret opgaveløsning i din organisation
- Mere ro, livsstyrke og balance i dit lederliv ved at være i naturen
- Dybere psykologisk indsigt, der hjælper dig til at tage bedre beslutninger i en kompliceret tid



LEDERUDVIKLING MED LIVSSTYRKE

Livsstyrke er et godt gammelt dansk ord, der betyder livskraft og levedygtighed. Livsstyrkebegrebet trækker på både velkendt og helt ny psykologisk teori og forskning sammenfattet i en praktisk anvendelig model, Livsstyrke-Modellen.

Gennem hele lederuddannelsen vil dit arbejde med Livsstyrke-Modellen hjælpe dig med at tilegne dig den psykologiske bevidsthed, tiden kalder på. Dette gælder både din indsigt i dig selv og din psykologiske forståelse af dine medarbejdere, din organisation og din omverden.

Du vil blive trænet i at benytte Livsstyrke-Modellen som ledelseskompas gennem viden, coaching, øvelser, refleksion med andre ledere og aktionslæring i din hjemorganisation.

MOLS BJERGE SOM LIVSSTYRKENDE RAMME

Din fysiske og psykiske sundhed kommer nemt under pres som leder, og dermed også din kapacitet til at skabe kvalitet i din ledelse. Det er derfor væsentligt, at du udvikler og vedligeholder dine kompetencer til at passe fysisk og mentalt godt på dig selv. Både af hensyn til dig selv, men også for at kunne lede godt.

Vi er som mennesker dybest set funderet i natur. Derfor er der meget lidt, der bringer os hjem til os selv og i kontakt med vores fulde kapacitet, som det at være i naturen. Derfor foregår Ledelse med Livsstyrke i smukke Nationalpark Mols Bjerge.

Uddannelsen vil følge årets gang. Her vil du hver måned få ny viden, reflektere og indgå i lederudviklende dialoger, mens du vandrer eller sidder omkring bålet. Ved at lade lederuddannelsen foregå i smuk natur, vil du ved hver undervisningsgang opleve at føle dig styrket både fysisk og psykisk, når du tager hjem.



FORLØB

Lederuddannelsen strækker sig over elleve uddannelsesdage fra januar 2027 til november 2027.

Opstart

Kl. 10-18

Velkommen
Relationsarbejde
Teori
Vandring
Aftensmad

½-dagsforløb

4 gange fra kl. 10-16

Dagens tema
Oplæg/teori
Refleksionsvandring
og dialog
Opgave

Internat

2- dages internat

Længere vandring
Bålaktiviteter
Oplæg/teori
Komfortabel
overnatning i naturen

½-dagsforløb

3 gange fra kl. 10-16

Dagens tema
Oplæg/teori
Refleksionsvandring
og dialog
Opgave

Afslutning

Kl. 10-18

Dagens tema
Teori
Vandring
Kursusbevis



HVAD GIVER FORLØBET?

Mere helhed og livsstyrke som menneske... og som leder!

Større sammenhæng mellem den du er, og det du gør
som leder i din hverdag i organisationen

Ny psykologisk indsigt

Større forståelse af din egen og dine medarbejders
adfærd som forudsætning for at skabe tryghed,
motivation, fællesskab og resultater

Naturen i kroppen som bevidst ressource i ledelse

Viden om hvorfor kroppen og naturen er en
gamechanger i forhold til livsstærkt ledelse i fremtiden

Livsstyrke-Modellen som ledelseskompas

Redskaber og metoder der udvikler din livsstyrke som
menneske og leder

Livsstærkt netværk

Mulighed for at indgå i et livsstærkt lederfællesskab hvor
erfaringsdeling, nærvær og humor er centralt

LIVSSTYRKE-MODELLEN

Modellen er baseret på 5 kilder, der opbygger din livsstyrke:

Naturen i mennesket

Opbygges når du opholder og bevæger dig i naturen

Præstation & Selvtillid

Opbygges når du lykkes med dine ledelsespræstationer

Socialitet & fællesskabsfølelse

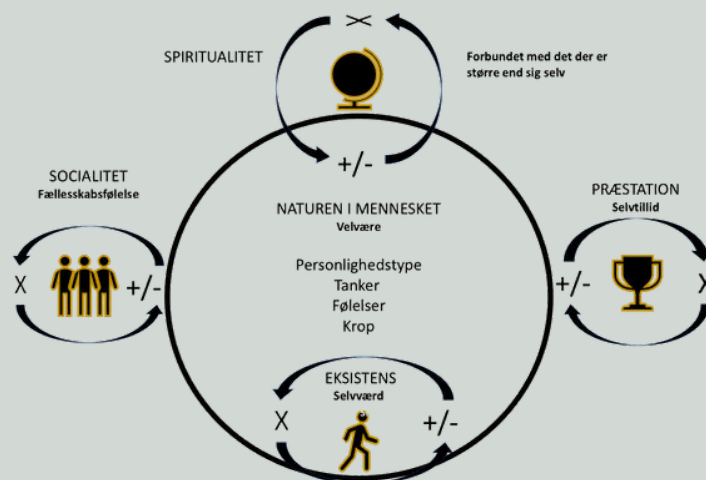
Opbygges ved at skabe oplevelsen af et fælles "vi" i din organisation

Eksistens & selvværd

Opbygges ved at tillægge dig selv værdi og skabe personlig mening

Spiritualitet & dyb livsmening

Opbygges når du føler dig forbundet med noget, der er større end dig selv



Gennem brug af Livsstyrke-Modellen som ledelseskompas vil du lære at udfordre og udvikle de fem kilder til livsstyrke. Du vil også lære at skabe forbindelse mellem kilderne, og dermed udvikle en autentisk sammenhæng mellem den du er, det du gør og den organisation, du skal lykkes med ledelse i.

UNDERVISERE



JENS DAMKJÆR **Erhvervspsykolog**

Mange års erfaring i lærings- og udviklingsprocesser, ledercoaching, ledelses- og organisationsudvikling i offentlige og private virksomheder.

Jens har udviklet Livsstyrke-Modellen og har erfaring som lektor i psykologi ved læreruddannelsen i Aarhus og som skoleleder i 8 år med 60 medarbejdere og 500 elever.

THOMAS KJELDGAARD **Coach, konsulent og cand. pæd.pæd.psyk**

Mange års erfaring med udvikling af organisationer, undervisning og personlig ledelsesudvikling. Adjunkt og underviser i psykologi.

Grundlægger og leder af Åskolen igennem 8 år, med værdibaseret ledelse og organisationsudvikling i centrum.

Thomas har rødder i elitesport og arbejder med sammenhængen mellem præstation, krop, tanker og livsbalance.



GÆSTEUNDERVISER



HANNA EL-KHOLY **Erhvervspsykolog & specialist i A & O**

Mange års erfaring med ledelse, personlighedstestning, teamudvikling, coaching og organisationsudvikling.

Hanna har sin egen virksomhed og arbejder som ekstern lektor og coach på masteruddannelsen i offentlig ledelse, specifikt med faget "Dit personlige lederskab". Med ca. 40-60 ledere i coaching pr. år har Hanna rigtig god erfaring med at bruge Livsstyrke-Modellen til dybere refleksion og udvikling.

GRUNDPROGRAM

PÅ UDDANNELSESDAGENE

Kl. 09.30 – 10.00: Tjek ind. Kaffe, te/brød

Kl. 10.00 – 11.00: Fælles refleksion vedrørende den enkelte deltagers arbejde med udviklingstema i egen organisation

Kl. 11.00 – 12.00: Oplæg om undervisningsgangens tema

Kl. 12.00 – 12.45: Frokost og klargøring til "bjergvandring"

Kl. 12.45 – 15.00: Vandring i Mols Bjerge med forskellige indlagte aktiviteter som gående coaching, stille vandring og korte faglige oplæg

Kl. 15.00 – 16.00: "Kafferunde om bålet". Først arbejdes der individuelt med livsstyrkedagbog i forhold til eget udviklingstema i egen organisation. Der afsluttes med kort runde og udblik til næste undervisningsgang.

Imellem kursusgangene skal du arbejde med en selvvalgt ledelsesopgave, som du fremlægger og reflekterer over sammen med de andre deltagere på lederuddannelsen.

Kursussteder: Alle vores kursussteder er nøje udvalgte samarbejdspartnere i Nationalpark Mols Bjerge og inkluderer blandt andet: Molslaboratoriet, Havmøllen, Karpenhøj, På Toppen i Agri, Cafè Fuglsø, Rønde Vandrehjem, Restaurant Mols Bjerge

FORUDSÆTNINGER

Vi mener, du får mest ud af uddannelsen, hvis du er, eller har været, leder med ledelsesansvar for 4-5 medarbejdere eller derover. Og så skal du kunne gå 4 - 5 km. i helt almindelig gå-tempo uden pause.

Derudover skal du naturligvis være nysgerrig på dig selv, dine medarbejdere og fremtidens ledelse.



TEMAER

UDDANNELSESGANGE

LEDELSE I ET BEVIDST NATURLIGT LIVSSTYRKEPERSPEKTIV

ONSDAG D. 27/1

Introduktion til ledelseruddannelsen. Præsentation af undervisere og deltagere. Introduktionsoplæg: Lederskab, livsstyrkepsykologi og naturen i mennesket som første kilde til livsstyrke. Udarbejdelse af deltagernes livsstyrkeprofil. Refleksionsvandring i Nationalpark Mols Bjerger. Valg af hjemmeopgave. Fælles afslutning og udblik til næste kursusgang.

LEDELSE SET I ET PRÆSTATIONSPERSPEKTIV

TORSDAG D. 25/2

Teori, forskning og øvelser. Vi ser på, hvordan vores kapacitet til at præstere godt som ledere hænger sammen med selvtillid som den anden kilde til livsstyrkende energi. Vi ser også på præstationspres i et livsstyrkeperspektiv, og hvorfor det er vigtigt at udvikle sig som et helt menneske, og hente livsstyrke fra andre kilder, for at kunne levere gode ledelsespræstationer over tid. Refleksionsvandring i Nationalpark Mols Bjerger. Valg af hjemmeopgave.

LEDELSES SET I ET EKSISTENTIET PERSPEKTIV

TIRSDAG D. 23/3

Teori, forskning og øvelser. Vi kigger nærmere på, hvordan vores mentale kapacitet til at lukke alt andet ude, og mærke os selv, tillægge os selv værdi og finde indre vejledning styrker ledelsespræstationer. Vi ser på selvværd som den tredje kilde til livsstyrkende energi, og vi ser på hvordan, du som leder, kan udvikle dine medarbejders selvværd professionsrettet som professions selvværd. Refleksionsvandring i Nationalpark Mols Bjerger. Valg af hjemmeopgave.

LEDELSE I ET SOCIALT PERSPEKTIV

ONSDAG D. 21/4

Vi ser på, hvordan succesfuld ledelse af menneskelige fællesskaber som arbejdsmiljøer kan være en enorm kilde til opbygning af livsstyrke. Oplevelse af fællesskabsfølelse og psykologisk tryghed er den fjerde kilde til livsstyrke. Vi ser på hvordan et ledelsesmæssigt fokus på alles oplevelse af social empati, mening, selvtillid og selvværd er afgørende for et lavt sygefravær, for høj trivsel og høj arbejds kvalitet. Vi ser også på, hvor ødelæggende negative socialdynamikker i arbejdsmiljøer som dannelse af "os-og-dem-grupper" kan være. Refleksionsvandring i Nationalpark Mols Bjerger. Valg af hjemmeopgave.

LEDELSE I ET SPIRITUELT PERSPEKTIV

TORSDAG D. 27/5

Vi ser på, hvordan ledelse med visdom kan skabe oplevelser af dyb mening og glæde i det daglige arbejde. Spiritualitet handler om at føle sig som en del af noget større og opleve sig særligt inspireret. Denne følelse af dyb forbundethed er den femte kilde til livsstyrke. Oplevelse af og bevidstheden om dyb forbundethed kan skabe en grundfølelse af global empati, der er en væsentlig kilde til bæredygtig produktion, innovation og levevis. Refleksionsvandring i Nationalpark Mols Bjerger. Valg af hjemmeopgave. Udarbejdelse af livsstyrkeprofil.

LEDELSE MED OPTIMAL LIVSSTYRKE

INTERNAT TIRSDAG D. 15/6 – ONSDAG D. 16/6

Vi ser på, hvordan du som leder kan arbejde med at forbinde de fem kilder til livsstyrke og skabe sammenhæng. Et personligt bevidst arbejde med kropsligt velvære i naturen, opbygning af selvtillid, selvværd, fællesskabsfølelse og forbundethed med det der er større, samler de livsstyrkende kilder i en fælles strøm. Når du oplever det, har du som leder et særligt stærkt udgangspunkt for at lykkes med din ledelse. Refleksionsvandring i Nationalpark Mols Bjerge. Valg af hjemmeopgave.

LEDELSE AF LIVSSTÆRKE MEDARBEJDERE

TORSDAG D. 26/8

Vi flytter her perspektivet på udvikling af livsstyrke fra at handle om deltagernes egen livsstyrke til at handle om, hvordan ledere kan udvikle bevidsthed om at opbygge livsstyrke hos sine medarbejdere. Vi ser på hvordan et livsstyrkeperspektiv kan inddrages til at fremme medarbejdernes motivation, præstation og velvære med mindre sygefravær. Vi fokuserer på de direkte relationer mellem ledere og medarbejdere fx på dialoger om opgavebeskrivelser, mødeledelse, teamsamarbejde, mus-samtaler, konflikter og på sprogkulturen både fysisk og digitalt.

LIVSSTÆRK FORANDRINGSLEDELSE

TIRSDAG D. 21/9

Vi ser på, hvordan enhver forandring betyder en ændring i dine muligheder for at lade op som menneske og leder. Vi ser også på, hvordan du kan benytte Livsstyrke-Modellen til at blive bevidst om, hvordan dine forandringsledende beslutninger påvirker dine medarbejders muligheder for at lade op med livsstyrke. Bevidsthed om medarbejdernes adgang til, eller mistede muligheder for at lade op med livsstyrke, vil ofte være afgørende for at lykkes med forandringsledelse. Refleksionsvandring i Nationalpark Mols Bjerge. Valg af hjemmeopgave.

LEDELSE AF EN LIVSSTÆRK ORGANISATION

ONS DAG D. 27/10

Vi ser på, hvordan du i din ledelse kan benytte Livsstyrke-Modellen til at fremme sammenhæng mellem de fem kilder til livsstyrke i din organisation. Vi ser på, hvordan du kan benytte Livsstyrke-Modellen som organisatorisk analyseværktøj, der afdækker forståelser og handlemuligheder for at skabe organisatorisk sammenhæng mellem de fem kilder til livsstyrke. Refleksionsvandring i Nationalpark Mols Bjerge. Valg af hjemmeopgave.

LIVSSTÆRKT LEDERSKAB - AFRUNDING AF UDDANNELSESFORLØBET

TORSDAG D. 25/11

Her samler vi op på din livsstyrkerejse som leder. Vi ser tilbage på, hvad du har arbejdet med, hvor du er lykkedes, hvor du er snublet og hvor du har rejst dig igen – alt det du har lært om livsstærkt lederskab. Vi ser også på hvor din ledervej går hen herfra. Du får udarbejdet en afsluttende livsstyrkeprofil og du får et uddannelsesbevis.

DETALJER

PRIS
34.950 KR.
+ MOMS

Ved tilmelding betales 10% af uddannelsesprisen. Resten betales inden tilmeldingsfristens udgang d. 15/1 2027.

TILMELDING

senest **D. 15/1 2027**
til **info@elkholyconsult.dk**

Ledelse med Livsstyrkes 1-årige Lederudannelse er eksklusivt med 16 deltagere pr. hold
Først til mølle. Tilmelding er bindende.

Inklusive:

- Materialer og opgaver
- Forplejning
- Diplom

For mere information om Ledelse med Livsstyrke, kontakt en af underviserne:

Jens Damkjær:

Mail: jensdamkjaer@gmail.com

Tlf. 4083 4193

Thomas Kjeldgaard:

Mail: tfkjeldgaard@gmail.com

Tlf. 2964 5949

Hanna El-kholy:

Mail: hanna@elkholyconsult.dk

Tlf. 5130 3440



LITTERATUR

- Brené Brown: "Mod til at lede", Dansk Psykologisk Forlag, 2019
- Simon Høegmark m. fl.: "Vi er natur. Genopdag naturen og mærk dens helbredende kræfter", Muusmann Forlag 2. oplag 2021
- Simon Høegmark og Jannie Schødt Kold: "I pagt med naturen". Politikens Forlag 2025
- Lene Tanggaard m.fl.: "Ledelsespsykologi", Samfundslitteratur 2. udg. 2021
- Karsten Mellon (red.): "God Ledelse". Hans Reitzels Forlag 2021
- Klaus Majgaard: "Ledelse er at skabe en beboelig verden". Dafolo 2023