

Modul 1: Kunsten at lede sig selv

For at kunne være en god leder over for dine medarbejdere er det vigtigt, at du opnår evnen til at lede dig selv. På dette modul lærer du forskellige strategier, der kan hjælpe dig med at identificere dine egne følelsesmæssige reaktioner, hvordan du kan håndtere dem og hvordan du bør agere i sociale interaktioner. Du kommer til at arbejde med dine egne vaner – både de gode såvel som de dårlige – og du lærer hvordan du bedre kan styre din tid.

Udbytte – Du lærer at:

- Identificere dine egne følelser, og hvordan du bevidst tilpasser dine reaktioner i svære situationer
- Fortolke dine kollegaers følelsesmæssige tilstand, og hvordan du tilpasser dine reaktioner til dem på en sensitiv og sympatisk måde
- Blive opmærksom på dine egne vaner, og hvordan du ændrer dem
- Stoppe med at udsætte dine arbejdsopgaver

Indhold på kurset:

- Emotional Intelligens
- Selverkendelse
- Værdier
- Selvledelse
- Vaner
- Udsættelse af arbejdsopgaver
- Social bevidsthed
- Relationsledelse

Hjemmearbejde:

- Vælg én vane, som du ønsker at ændre
- Vælg de specifikke områder hvor du ønsker at forbedre dig selv, på baggrund af din 360°-undersøgelse

Forløb:

Underviseren på modulet tager udgangspunkt i dine ønsker, styrker og behov for udvikling. Du får løbende feedback og du får materiale til at arbejde videre med de forskellige områder, når du går herfra.