



Personlig utveckling i Grupp

Vem är jag - vem vill jag vara?

Frågor som, när vi vågar arbeta med dem på ett öppet och ärligt sätt, kan utveckla och förbättra våra sätt att kommunicera, samarbeta och utvecklas som individer och som grupp.

I programmet får deltagarna möjlighet att bland annat:

- ∞ Se och utveckla sina roller och mönster
- ∞ Inse skillnaden mellan dialog, diskussion och debatt
- ∞ Förstå förändringsprocesser och mänskliga beteenden i dessa
- ∞ Ta in feedback från andra som stöd för egen utveckling
- ∞ Skapa målsättningar för fungerande förhållningssätt
- ∞ Reflektera över sin del i helheten, både yrkesmässigt och privat
- ∞ Öka sin självkännedom och mogna som människa
- ∞ Finna nya perspektiv på sina relationer och sitt ansvar för dem
- ∞ Dela med sig av sin egen och ta del av andras utveckling

Aktivitet och resultat:

Vi arbetar upplevelsebaserat med övningar och koppling till olika teorier kring individ- och grupp-utveckling. Samtal genom dialog blir en naturlig plattform för reflektion om individens del i de sammanhang hon/han befinner sig och hur de egna beteendena påverkar – både i arbetslivet och privat. Genom det når vi ökad medvetenhet och självinsikt vilket gagnar individen, arbetsplatsen, kollegor, familj och vänner.

Upplägg:

Aktiviteten genomförs under tre heldagar eller sex halvdagar med två – tre veckors mellanrum samt en halv dags uppföljning efter ca 4 – 5 månader.

Kontakta mig gärna för ett samtal om hur programmet kan fungera för dig och dina medarbetare.