



Handelskammaren
Jönköpings län

PROGRAM

Unga Ledare

Att arbeta som ledare idag ställer höga krav på såväl individ som organisation. Dessutom kan det vara extra svårt att som ung ledare få de förutsättningar som behövs. Handelskammaren erbjuder därför ett utvecklingsprogram för unga ledare.

I programmet Unga Ledare får deltagaren möjlighet att utveckla sitt personliga ledarskap, få stöd och coaching i aktuella ledarskapssituationer samt strategisk utveckling av sitt företag eller organisation. Programmet syftar även till att inspirera och ge deltagaren möjlighet att knyta affärsnyttiga kontakter i Jönköpings läns näringsliv samt få tillgång till ett stabilt och hållbart nätverk.

Varje tillfälle fokuserar kring ett tema som berör ledarskap, och då med hjälp av externa gäster. Under träffarna finns det alltid utrymme för erfarenhetsutbyte, reflektion, fördjupningar och diskussioner. Exempel på områden som kommer beröras:

- Att leda och utveckla arbetsgrupper
- Det reflekterande ledarskapet och att leda sig själv
- Medarbetarengagemang
- Den hållbara arbetsplatsen och stresshantering
- Nyttiga konflikter och sunda "gräl"

Varje träff inleds eller avslutas med någon form av gemensam aktivitet, exempelvis padel, yoga eller meditation. Nana Björnberg, kommunikatör och projektledare på Handelskammaren, är programledare och deltar, knyter kontakt med alla deltagare, lyssnar av, fångar upp synpunkter samt identifierar förbättringar löpande under programmet. Nana sköter även kontakten med deltagarna för att tillsammans med Handelskammaren kunna anpassa innehållet till nästa träff.

Vi träffar gärna dig och berättar om hur och varför du kan passa in i vårt program Unga Ledare.

Målgrupp

Målgruppen för programmet är yngre personer (ca 20–40 år) med kortare erfarenhet i ledande roller, gärna med personalansvar. Den gemensamma nämnaren är att du vill utvecklas och är intresserad av att söka nya kontaktytor med andra människor med liknande utmaningar.

Upplägg

Varje grupp består av upp till 10 deltagare som träffas vid fem heldagar under cirka ett år. Om deltagarna skulle önska ett nätverk efter avslutat program, kan det fortsatt hållas i Handelskammarens regi.

Uppstart

September 2022.

Kostnad

30 000:- exkl. moms för medlemmar i Handelskammaren Jönköpings län
35 000:- exkl. moms för övriga



Handelskammaren
Jönköpings län

Kontakt & frågor

Nana Björnberg, kommunikatör & projektledare, Handelskammaren Jönköpings län

nana.bjornberg@handelskammarenjonkoping.se

Del 1: Att leda och utveckla arbetsgrupper, leds av Dan Nordlöf

Tid: tisdag 28 september 2021

Den inledande delen i Unga Ledareprogrammet fokuserar på hur vi förhåller oss till varandra när vi befinner oss i sammanhang där vi inte känner varandra tillräckligt väl för att säga eller göra det som vi tror är viktigt. Så som i samtalet eller för att hjälpas åt att hantera de arbetsuppgifter som vi har i en arbetsgrupp.

När vi i dessa situationer inte får den hjälp av ledarskapet som vi behöver, kan vi känna oro och frustration som vi inte längre kan härbärgera och därför väljer att rikta det gentemot den som känns det känns minst obekvämt mot. Den som oftast får ta emot denna frustration är chefen... Studier visar att chefer som får ta emot medarbetares frustration ofta tenderar att försöka "årekskapa harmonin" och därför fokuserar på det som efterfrågas – utan att se det som gruppens medlemmar egentligen behöver. Detta ledarbeteende kan göra den gruppdynamiska utvecklingen till ett stadie där ömsesidig tillit och kollektiv effektivitet råder onödigt länge, om vi ens kommer dit.

Då detta är programmets första del kommer vi använda tillfället att både uppleva och utforska gruppens dynamik i olika moment samt utifrån reflektioner – så väl som individuellt som tillsammans. Under dagen belyser vi bland annat:

- Individuella och grundläggande behov i ett arbetssocialt sammanhang.
- Ledarskapets egentliga uppdrag.
- "Gruppdynamikens wunderbaum" – utvecklande feedback/feedforward.

Om Dan Nordlöf

[Dan](#) är en professionell coach och tränare för chefer, ledare samt ledningsteam. Han är en utvecklande och rådgivande konsult vid förändringsprocesser och vid arbetsgruppskonflikter där han medlar mellan parter. Dan medverkar gärna i sammanhang med människors värderingar, företagskulturer och mål till [Solution Focus](#)-inspirerade grupprocesser men också grafisk facilitering i workshops.

Dan skulle egentligen blivit proffsmusiker då han var slagverkare och påbörjade därför en musiklärarutbildning men – det blev något annat i stället. I dag är han en av tre konsulter i [Nova Sweden](#), där de i unika uppdrag – oberoende bransch eller organisationsform – designar, faciliterar och leder önskvärd förändring på strategisk, organisatorisk samt individuell nivå. Dan har även ett stort idrottsintresse och tränar själv regelbundet. Han gillar att "behöva ta i och kämpa", både fysiskt och mentalt, och gärna tillsammans med andra så som att exempelvis cykla långt under flera dagar eller IronMan.

Del 2: Mer glädje & engagemang på jobbet, leds av Eleonor Svenningsson

Tid: tisdag 25 januari 2022

Hur får vi våra medarbetare att vissla till och från jobbet?

Vad är det som gör att vissa företag har högre frisktal, mer lojala och glada medarbetare, högre produktivitet och effektivitet, bättre samarbeten och resultat? Jo, för är att de har tagit arbetsglädjen



Handelskammaren
Jönköpings län

och det viktiga medarbetarengagemanget på stort allvar! Man jobbar tillsammans med sina medarbetare för att skapa ännu mer glädje och engagemang på jobbet!

Under den här utbildningsdagen kommer vi bland annat att prata om:

- Vem bär ansvar för engagemanget?
- Olika nivåer av engagemang.
- Ledarskapets betydelse för engagemanget.
- Det viktiga självledarskapet.
- Hur leder man på distans med bibehållet engagemang & arbetsglädje?
- Tips på olika praktiska övningar och "check in's" som man kan göra både på kontoret och med medarbetare på distans.

Ett stort fokus under dagen kommer vara dialog, reflektion, praktiska övningar, erfarenhetsutbyte och självklart mycket skratt och glädje!

Om Eleonor Svenningsson

Som nyutexaminerad personalvetare fick Eleonor möjlighet att redan som 24-åring axla sitt första HR-chefsuppdrag. Hon vet hur det är att vara ung och ledare, OCH att det kräver mod, drivkraft, nyfikenhet och en stor portion passion! Eleonor har över 20 års erfarenhet som HR-chef i flertalet olika organisationer, exempelvis Elgiganten och Postnord. Förändringsarbete, ledarskapsutveckling, employer branding samt det viktiga medarbetarengagemanget är områden som hon i sina olika roller har arbetat mycket med. Idag arbetar Eleonor på Fagerhults Belysning och där hon (enligt henne själv) har bolagets absolut roligast tjänst då hon jobbar som Head of Learning & Development för koncernens nordiska bolag. En roll där hon ansvarar för all typ av utveckling för jaget, laget och företaget med fokus på ledarskapsutveckling där hon regelbundet utbildar ledare inom olika typer av ämnen.

Del 3: Den hållbara arbetsplatsen och utbyte med erfarna ledare, leds av Henric Lilja & externa gäster

Tid: tisdag 15 mars 2022

Denna del fokuserar på hur man tar hand om sig själv och hanterar stress, samt hur man som chef kan skapa en miljö som stimulerar hälsosamma beteenden.

Hur stimulerar man sin egen motivation? Hur stimulerar vi andras motivation? Det vill säga att innehållet har både perspektivet på chefen själv, men även hur man kan arbeta kring dessa frågor med gruppen och/eller arbetsplatsen som man är ansvarig för.

Denna del består både av teori och praktik, men även av diskussion. Deltagarna får också arbeta fram beteendemål som de ska arbeta vidare med i sin chefsroll.

I denna del får deltagarna också träffa erfarna ledare som kommer bjuda på sina personliga erfarenheter kring ledarskap. De har med sig tankar på vad de vill berätta om, men det kommer vara lika viktigt vad deltagarna kommer vara intresserade av.

Om Henric Lilja

Henric arbetar som psykologisk rådgivare åt högpresterande människor inom såväl idrott som näringsliv. Han arbetar även med utbildning inom området för prestations- och idrottspsykologi samt personlig utveckling. Henric driver företaget Lilja psykologi, samt är delägare i företaget Sport Competence. Lilja är även idrotts- och marknadsansvarig inom koncernen Prolympia SYD och Änglagårdsskolan. Som person drivs Henric av att se andra människor utvecklas och lyckas, och vill gärna vara en del av den processen!



Handelskammaren
Jönköpings län

Del 4: Leda sig själv via ett reflekterande ledarskap, leda av Annika Hall

Tid: torsdag 7 april 2022

Denna del fokuserar på ledarskap utifrån ett "inifrån-och-ut-perspektiv". Som ledare kan man inte undgå att påverka, därför är det viktigt att förstå sig själv. Först när man förstår sig själv och sina egna känslor, tankar, värderingar och reaktioner, är det möjligt att leda på ett medvetet och ansvarsfullt sätt. Speciellt viktigt är detta i situationer som är osäkra eller konfliktfyllda.

Workshopen kommer att ta upp områden som:

- Ledarskap som en relation – med sig själv och med andra
- Autentiskt ledarskap – för att leda andra måste man kunna leda sig själv
- Självreflektion och närvaro som bas för ledarskap
- Ledarskap och kommunikation
 - Förmågan att lyssna och bekräfta
 - Att påverka genom sitt eget sätt att kommunicera

Dessa områden kommer vi att utforska både genom diskussioner och praktiska övningar.

Om Annika Hall

Annika har en bakgrund som lärare och forskare från Internationella Handelshögskolan i Jönköping. Hon arbetar idag som rådgivare med förändringsprocesser (ägarskiften) i ägarledda företag. Annika är utbildad Nia- och yogalärare (Yinyoga och Viryayoga) och drev under flera år Nia- och yogacentret Insidan i Jönköping tillsammans med en kollega. Hon har ett stort intresse för ledarskap och går kontinuerligt utbildningar i kommunikation och gruppdynamik i Storbritannien.

Del 5: Nyttiga konflikter och sunda gräl, leda av Dan Nordlöf

Tid: tisdag 10 maj 2022

I denna avslutande del så är vårt fokus samarbetskonflikter och vi kommer både utforska och medvetandegöra er om hur den relation som ni själva har till konflikter påverkar ert ledarskap.

Det finns mycket att säga om konflikter och dess betydelse för samarbete, arbetstrivsel och effektivitet. Ibland står våra olika erfarenheter och därigenom syner på konflikter i vägen när vi försöker förstå och förhålla oss på bästa sätt. Ja, vad händer när vi i affekt möter någon annans uppfattning som säger:

"Konflikter skall vi i det längsta undvika, det är bara bråkstakar som orsakar konflikter och att bråka är bevis på dåligt omdöme. Nej, här är vi en enda stor familj."

Klart att det får konsekvenser. Särskilt om du är av uppfattningen att konflikter är naturliga fenomen, ett tillfälle att lära oss mer om varandra och något vi tillsammans behöver hantera.

I del 5 belyser vi bland annat:

- Konflikters uppkomst, typer av konflikter och hur de eskalerar ifall vi inte hittar sättet att hantera dem.
- Hur kan vi genom att välja synsätt på konflikter skapa former för tidig problemlösning och öka vår ömsesidiga förståelse?
 - Vad har "skala löken" att göra med konflikter?
 - Varför har chefer svårt att avgöra när de ska "kliva in" i en konflikt?



*Handelskammaren
Jönköpings län*

- Vadå undvika känslor, och i stället hålla oss till fakta?

Vi kommer också ägna denna modul åt att tillämpa tidigare förvärvade kunskap och insikter i att "stänga" programmet genom att reflektera över vad/hur vi arbetat samt uppnått. Det blir på så vis också en återkoppling till första modulen som hanterar grupperns utveckling och i denna modul kopplat till grupperns upplösning – när nu vår grupp står inför att dela på sig.

Den sista delen avslutas även med en gemensam middag i Jönköping.

Om Dan Nordlöf

Se mer information om Dan där vi beskriver programmets första del.