



Mentalt treningsprogram

Ledere og endringsagenter –
Vi har gleden av å invitere deg som ønsker å ta samhandling på alvor til vårt treningsprogram.

Treningen fokuserer på 5 overordnede ferdigheter som sammen bidrar til effektiv ledelse og samhandling:

1. Oppmerksomhet på egne tanker, meninger og reaksjoner
2. Oppmerksomhet på andres tanker, meninger og reaksjoner
3. Regulering av egen og andres motivasjon
4. Refleksjon og hypoteser om det som skjer når folk samhandler
5. Evne til å forstå organisasjonens hensikt og struktur.

Programmet består av 4 trinn:

- Trinn 1 - Grunnleggende ferdigheter**
- Trinn 2 - Mentalisering og ledelse**
- Trinn 3 - Fordypning i person og rolle**
- Trinn 4 - Mental trener for ledere**

Samlingene vil bestå av en kombinasjon av forelesninger og praktisk trening - gjennom refleksjon, tilbakemeldinger og øvelser utvikler du dine lederferdigheter.

Sted - Samlingene holdes i Oslo sentrum.

Pris - Trinn 1: Kursavgift kr. 30 000,- inklusive lunsj.

Påmelding snarest til: LIDMI Consulting: post@lidmi.no
50 % av kursavgiften betales ved påmelding. Resterende beløp betales senest 2 uker før kursstart. Avmelding senere enn 4 uker før oppstart, belastes 50 % av kursavgiften.

Trinn 1 – **Grunnleggende ferdigheter**

6 dagssamlinger:

- 13. Aug 2015
- 3. Sept 2015
- 1. Okt 2015
- 29. Okt 2015
- 26. Nov 2015
- 17. Des 2015

Trinn 2 – **Mentalisering og ledelse**

Forutsetter gjennomført trinn 1

6 dagssamlinger:

- 11. Aug 2015
- 1. Sept 2015
- 29. Sept 2015
- 26. Okt 2015
- 24. Nov 2015
- 15. Des 2015

Trinn 3 – **Fordypning i person og rolle**

Forutsetter gjennomført trinn 1
Oppstart basert på interesse.

Trinn 4 – **Mental trener for ledere**

Forutsetter gjennomført trinn 1
Oppstart basert på interesse.

Mulighet for individuell **«coaching» underveis:**

Deltakerne som ønsker kan inngå en egen avtale om 3, 6-mnd eller 1-årig «coaching»-abonnement.

Kursansvarlige:



Joar Skjevdal er utdannet offiser, sivilingeniør ved NTNU og psykolog ved UiO.

I perioden 2007 – 2013 var han i Solstrandprogrammet og en av de mest fremgangsrike seniorkonsulentene i AFF. Joar er også kjent som en av de sentrale drivkreftene for utvikling av ledere i Forsvaret fra tidlig på 90-tallet og har i løpet av de siste 15 årene opparbeidet seg betydelig erfaring med coaching av toppledere og utvikling av ledergrupper på konsernnivå- og mellomledernivå i en rekke offentlige og private virksomheter. Han fungerer som strategisk støttespiller for konsernledere og flere toppledere i store og mellomstore organisasjoner. Joar er i dag engasjert i virksomheter som Kongsberggruppen, Mattilsynet, DNB, Rambøll, Zenitel, Raeder Advokat, Ski kommune, Flytoget, Sykehuspartner, Statsbygg, Luftforsvaret og Det Norske Veritas.

Ole Asbjørn Solberg har offisersutdanning fra Norge og Sverige og har doktorgrad i psykologi med fordypning i temaet stress og mestring. Ole Asbjørn har ledererfaring fra ulike stillinger i Forsvaret og fra internasjonale operasjoner i Kosovo og Afghanistan. Ole Asbjørn er mest kjent for sitt bidrag til modernisering av lederutdanningen ved krigsskolene og han avsluttet sin karriere i Forsvaret som fagansvarlig for seleksjon og lederutvikling i Forsvaret. Fra 2011 til 2013 jobbet han som seniorkonsulent i AFF med svært gode tilbakemeldinger, blant annet i Solstrandprogrammet. Ole Asbjørn er i dag engasjert i utvikling, ledergruppeutvikling, bedriftsinterne lederutviklingsprogram, lederstøtte og coaching av toppledere og medarbeidere i virksomheter som Ruter, Husbanken, Raftostiftelsen, Politiets Fellesforbund, Mesta, IMDI og Rambøll.

Samarbeidspartnere:

- Institutt for Mentalisering
- International Institute for Core Evolution, California
- C2U
- AFF