

TEAMLYFTET

WorkShops
för ditt Team



Med gruppens diskussion och reflektion stärker vi förmågor och känslan av tillsammans. Med kunskap från beteendevetenskap, teknik från coaching och erfarenhet av ledarskap hjälper vi er att ta fram egna strategier för framgång.

MINDSET. AKTIVITET. RESULTAT.

Våra tankar påverkar hur vi agerar.
Dina aktiviteter skapar dina resultat.
När vi tydliggör vilka resultat vi vill ha,
kan vi bli specifika i vad vi behöver
göra. Men allt börjar på insidan.

Det är så vi bygger upp våra övningar.
Att tydliggöra samtalet på insidan,
som leder till mina val av handlingar.
När vi gör på ett nytt sätt får vi nya
resultat.



Tillsammans

Du och jag är sociala varelser och när vi är trygga med varandra är vi snabbare på att skapa lösningar. I komplexa verksamheter där vi utvecklar innovativa erbjudanden så blir den avgörande faktorn vår förmåga att samarbeta och skapa nytt tillsammans. Det är ert sätt att samarbeta vi tränar med teamövningar.

Du kan välja en eller flera gruppövningar som passar för er utveckling och allt kan anpassas efter era behov. Vi föredrar att träffas IRL, men vi har stor vana av enbart digitala utvecklingsprogram. Alla work-shops kan anpassas för 2-4 timmar beroende på förutsättningar.

Du väljer er strategiska utveckling.

TEAM LYFTET

ATT LEDA MÄNNISKAN.

RESULTAT

- Förstå psykologiska behov och hur social trygghet skapas.
- Ta eget ansvar för mina behov och vara en bra kollega.
- Vara snäll mot mig själv och andra.

Tillsammans bygger vi en förståelse och ett gemensamt språk för varför vi människor agerar som vi gör. När fler har koll på och tar ansvar för gruppen skapas ett bra samarbete.

Vi lär oss att identifiera vilka faktorer som stärker och stjälper vårt samarbete enligt psykologi och fysiologi.



AKTIVITET

Efter en introduktion så diskuterar ni tillsammans och tar fram egna strategier för hur ni säkerställer inkludering, delar relevant information, låter alla få höras, skapar gemensamhet och förstår vad som skapar dåliga känslor, så de kan elimineras.

Ni får en egen lista på vad ni fokuserar på framåt.



MINDSET

Vi är sociala varelser och när vi förstår hur vår hjärna är konstruerad, kan vi ta eget ansvar för vårt agerande. Samtidigt som vi kan vara lite snälla mot oss själva, vi är bara människor – inte perfekta.

ENGAGEMANG OCH VÄLMÅENDE.

RESULTAT

Ett ökat engagemang för individ och team vilket leder till nästa nivå av prestation.

Ni kommer att identifiera vilka faktorer som stärker just ert engagemang enligt Gallups forskning.

Särskild vikt läggs på Välmående (Wellbeing) och du tar tempen på de 5 delar som ligger bakom vårt personliga välbefinnande samt får en handlingsplan.



AKTIVITET

Kandidata faciliterar er diskussion och identifierar vad som är ert specifika framgångsrecept. Vad gör ni redan bra som ni skall fortsätta att göra? Och vad vill ni göra mer av?

Gallups modell tydliggör vad som förväntas av varje individ, att konsekvent uppmärksamma varandra, samt förstå hur gruppen och organisationen bidrar till visionen. Engagemangsverktyget används av organisationer över hela världen sedan många år.

Ni gör en plan för att integrera Wellbeing i ert team/organisation enligt Gallups forskning.

MINDSET

När vi mår bra, presterar vi bra.



GALLUP CERTIFIED
Strengths Coach

MINDSET FÖR UTVECKLING MED FEED-FORWARD.

RESULTAT

Er mentala inställning att våga göra nytt ökar och ni får övningar i "feedforward".

Mental inställning är viktigare än kompetens för att utvecklas.

Feedforward övas för att medvetet kunna skapa det resultat och lärande som vi önskar och behöver.



AKTIVITET

Här får du och teamet insikt i psykologin bakom "growth mindset" som ger oss redskap för hur vi vågar lära oss nytt. Vi går även igenom psykologin om feedback och hur vi säkerställer att det blir en konstruktiv upplevelse istället för ett upplevt hot.

- Identifierar eget beteende, när jag är trygg att testa nytt och hur jag lämnar min trygga zon.
- Skapa vanor för att själv fråga om feedback som stärker min prestation.
- Upplevelseövningar för att stärka mentala attityder.



MINDSET

Jag är i förarsätet i min bil.

EMOTIONELL INTELLIGENS.

RESULTAT

Bättre samarbete, stresshantering och problemlösning genom självförståelse och strategier för gruppen och individen att hantera sig själv.



AKTIVITET

Vi lär oss vad känslor är och hur vi skall relatera till dem så att de ger oss energi. Varje individ får en egen EQ-barometer och återkoppling med coach innan teammötet.

Gruppen och individerna samtalar om vad som är viktigt för er. Ni identifierar framgångsfaktorer enligt emotionell intelligens, förmågan att relatera till sig själv och andra samt hur det påverkar förmågan att hantera stress och allt vardagen utsätter oss för.

Strategier diskuteras för hur ni kan stärka samarbetet utifrån gruppens EQ-profil.

MINDSET

Jag tar ansvar för vilka känslor och vilken energi jag vill ha, och vad jag sprider till andra.

WHY.

RESULTAT

Ni skapar en gemensam plattform för ett framgångsrikt driv framåt.

Energi skapas genom att tydliggöra och ena teamets och/eller företagets syfte, det säger forskning och erfarenhet.



AKTIVITET

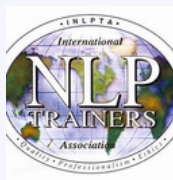
Vi lär oss teorin bakom kraften med ett högre syfte, och dess koppling till inre motivation.

Vi får träna i processen att hitta gruppens/organisationens och ditt personliga WHY, och praktiska exempel på hur detta kan användas framgångsrikt i vardagen.

Vi gör övningar för att förankra det i medvetandet och ladda energin.

MINDSET

Jag känner att vi bidrar till något större än oss själva, så förändrar vi världen.



STYRKOR I UTVECKLING. BRA BLIR BÄTTRE.

RESULTAT

Detta är en riktig "feel-good" övning. Alla får en "boost" i hur de är unika och styrkan med det.

Ni identifierar var ni som individer och team har er stora potential och tydliggör hur ni medvetet delar och nyttja era unika styrkor för ett starkare lag.



AKTIVITET

Ni lär er ett nytt sätt att se på hur teamet kan ta sig an uppgifter utifrån personers styrkor i stället för roller. Ni får ett språk för att prata om styrkor och reder ut begreppen kring talang, kompetens och styrka.

- Innan övningen svarar alla på ett profilerings-formulär för att få en egen styrkeprofil.
- Som tillval kan ni välja ett eget coach-samtal som markant ökar självinsikten och höjer självkänslan - energin laddas på!

Ni går hem med en bild av teamets fördelning av styrkor som utgång för utveckling, prestation och mycket mer.

MINDSET

Jag känner till mina styrkor och använder dem för att vara bästa versionen av mig själv.

HUCAMA Factors Practitioner



GALLUP® CERTIFIED
Strengths Coach

VI HÅLLER DIN TEAMÖVNING

på Svenska eller Engelska

Mathias Adolphsson

EXECUTIVE STRENGTHS COACH
& ORGANIZATIONAL CONSULTANT

Area of expertise

Strengths-based Leadership,
Development & coaching,
Purpose-based leadership,
Employee Engagement,
Wellbeing & Performance in the workplace,
Emotional Intelligence EQ-i 2.0



Bodil Jonason

EXECUTIVE COACH
& ORGANIZATIONAL CONSULTANT

Area of expertise

Coaching & Team Development
Emotional Intelligence Trainer,
GALLUP Strengths Coach, NLP Master,
Brain Based Coach,
Neuroscience Organizational Leadership,
Personality & Competency Assessment Trainer,
Communication, Presentations, Business Strategy





När du vill utvecklas – då ses vi!

Vår passion är att dela kunskaper och verktyg för hur vi skapar ett bättre samarbete där vi utvecklas som individ och grupp. Vi är certifierade av några av världens främsta forskningsbaserade organisationer som summerar verktyg för välmående och prestation hos individ och organisation.

info@kandidata.se

