



## Coaching för Teamledare & Chefer

Utbildningen i *Beteendebaserad Coaching för Teamledare & Chefer* ger dig möjlighet att:

- *Leda dig själv och andra*
- *Styra dig själv och andra*
- *Utveckla dig själv och andra*

**Mål:** Målet med programmet är att göra coaching till en metod som skapar effektiva och meningsfulla möten samt ger hållbara resultat.

**För vem:** Programmet passar bra både för dig som är ny i din ledarroll och för dig som har erfarenhet att leda samt coacha andra. Ledare som gått andra coach- & ledarutbildningar upplever att den här utbildningen är konkret och direkt praktiskt användbar i arbetet. Det är också uppskattat att vi inte kör rollspel utan vi coachar på verkliga och värdefulla ämnen.

**Vad du får:** Som deltagare får du teoretisk kunskap om coaching, tillgång till utprovade och fungerande coachverktyg samt framförallt så får du praktisk träning i att coacha.

För att du ska få bestående effekter av utbildningen kommer du att få verktyg som hjälper dig att utföra coachingen samt göra coaching till en vana. Du får även träningssuppgifter mellan utbildningstillfällena som du kommer att få redovisa.

**Vad det ger:** Efter genomförd utbildning kommer du att kunna utföra beteendebaserad coaching som ger såväl kraftfulla som hållbara effekter.

- *Verktygen är så kraftfulla att de endast får användas av dig som blivit utbildad och godkänd på såväl träningsuppgifter som avslutande "coachuppkörning".*
- *När träningsuppgifter och "coachuppkörningen" är godkända får du ditt diplom.*
- *6 månader efter avslutade utbildning får du möjlighet att bevara en utvärdering om vilka positiva bestående effekter du fått.*

**Omfattning:** 5 dagar (2+2+1 dag)

**Förberedelser:** Personlig Effektivitets-analys till dag 1 och en DISC-analys till dag 3.

### Resurser:

- Tillgång till telefonsupport under hela utbildningstiden.
- Handbok i Coaching med 16 praktiska, utprovade och fungerande coachmodeller.
- När du är godkänd på utbildningen får du även Coachhandboken i digitalt format för eget bruk.



## Programinnehåll

### Dag 1-2: Personlig Effektivitet, Coaching & Coachverktyg

- Personlig Effektivitet för mig som ledare samt för att kunna inspirera & träna medarbetare/team.
- Vad är coaching, vad är ett coachande förhållningssätt & hur fungerar coaching?

- Träna på att coacha & få tillgång till 16 effektiva coachverktyg!
- Träningsuppgifter\*

---

### Dag 3: DISC-modellen

- Redovisning träningsuppgifter. Vad har gjorts, vilka effekter har det gett samt vad kan jag lära mig av det?
- Grundläggande om beteende, drivkrafter och kommunikation.
- Teorin bakom & genomgång av DISC-modellen.
- PersonProfilen generellt samt Din DISC PersonProfil.
  - Att tolka analysen: styrkor, utmaningar & personlig utveckling.
- Hur identifierar jag D-I-S-C? Ord, Sätt & Kroppsspråk.
- Hur matchar jag mitt beteende/kommunikation till de olika beteendestilarna D-I-S-C?

---

### Dag 4: Coacha med DISC

- Beteendekunskap med DISC.
- Min PersonProfil & min CoachProfil - Styrkor & Utmaningar.
- Utveckling av D-I-S-C, att stärka sin "beteendeflexibilitet".
- Hur coachar jag olika beteendestilar D-I-S-C?

- Träna på att coacha & få tillgång till effektiva coachverktyg!
- Träningsuppgifter\*

---

### Dag 5: Coacha med avancerad frågemetodik

- Redovisning träningsuppgifter. Vad har gjorts, vilka effekter har det gett samt vad kan jag lära mig av det?
- Vilken betydelse har språket, hur kan vi använda språket & hur ändrar vi begränsande övertygelser?
- Att coacha utifrån Mål, Värderingar & Övertygelser – och hur frågemetodik & DISC hänger ihop.

- Träna på att coacha!
- Göra en strategisk & praktisk plan inom det område som ger bäst effekt för din fortsatta utveckling som coach/teamledare.
- Hur du gör för att få coaching som en effektiv vana.

---

#### \* Träningsuppgifter:

Till nästa utbildningstillfälle (4 veckor) genomföra 5 coachningar där framgångsfaktorer & erfarenheter dokumenteras för varje coachtillfälle. Skriftlig redovisning i förväg till utbildaren samt muntlig redovisning vid nästa utbildningstillfälle

---

#### Pris

20 000:- per deltagare inklusive material (minimum 6 deltagare)\*

\*Vid anmälan sker fakturering i samband med bekräftelse av plats på utbildningen. Pris anges exklusive moms.

Material som ingår: Verktyg för personlig utveckling, Inbunden PersonProfil, Coachhandboken.

Förtäring: Lunch och fika samtliga dagar.

### Vad tycker de som gått utbildningen att den gett dem?

”Jag anser att alla som har till yrke att leda andra, skall gå denna utbildning. Vi skulle ha ett mycket bättre arbetsklimate och vara ännu mer konkurrenskraftiga i Sverige då.”

*Lars Johansson Rundin, Teamledare - Transportstyrelsen*

”Bra metod med röd tråd och säck som knyts ihop på ett pedagogiskt sätt, kunnig inspirerande tränare.”  
”Rekommenderar den!”

*Maritha Nordström, - Platschef - Silentium*

”Förbättrad Personlig effektivitet. Bättre möten genom coaching. Förstår andras drivkrafter bättre. Kan situationsanpassa mig mer.”

*Gunnar Rydin, Vice VD – Nordreportern*

”Mycket bra och att man varvar med teori samt praktiska övningar, väl vägt med raster vilket gör att man kan hålla fokus en längre tid samt även träna & ställa frågor.”

*Kim Ekström, Gruppchef - Reffekt*

”Jag är tryggare i min roll och har minskat min stressnivå.”. ”Enkla och realistiska redskap.”. ”Allt var perfekt!”.

*Petra Wéden, Teamledare - Transportstyrelsen*

”Inspirerande, utvecklande, utmanande, egenutveckling. Bättre självkontroll & kommunikation med andra. Att jag kan coacha med trygghet.”

*Sofia Faraz, Försäljningschef – Nordreportern*

”Framför allt har det gett mig insikter och verktyg för att genomföra och planera genomförda aktiviteter och coachningar”. ”En mycket bra utbildning som jag verkligen kan rekommendera. Det bästa betyget är väl att vi kommer att skicka våra Teamledare på utbildningen.”

*Per Astvald, Sektionschef - Transportstyrelsen*

”Mycket bra coachverktyg. Att lära sig själv av att coacha andra. Att få glädje i livet.”

*Kristina Nahkala, Client Sales Provider - K3 Nordic*

”Jag kan nu utvecklas som coach, och har redan utvecklats. Jag kommer att vara effektivare från nu.”

*Andreas Grahn, Säljare - K3 Nordic*

”Jag har lärt mig grunderna i coaching och förstått kraften i frågemetodiken.”. ”Jag kommer varmt att rekommendera denna utbildning.”

*Roland Ersson, Sektionschef - Transportstyrelsen*

”En av de bästa utbildningarna jag gått ever och jag har gått en hel del 😊”

*Ingela Rottbers, Säljcoach - OKQ8*

”För min personliga effektivitet – väldigt mycket. Jag har satt upp mål för mig själv, prioriterar & tidsplanerar! Jag har också fått verktyg för att kunna coacha & få hållbara förändringar.”

*Johanna Lundell, Utbildare/Coach- Ageris Kontaktcenter*

”Det jag lärt mig under coachutbildningen är en hel del, jag har lärt mig att det går att förändra ett beteende och hur jag kan kommunicera annorlunda med människor. Jag har lärt mig att se till viss del hur andra människor tänker och jag förstår bättre hur vi människor fungerar, ...”

*Mariah Götesson, Teamledare - CC Vattugatan 3*

”Trots att jag har vad jag tycker både gott självförtroende och god självbild har jag lärt mig otroligt mycket om hur jag själv fungerar och om hur stor potential jag verkligen har som individ och som teamledare.”

*Lotta Cook, Teamledare - Transportstyrelsen*

”Jag tycker den var mycket väl godkänd! :) Jag gillade verkligen metoden som ni använde till oss, ledande coachande frågor så vi själv fick tänka.” ”Jag skulle vilja säga tack till en väldigt lärorik resa och jag hoppas att jag kommer i kontakt med er fler gånger.”

*Alexander Dun-Rieem, Teamledare - CC Vattugatan 3*

”Effekterna blir att jag kan utvecklas som coach och på så sätt även utveckla min grupp och andra och kanske även företaget. En effekt som redan slagit in är att jag har helt nya coachningsförfaranden.”

*Mikael Forsberg, Gruppchef - Reffekt*

”Vill omtala den till andra, bra utbildning.”

*Henrik Lykke Kjeldsen, Säljare - K3 Nordic*

”Bra upplägg och variation mellan teori och praktik. Pedagogisk och inspirerande instruktör.”

*Linda Karlberg, - Projektledare - Vattenfall*

”Jag kommer (och även nu) att må bättre. Jag är en bättre coach, är effektivare och sparar energi. Jag hjälper även andra bättre o arbetet m. förändring på mitt arbete i stort är påbörjad.”

*Pål Svensson, Gruppchef – Reffekt AB*

”Jag känner mig stärkt i min roll och fått mycket av mina tankar bekräftade.”. ”Fem stycken givande dagar och jag har växt av allt jag fick med mig.”

*Carina Ehlingsdotter Ericsson, Coach - OKQ8*

”Jag är effektivare, har bättre kontroll (tid, planering), lärt mig att delegera (lita mer på andra). Jag är gladare och mår väldigt bra när jag t ex ser att coachningar ger resultat.” ”Bra med träningsuppgifter mellan passen, övning ger färdighet. Jag har större förståelse för mig själv och fått mer motivation till att utveckla andra.”

*Magnus Sandström, Gruppchef – Reffekt AB*

”Jag har lärt mig massor om mig själv och hur mitt beteende påverkar andra.” ”Kanongång & kanonutbildning.”

*Louise Bysell, Teamledare – Hyresgästföreningen*

”Bättre kommunikation. Jag tar snabbare beslut. Jag planerar bättre. Mer självständiga och självutvecklande säljare”. ”Mycket bra! Stort engagemang, kreativt berättande. Mysigt hus/lokaler.”

*Cecilia Jenslin, Gruppchef – Reffekt AB*

”Har gett (kommer fortsätta ge) effekter som påverkar mig, min karriär & de jag jobbar med positivt nu & i framtiden.”

*Ida Jensen, Projektchef – Reffekt AB*

”Fått en tydligare bild över min egen person. Satt upp mål och handlingsplaner som gett effekt yrkesmässigt/privat. Starkare ledarskap och bättre/aktiva medarbetare/miljö.”

*Robin Hallgen, Försäljningschef – Alfatell*

”Jag har lärt mig mycket om mig själv och vad jag kan göra för att bli tydligare. Jag har lärt mig oändligt mycket kring hur jag ska kommunicera bättre med andra & nå fram.”

*Eleonore Holmström, Teamledare – DN*

”DISC ger mig en bild att arbeta med, ger mig förståelse för mig själv och andra. Frågemetodiken ger djup.”

*Micke Lund, Projektledarchef – Silentium*

”Den största effekten har jag fått genom frågemetodiken, den ger verkligen KRAFT!” ”Jag har lärt känna mig själv mer om hur jag fungerar samt hur jag bör anpassa mig till individ. Hämta personen där denne befinner sig.”

*Robert Goth, Produktionschef – Silentium*

”Jag har lärt mig mycket om mig själv & även om andra. Kan mer möta & se människor där de är & inte hur jag vill att det ska vara.” ”För mig passar upplägget mkt bra. Mixen med vår delaktighet gör att det inte blir tråkigt. Man kan ställa frågor & få en diskussion vilket är viktigt så man ser från flera perspektiv.”

*Eva Isaksen, Teamledare – Transportstyrelsen*

”Framför allt har min syn på min roll som ”coach” förändrats. Kursen har gett mig en stor verktygslåda att använda!!”

*Victoria Lindén, Marknadschef – Albinsson & Sjöberg*

”Lätt att applicera i verksamheten och man ser stora effekter omgående.” ”Mycket givande för mig som person både privat och i mitt arbete.”

*Mariann Tegelöv, Platschef – Silentium*