

INNERMBA® – LEADERSHIP FROM WITHIN

**En dybdegående og intens lederuddannelse,
der løfter dit lederskab til næste niveau**

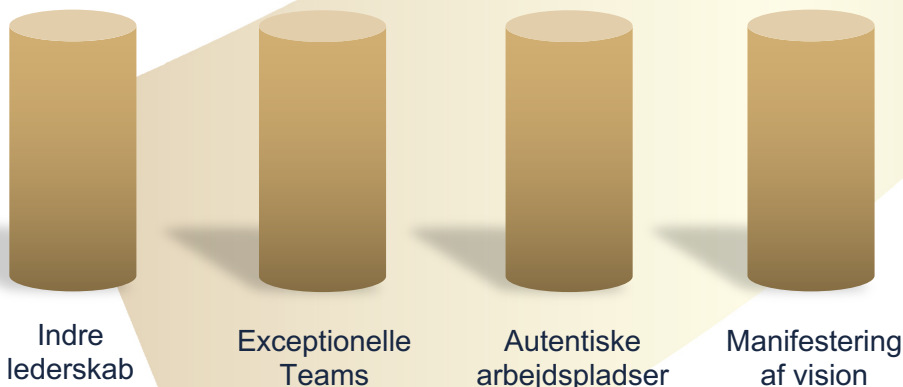
I en tid hvor kravene til ledere og virksomhedsejere konstant ændrer sig, og hvor det at drive ledelse ikke blot handler om at skabe en god bundlinje, bliver det nødvendigt at tilegne sig nye kompetencer til at forstå sig selv og andre bedre.

På en klassisk MBA lærer du at drive traditionel ledelse baseret på ydre færdigheder. **På innerMBA lærer vi dig de indre færdigheder.** Det der vil hjælpe dig med at skabe balance i dit lederskab. Du vil hvile bedre i dig selv og stå stærkere som leder - ikke bare nu, men også i fremtiden.

Opbygning

innerMBA består af 9 intense uddannelsesdage fordelt over 6 måneder. For at opnå det største udbytte forventer vi stor personlig involvering og interessen for personlig udvikling med fokus på dig, teamet og den virksomhed, hvor dit ledelsesansvar gør en forskel.

innerMBA er bygget på 4 grund søjler, som danner rammen om hele uddannelsen:



Verden er i konstant forandring og alting foregår med en hastighed som vi ikke har set før. Det er nødvendigt at få en større bevidsthed om, hvordan vi driver vores virksomheder med den rette ledelse. Det gælder især indenfor to områder.

Det første handler om den personlige udvikling. Tilstedeværelse, nærvær, empati og evnen til at lytte og bevare indre ro i pressede situationer er alt sammen afgørende for at kunne lede andre. Hermed opnår virksomheden succes ikke bare på bundlinjen, men også på de parametre, som resultaterne er afhængige af; trivsel, samarbejde, relationer, ansvarlighed og åbenhed.

Det andet handler om vores krav til fremtidens arbejdspladser. Den næste generation arbejder på en anden måde, end vi gør i dag. De stiller langt højere krav til fleksibilitet, og at arbejdet skal være meningsfyldt. Dertil må virksomheden leve op til andre værdier og medarbejdernes krav til bl.a. miljø og etik.

*"At skabe stærke relationer er en af de vigtigste kompetencer for topledere i fremtiden.
(Building resilient professional relationships)"*

- Professor Marc Ventresca, University of Oxford & Stanford University

Vi er gået fra industriens tid til teknologiens tid, og nu træder vi for alvor ind i relationernes tid. Det betyder, at fremtidens ledere i højere grad må fokusere mere på de menneskelige værdier og mindre på bundlinje og KPI'er. Dette er især gældende, når man vil tiltrække nye og fastholde dygtige medarbejdere.

På innerMBA styrker du din følelsesmæssige intelligens. En intelligens, som mange forskere mener bliver et af de vigtigste konkurrenceparametre i fremtiden. Du får redskaber til at opnå en markant større ro samt får øget din bevidsthed om, hvem du er som menneske og leder. Igennem bevidsthed vil du få adgang til dine indre ressourcer og styrker, så de skinner tydeligt igennem i dit lederskab. Du vil ligeledes opnå en tydeligere gennemslagskraft og mere personlig power. Kort sagt vil innerMBA styrke dit indre lederskab og give dig ny viden, indsigt og redskaber, som både du og virksomheden vil få stor glæde af.

Målgruppe

innerMBA er en intens lederuddannelse for dig, hvis:

- Du har modet til at blive klogere på dig selv og se indad
- Du er vidende om, at ledelse af de nye og yngre generationer kræver en anden indsigt i ledelse end førhen
- Du er klar til at investere tid for at løfte dit lederskab til næste niveau
- Du påtager dig for mange opgaver og har svært ved at uddelegere ansvar til andre
- Du vil gerne være bedre til at motivere og engagere dine medarbejdere
- Du vil gerne være i bedre kontakt med dig selv og dit inderste potentiale

Uanset din situation og baggrund møder vi dig der, hvor du er og guider dig til en større selvforståelse og bevidsthed.

Det er ikke en forudsætning at have en MBA for at deltage.

Program

Modul 1 - dag 1: Indre lederskab

Fundamentet bygges til hele uddannelsen. Vi lever med konstante forandringer, og det er afgørende, at du som leder, chef, virksomhedsejer eller selvstændig forstår, hvordan dine beslutninger træffes. Dermed gør du dem langtidsholdbare, baseret på tillid, fleksibilitet og balance.

Indhold

- ✧ Etablering af egne mål og visioner – hvem er du, og hvad vil du opnå med innerMBA?
- ✧ Kendskab til den nyeste hjerneforskning om, hvordan vi lykkes med det, vi sætter os for
- ✧ Hvordan vi bruger vores indre ressourcer bedst muligt
- ✧ Viden om, hvordan din hjerne reagerer og fungerer
- ✧ Bevidsthed om egne præferencer og blind spots ift. ledelsesstil, adfærd og beslutninger
- ✧ Transformationen fra "jeg"-tænkning til "vi"-tænkning
- ✧ Sådan skaber vi virksomheder, der bygger på solidt fælles ansvar.

Udbytte

- ✓ Klarhed over din vision og målsætning
- ✓ Forståelse for hjernens ressourcer og begrænsninger, og hvordan du arbejder mere hjernesmart
- ✓ Lær at omsætte dine fastlåste ressourcer til flow
- ✓ Bevidsthed om indre benskænd og redskaber til, hvordan du arbejder med dem
- ✓ Forstå, hvorfor udviklingen af dynamikken i virksomheden er afgørende nu og i fremtiden.

Modul 1 - dag 2: Centrering & autenticitet – hjerte og hjerne

Centrering er vigtigt for at stå fast i hverdagens udfordringer og dermed træffe de mest hensigtsmæssige beslutninger med både hjerte og hjerne. Vi åbner op for flere facetter af centrering og giver deltagerne mulighed for at måle deres egen indre balance og kontakt mellem hjerte og hjerne.

Indhold

- ✧ Introduktion til centrering
- ✧ Måling af din hjerte- og hjerneenergi med HeartMath – kommunikation og coherence mellem hjerte og hjerne
- ✧ Sådan påvirker dine følelser dine tanker og adfærd
- ✧ Introduktion til de "Syv psykologiske muskler"; vilje, følelse, tanke, fantasi, logik, passion og handling.

Udbytte

- ✓ Konkrete redskaber til at bruge centrering i hverdagen, og hvorfor det er vigtigt, når du skal træffe de helt rigtige beslutninger og bevare overblikket
- ✓ Tydeliggørelse af, hvordan du bevarer din indre balance, når du træffer beslutninger
- ✓ Redskaber til at forblive neutral, når dine tanker og følelser prøver at tage over
- ✓ Sådan opbygger du et stærkere fundament og styrker dit selvværd for at kunne agere mere oprigtigt.

Modul 2 - dag 3: Værdier – dit kompas til det indre lederskab

Dine kerneværdier er dit eget kompas, som hjælper dig med at træffe de rigtige beslutninger - hver gang! Brugen af kompasset tydeliggør dine prioriteter og signalerer et stærkt og troværdigt indre lederskab. Vi arbejder med deltagernes egne værdier og opnår en dyb forståelse for, hvordan du får sat dine værdier i spil, så de bliver værdifulde - både for dig, teamet og hele virksomheden.

Indhold

- ✧ Betydningen af kerneværdier
- ✧ Klarlægning af egne kerneværdier
- ✧ Sådan løfter du dine kerneværdier og går fra tomme ord til handling
- ✧ Team eller virksomhedsværdier som skaber fællesskab og tydelig retning.

Udbytte

- ✓ Et tydeligt værdisæt, som afspejler dig og dit lederskab i forskellige situationer
- ✓ Forståelse for vigtigheden af, hvordan du bruger dine værdier til at nå mål med dine visioner
- ✓ Brugen af værdier i hverdagen og fremtiden, både når der skal ansættes nye medarbejdere og træffes beslutninger
- ✓ En stærk signalværdi og et fælles kompas, som skaber retning for adfærd til gode beslutninger.

Modul 3 - dag 4: Exceptionelle Teams (del 1)

Måden vi samarbejder har udviklet sig markant gennem de seneste år. Senest ønsket om og behovet for, at flere og flere medarbejdere i højere grad arbejder hjemmefra. Det stiller langt større krav til ledelse, lederne og virksomhederne om at skabe et troværdigt, professionelt og funktionelt arbejdsmiljø. Vigtigheden er, at viden deles på tværs af teams og medarbejdere, både når medarbejdere er på kontoret, hjemme eller arbejder på distancen.

Indhold

- ✧ DNA i Exceptionelle teams
- ✧ Hvad skal der til for at skabe et velfungerende team, der trives og leverer de bedste resultater?
- ✧ Psykologisk tryghed, der fastholder og tiltrækker medarbejdere samt nedbringer stress, sygefravær og mistrivsel
- ✧ Kultur – en medspiller eller modstander? Hvordan du undgår, at en kultur fastholder uhensigtsmæssig adfærd
- ✧ Sammenlægning af teams eller virksomheder. Gør op med "dem" og "os" kulturen.

Udbytte

- ✓ Sådan laver du dit eget roadmap til at skabe dit Exceptionelle team
- ✓ Redskaber til at opbygge tillid og psykologisk tryghed for at skabe bedre trivsel og mere forudsigelighed
- ✓ Indsigt i de psykologiske mekanismer, der kan spænde ben, når teams skal sammenlægges
- ✓ Sådan skaber I en stærk, fælles kultur, hvor fællesskabet trækker i samme retning.

Modul 3 - dag 5: Exceptionelle Teams (del 2)

Når vi kigger ind i fremtiden, peger alt på, at det at skabe Exceptionelle teams bliver afgørende for virksomhedens evne til at tiltrække og fastholde medarbejdere. Det understøtter desuden, at viden ikke går tabt. Med et vedvarende godt arbejdsmiljø, videndeling på tværs af afdelinger og et værdisæt, som lever i virksomheden, vil det være muligt at fastholde de gode medarbejdere, tiltrække de rette og dermed skabe de bedste resultater.

Indhold

- ✧ Hvorfor en virksomheds kommunikationsflow er afgørende for virksomhedens fremtid
- ✧ Grundessensen for at lykkes med deling af viden og erfaring - hvad skal der til for at lykkes?
- ✧ Kunsten at skabe ægte relationer
- ✧ Kommunikation 2.0 – sådan bliver du endnu tydeligere og mere nærværende

Udbytte

- ✓ Lær af de senest afprøvede metoder til at skabe større tilhørsforhold til virksomheden
- ✓ Opnå større videndeling og effektiv brug af ressourcer
- ✓ Sådan skaber du tillid og mod i teams til åben og ærlig kommunikation og konfliktløsning
- ✓ Redskaber og indsigt i de vigtigste nøgler til optimal kommunikation, så du bliver hørt og forstået hver gang.

Modul 4 - dag 6: Diversitet - sammen står vi stærkest!

I en tid hvor globalisering, teamsmøder og religion, alder og kønsdebat er en del af alles hverdag, er en forståelse for konflikthåndtering, gruppekultur og gruppedynamik yderst nødvendig. Det er let at træde forkert eller sende et uhensigtsmæssigt signal, der hurtigt kan misforstås og måske endda gå viralt. Konflikter lever af menneskers forskelligheder og vil altid opstå, hvor mennesker mødes. Derfor er konflikter et livsvilkår, og du som leder står i centrum. Her forventes det, at du forstår og kan navigere i de spændingsfelter, der opstår.

Indhold

- ✧ Hvordan og hvor trives diversitet bedst?
- ✧ Hvordan og hvor trives konflikter bedst?
- ✧ Samarbejde på tværs af forskelle
- ✧ Kultur på tværs af lande og religioner
- ✧ Den konfliktsky leder – undgå, at det er dig.

Udbytte

- ✓ Forståelse af, hvad diversitet er, og hvorfor det kan vække stærke følelser og misforståelser
- ✓ Værktøjer til at bruge konflikten konstruktivt
- ✓ Håndtering af konflikter, meningsudveksling og forståelsesforskelle
- ✓ Sådan undgår du, at dine tanker og følelser spænder ben for et fortsat godt samarbejde efter, en konflikt er løst.

Modul 5 - dag 7: Klog på forandring

At kunne gennemføre, forstå og håndtere forandringer er en del af hverdagen. Heldigvis er det sjældent selve forandringen, som spænder ben, men oftere den følelsesmæssige ubevidsthed, som både kan trænes og bruges konstruktivt. Derfor er det afgørende, at du som leder forstår og handler på emotionelle forhindringer, både hos dig selv og andre. Det handler om at blive bevidst om egen drivkraft og kunne skelne mellem at være identificerende eller observerende.

Indhold

- ✧ Kendskab til den ubevidste modstand til forandring
- ✧ Indsigt i, hvordan EQ (emotionel intelligens) bruges som et strategisk ledelsesredskab
- ✧ De syv grundfølelser, som alle mennesker besidder, og som præger vores tanker og adfærd
- ✧ Sådan opnår du succes med forandringer.

Udbytte

- ✓ Indsigt i de dybereliggende mekanismer, som styrer os alle – især når vi er under pres, eller når vanskelige situationer opstår
- ✓ Nøglen til at forstå og håndtere forandringer optimalt, så du undgår unødvendig modstand før, under og efter processen
- ✓ Kendskab til de forskellige redskaber i EQ, og hvordan du kan blive fortrolig med de syv grundfølelser hos dig selv og andre
- ✓ Undgå modstand på forandring og forandringer, som ikke bliver implementeret pga. manglende forberedelse og forståelse for modtageren og udøveren.

Modul 6 - dag 8: Professionel bæredygtighed – gør en forskel

I dag er der krav om, at virksomheden laver en ESG-rapport (Environmental, Social and Governance). Men hvorfor er fx både FN's verdensmål og ESG vigtige for dig, medarbejderne og virksomheden? På dette modul kigger vi ind i, hvad det vil sige at være en professionel, bæredygtig virksomhed, og hvordan du med små tiltag gør en stor forskel, både nu og på den lange bane.

Indhold

- ✧ Hvordan får du bæredygtighedsmål i øjenhøjde og gjort dem praktisk anvendelige?
- ✧ Indblik i FN's verdensmål og gevinsten ved at arbejde med dem i din virksomhed
- ✧ Inner Development Goals – 23 parameter/kompetencer, der er essentielle for ledere, der tænker på bæredygtighed
- ✧ Hvor finder du hjælp i en jungle af certificeringer mm.?
- ✧ Sådan får du professionel bæredygtighed tilpasset dine egne mål og drømme.

Udbytte

- ✓ Rustet til fremtiden – sådan gør du FN's verdensmål til egne hverdagsmål
- ✓ Hvordan ESG kan hjælpe med at fastholde fokus på drift, medarbejdere, udvikling, profit, og fastholdelse
- ✓ Indsigt i, hvad der er nødvendigt for, at du og din virksomhed udøver en bæredygtighedsindsats.

Modul 6 - dag 9: Manifestering af vision

På uddannelsens sidste dag stiller vi skarpt på, hvordan du bærer din nye viden om dig selv og dit lederskab med dig. Hvilken forskel du kan gøre, ikke kun for dig selv og din virksomhed, men i et større perspektiv? Hvor sætter du ind først? Hvordan bliver lokalt til globalt, eller globalt til lokalt? Og hvordan gør du en positiv forskel i verden fra hvor, du står som leder?

Indhold

- ✧ Udarbejdelse af konkrete tiltag nu og på længere sigt - sådan forankrer du din vision fremadrettet
- ✧ Viden om at gøre en forskel for andre og evnen til at skalere konstruktivt fremad
- ✧ Fremlæggelse af vision og feedback (udarbejdet før modulet)
- ✧ Fastholdelse af vision, og hvordan du lykkes med fastholdelse af motivation og intention i en verden fyldt med afbrydelser og krav.

Udbytte

- ✓ En dyb forankring af din vision og drøm om at være en leder, der gør en forskel og får folk til at udvikle deres potentiale
- ✓ Klar til at tage din ledelse ind i en spændende fremtid
- ✓ Klarhed over vision og redskaber til, hvordan du fører din ledelse ud i livet ét skridt ad gangen
- ✓ Indsigt i, hvad du må gøre for at bevare fokus og motivation, så du når i mål med din vision og mission.

Undervisere

Undervisningen varetages af **Birger Norup** og **Sagar Constantin** og herudover præsenteres en række **gæsteundervisere** undervejs på uddannelsen.



Sagar Constantin

Sagar har en dyb psykologisk viden om og erfaring med, hvordan vi som mennesker omgås hinanden. Sagar evner at omsætte kompleks viden om mennesket til letanvendelige redskaber, der flytter folk. Hun har undervist og hjulpet talrige ledere og virksomheder og er desuden forfatter til syv bøger. Den seneste fagbog "Klog på forandring" er en bestseller, som giver en tydelig indgang til at lykkes med forandringer. Tre af Sagars bøger er udgivet i USA, hvor hun også er del af flere faglige netværksgrupper.

Fagligt

Sagar er certificeret på Inner MBA i USA, og er desuden uddannet psykoterapeut, certificeret i JTI og Disc og har udviklet persontyperedskabet 'Essens profilen'. Dertil har hun talrige internationale kurser og uddannelser bag sig. Sagar har tidligere arbejdet både på TV2 og DR bl.a. som producer. Sagar har stor erfaring som underviser på lederkurser, hvor omdrejningspunktet altid er personlig udvikling og øget bevidsthed. Blandt hendes kunder er LEGO, Novo Nordisk, Bech-Bruun, GLS, Udviklings- og Forenklingsstyrelsen, Dansk Industri, DR, ARLA, Viking Genetics, Danske Commodities og mange flere.

Praktisk erfaring

Sagar har været virksomhedsejer i 23 år og har løbende undervist og holdt foredrag i ind- og udland gennem alle årene. Hun har kørt flere store udviklingsforløb med ledere og virksomheder og udviklet både kurser og uddannelser som længerevarende forløb. På DR og TV2 stod hun i spidsen for dele af produktioner som OL i Sydney, Tour De France og dokumentarprogrammer om snigskytter i Bosnien og politiskolen.



Birger Norup

Birger er en yderst alsidig underviser og foredragsholder med interesser lige fra hjerneforskning til hvad, der virker, når vi skal kommunikere klart og tydeligt med hinanden. Gennem humor og effektive modeller til indlæring får Birger omsat kompleks viden til praktisk adfærd. Han har stor psykologisk indsigt, der er hjælpsom, når kompleks viden skal omsættes til adfærdssændring.

Fagligt

Birger er uddannet kommunikations- og persontypologimentor i hjerneintegration og 'Prevention and Relationship Enhancement Program', der er et forskningsbaseret kommunikationsprogram, som giver konkrete redskaber til at få større forståelse for sig selv og hinandens tanker og følelser. Han er certificeret træner og uddannet i brugen af HeartMath – kommunikation og coherence mellem hjerte og hjerne. Birger er inspirator og underviser i kreative kommunikationsfag på Danmarks Medie- og Journalisthøjskole. Birger har de seneste fem år undervist i FN's verdensmål i både ind- og udland. Birger er dertil certificeret profiltypevejleder – profilværktøj til forståelse og udvikling af kernetalenter og personprofil. Han har dertil taget en grunduddannelse i energipsykologi.

Praktisk erfaring

Birger har udviklet Will-management - et projekt- og ledelsesværktøj, hvor viljekraft er det gennemgående fundament. Han har været leder af egen virksomhed i udlandet i 7 år og skabt innovative opstartsprojekter og eksekveret dem gennem de seneste 30 år.

Birger har trænet et utal af ledere og står for længerevarende ledertræningsforløb, hvortil han har udviklet flere læringsværktøjer. Birger er founder af "Playing for Good Relations", som er en socialøkonomisk virksomhed, der sælger produkter i over 15 forskellige lande.

Praktiske informationer

Her finder du uddannelsens praktiske informationer.

Struktur

Uddannelsen består af 9 undervisningsdage, hvoraf 6 af dagene afholdes som internater med i alt 3 overnatninger. De resterende 3 undervisningsdage afholdes som enkelt dage. Overnatning er inkluderet i prisen.

Dag 1: Indre lederskab (internat)

Dag 2: Centrering & autenticitet – hjerte og hjerne (internat)

Dag 3: Værdier – dit kompas til det indre lederskab

Dag 4: Exceptionelle Teams (del 1) (internat)

Dag 5: Exceptionelle Teams (del 2) (internat)

Dag 6: Diversitet - sammen står vi stærkest!

Dag 7: Klog på forandring

Dag 8: Professionel bæredygtighed - gør en forskel (internat)

Dag 9: Manifestering af vision (internat)

Alle undervisningsdage varer fra kl. 8:30 – 16:00. Dagene starter med registrering, morgenmad og networking kl. 8:30, og undervisningen starter kl. 9:00.

Undervisningen foregår på dansk, og der kan forekomme flere undervisningsvideoer mellem modulerne på engelsk.

Afholdelsessted

Uddannelsens 6 internatdage afholdes i naturskønne omgivelser på Sinatur Hotel & Konference på Fyn, hvor der er rig mulighed for frisk luft, enestående udsigt og kulinariske oplevelser. De resterende 3 dage afholdes også i grønne omgivelser nær Storkøbenhavn med inspirerende kursusfaciliteter og delikat dagsforplejning.

Deltagerinvolvering – hvad forventes af dig?

Uddannelsen er tilrettelagt med en blanding af undervisning, involvering, spørgsmål, refleksion og øvelser, som foregår både indendørs og udendørs. Du må som deltager være indforstået med at skulle kigge på egne ressourcer, skyggesider og have interessen og se værdien i at udvikle dig selv både fagligt og personligt.

Forberedelse

Der vil være undervisningsvideoer med inspirerende gæsteundervisere fra ind- og udland, som skal ses mellem modulerne. Du får også stillet opgaver, der skal læses og løses mellem hvert modul.

Holdstørrelserne

Der optages maksimalt 16 deltagere pr. hold for at sikre optimal mulighed for stort udbytte, deltagersparring og et fortroligt læringsrum.

Sundhedsanalyse

I en af ugerne under forløbet bliver deltagerne udstyret med en kropsbåren aktivitetssensor, der bruges til kliniske forskningsprojekter. Her samler vi data, der lægger fundament for en motiverende sundhedsanalyse med sundhedsekspert Lotte Arndal. Dette gøres for at se, hvordan deltagerne administrerer egen energi. Ligeledes vil alle deltagere få udleveret en HRV-sensor til måling af hjerterytmevariabilitet, som giver et billede af, hvordan deltagernes indre forbindelse mellem hjerne og hjerte er, og hvordan negativ stress kan modstås.

Har du spørgsmål?

For personlig rådgivning om innerMBA kontakt venligst Montus Business Academy på telefon [+45 5372 8000](tel:+4553728000) eller send en e-mail til info@montus.dk.

Montus Business Academy håber at se dig på innerMBA!

innerMBA® er et registeret varemærke i Danmark og må kun benyttes efter aftale med Montus Business Academy ApS.

