



Inbjudan till

# Att leda utan att vara chef

Välfärd och folkhälsa anordnar en ledarskapsutbildning för dem inom individ- och familjeomsorg som leder andra men inte är chefer. De verktyg och metoder som lärs ut under kursen ska appliceras av deltagarna i den miljö som är deras arbetsvardag. Därför utgår alla övningar och metoder från de förutsättningar som finns inom socialtjänsten.

## Innehåll

Att använda evidensbaserade metoder och verktyg hämtade från kognitiv beteendeterapi (KBT), ledarskapsforskning, grupp psykologi bidrar till att utbildningen har en verklig effekt för deltagarna. Utbildningen riktar sig till deltagare som vill utgå från evidens och forskning vad gäller ledarskap stället för ovetenskapliga personlighetstester.

Utbildningen är praktiskt inriktad med fokus på att deltagarna ska konkreta verktyg och metoder att använda i sitt vardagliga ledarskap.

Detaljerat program på sidan 2. Dag 3 och 4 finns möjlighet att dryfta krux från den egna verksamheten.

Utbildare är de legitimerade psykologerna **Peter Friberg** och **Kristina Loftsson** från Psykologakademin.

Välkomna!

---

**Datum:** 4 heldagar våren 2025 –  
7 mars, 3 april, 22 april och 15 maj

**Tid:** 09.00-16.00

**Plats:** Regionarkivet, Södra Grev  
Rosengatan 15, lokal Framtiden den 7  
mars, 3 april och 15 maj.

USÖ, lokal Ässön, H-huset vån 2 den  
22 april.

**Avgift:** 9400 kr inkl fika och lunch

**Målgrupp:** Ledare som inte är chefer  
inom socialtjänsten i Örebro län, både  
inom myndighetsutövning och  
utförande, t ex gruppleddare,  
samordnare.

Max 20 platser.

**Anmälan senast:** 6 februari 2025

**Anmälan:**  
[Anmäl dig här](#)

**Kontaktperson:**  
Tarja Nordling, 019-602 63 47  
[tarja.nordling@regionorebrolan.se](mailto:tarja.nordling@regionorebrolan.se)

**Frågor om anmälan**  
Besvaras av Ann-Louise Gustafsson,  
tel 019-602 63 19

---

**Dag ett**

Grundläggande inläringsteori och gruppsykologi vad gäller KBT och ledarskap. För att förstå och förändra ditt eget och andras beteende på ett effektivt sätt är det bra att veta hur människor fungerar individuellt och i grupp. Genom att förstå vad som driver och motiverar andra får du också verktyg för att kunna skapa en miljö där andra kan lyckas.

Ämnen som tas upp under denna dag:

- Hur gör man för att uppmuntra och stötta andra så att de kan prestera maximalt?
- Full range leadership; Hur kan forskningsmodeller för ledarskap integreras i vardagen?
- Vad bygger effektiva team?

**Dag två**

Motiverande ledarskap. Som ledare måste du kunna motivera och inspirera andra. I stället för att säga åt andra vad de ska göra är det bättre att utgå från individens egna värderingar och mål. Lär dig locka fram andras värderingar och använda dem för att inspirera och motivera. Det bästa ledarskapet är det som motiverar och inte tvingar. Under dagen blandas teori om motivation och prestation med praktiska övningar som du som ledare kan använda i din vardag.

Under dag två och tre är det gemensamma övergripande temat hur du som ledare kan använda verktyg och metoder inom mål och motivation, samtalsteknik och kunskaper om effektiva team för att arbeta med beteendeförändring av olika slag. Dessutom får du tillfälle att lyfta svåra ärenden tillsammans med kollegor.

**Dag tre**

Samtal som förändrar. Som ledare är samtalet ett av de viktigaste verktygen du har. Det finns bättre och sämre sätt att samtala. Lär dig evidensbaserade metoder som förbättrar din samtalsmetodik. Vi går igenom hur du motiverar andra, löser konflikter, har svåra samtal och hur du gör att för att vara empatisk och tydlig i samma samtal.

**Dag fyra**

Deep work: Idag kan forskningen säga mycket om vad människor behöver för att kunna prestera på högsta nivå. Lär dig om den senaste forskningen kring att skapa effektiva miljöer och självledarskap. Du får konkreta metoder och verktyg som hjälper dig att få svart bälte i effektivitet och hur du i sin tur kan använda dessa för att coacha andra. Vi arbetar med prokrastinering, prestationsångest, överbelastning och en del andra vanliga problem i arbetslivet.

