



Mod och lyhördhet på jobbet

En kurs om att säga det som behöver sägas utan att tappa kontakten med andra

Arbetslivet kräver ofta två färdigheter samtidigt: mod nog att ta upp det som skaver och lyhördhet nog att förstå vad som står på spel för andra. När bara modet får styra blir samtalet hårt. När bara lyhördheten får styra blir samtalet undvikande. I den här kursen packar vi upp svåra vardagssamtal, gruppträck, rädsla, status och omsorg, och tränar på att agera tydligare utan att göra människor till problem.

Kursen passar särskilt för dig som

- behöver ta upp skav, risker, gränser eller otydligheter på jobbet
- vill bli bättre på att ge och ta emot återkoppling utan att hamna i försvar
- ofta ser vad som behöver sägas men väntar för länge med att säga det
- leder, samordnar eller arbetar i miljöer där relationer och sakfrågor lätt trasslar ihop sig

Det här unboxar vi i kursen

- Skillnaden mellan konflikt, friktion, missförstånd, normbrott och uteblivna förväntningar
- Hur mod, omsorg, risk, status och trygghet samspekar i svåra samtal
- Hur ett samtal kan förberedas genom att kartlägga fakta, tolkningar, behov och nästa steg
- Hur man formulerar sig klart, konkret och mänskligt när något behöver förändras

Upplägg

Kursen ges live online eller på plats och består vanligtvis av fyra träffar à två timmar. Gruppen hålls liten, max åtta deltagare, eftersom arbetet bygger på egna situationer och praktisk formuleringsträning. Varje träff kombinerar kort teori, Unboxing-kartor, reflektion, samtalsdesign och frivillig rollträning i lågprestigeform.

Snabbfakta

Kategori

Förändring & omställning

Omfattning

4 träffar à 2 timmar

Grupstorlek

Max 8 deltagare

Vad du får med dig

- Ett bättre språk för att förstå vad som faktiskt skaver i en arbetssituation
- Konkreta sätt att förbereda svåra samtal utan att överkontrollera dem
- Formuleringar för gränser, oro, önskemål, feedback och ansvar
- Större trygghet i att agera tidigt, tydligt och respektfullt

Värdet för er verksamhet

Organisationer betalar dyrt för samtal som inte tas: projekt drar ut, konflikter blir personfrågor och viktiga risker tystnar. Kursen bygger en praktisk färdighet i att hantera friktion innan den stelnar. Det stärker psykologisk trygghet, förbättrar kvaliteten i återkoppling och gör det lättare att fånga upp problem medan de fortfarande går att arbeta med.

Vill du veta mer eller boka kursen internt?

Kontakta oss så hjälper vi er hitta rätt format för gruppen, sammanhanget och målet.

unboxingsociety.se

Besök vår hemsida för aktuella kurstillfällen.