

RELATIONEL AUTORITET

Din vej til at mestre og udvikle grupper

Personlig og relationel kapacitet i grupper

Vi tilbringer en stor del af vores arbejdsliv i grupper – ledergrupper, teams, projektgrupper og faglige fællesskaber. Alligevel har de færreste af os lært særlig meget om, **hvad der sker med os, når vi bliver en del af en gruppe – og hvad vi selv bringer ind i den.**

På dette forløb arbejder vi intensivt med din evne til at **forstå, være i og påvirke grupper**. Du bliver klogere på dine egne mønstre og positioner, på det der sker mellem mennesker – også det usagte – og på hvordan du kan bruge dig selv mere bevidst og fleksibelt i gruppen.

Du vil bl.a. arbejde med

- dine egne mønstre, roller og reaktioner i grupper – så du får blik for dine blinde pletter, trickerpunkter og særlige talenter
- gruppers dynamikker – roller, positioner, tilhørsforhold, magt, autoritet, det sagte og usagte
- at bevare nærvær og nysgerrighed, også når du bliver udfordret
- at rumme forskellighed, spændinger og konflikter uden at miste dig selv eller kontakten til andre
- at træde tydeligt frem, tage autoritet og samtidig kunne give plads
- at bruge egne reaktioner som værdifuld information om det, der foregår i gruppen

De fire moduler

1. **Mig i gruppen** - Hvem bliver jeg i mine forskellige grupper? Egne mønstre, positioner, sårbarheder, ressourcer, uudnyttede potentialer og indre dynamikker.
2. **Gruppen mellem os** - At forstå og aflæse gruppedynamik: De instinktive reaktioner, nervesystemets smittende effekt, følelsernes signaler, roller (rollelåse), projektioner, alliancer, tilhørsforhold, magt, autoritet og det usagte.
3. **At blive i kontakten, når det bliver svært** - Forskellighed, spændinger og konflikter. At kunne stå ved sig selv, være åben for andre og bevare sin bevægelighed og evne til at påvirke gruppen også under pres.
4. **At bruge sig selv i gruppen** - Personlig autoritet og relationel gennemslagskraft. At turde træde frem, sætte ord på det man ser, skabe bevægelse og retning, opbygge den basale tryghed, så gruppens mange facetterede ressourcer bliver brugt og videre udviklet.

Metode:

Forløbet er oplevelses- og træningsorienteret og bygger bl.a. på **psykodynamisk gruppeteori, systemiske perspektiver og Internal Family Systems (IFS)**.

Vi arbejder med gruppen som et levende træningsrum. Det betyder, at vi ikke kun taler *om* gruppedynamik, men undersøger det, der opstår mellem os undervejs

Imellem modulerne vil du afprøve nye indsigter og færdigheder i dine egne grupper, så du gennem forløbet vil opbygge erfaring med konkret ny adfærd.

Målgruppe:

Forløbet kan tages selvstændigt og fungerer samtidig som en naturlig videreudvikling for deltagere fra **Stærke relationer**.

Du er optaget af grupper og ønsker at udvikle dine egne grupper. Det kan du gøre fra de fleste positioner: Du kan være chef, leder eller uformel leder, projektleder eller du kan have en stærk faglig rolle eller personlig autoritet. Vigtigst er, at du er nysgerrig på, hvad der sker i dine egne grupper, og har mod nok til at kigge på dig selv, og hvordan du påvirker og bliver påvirket af andre. På dette forløb er du selv dit vigtigste værktøj.

Omfang og datoer:

Forløbet består af 4 moduler á 2 dage samt 3 online sessioner á 2 timer i små grupper faciliteret af en underviser.

1.modul: Den 9.-10. september 2027

Sparringsmøde: Den 5. 6. oktober 2027

2. modul: Den 25.-26. november 2027

Sparringsmøde: Den 11. eller 12. januar 2028

3. modul: Den 3.-4. februar 2028

Sparringsmøde: Den 14. eller 15. marts 2028

4 modul: Den 27.-28. april 2028**Pris og sted:**

Pris for det samlede forløb i alt kr. 40.500 eks. moms og 2.900 kr. i forplejning under forløbet. Kursusafgiften kan deles i to, så halvdelen betales inden kursusstart og den anden halvdel i januar 2028.

De 4 moduler afholdes på La oficina, Suomisvej 4, 1927 Frederiksberg.

Sparringsmøderne gennemføres på teams.