



Kursbeskrivning – Ledarskapet och Gruppen (distans, halvfart)

En kurs i ledarskap, kommunikation, grupputveckling och självinsikt

Kursens syfte

Att leda andra börjar med att förstå sig själv.

Kursen syftar till att stärka deltagarnas självinsikt, kommunikativa förmåga och ledarskapskompetens. Deltagarna får praktiska verktyg för att skapa trygga, ansvarstagande och motiverade grupper, samt utveckla ett ledarskap som bygger på tillit, tydlighet och reflektion.

Mål

Efter avslutad kurs ska deltagaren ha:

- utvecklat fördjupad självinsikt kring egna drivkrafter, värderingar och ledarbeteenden
- förståelse för gruppers utveckling och hur trygghet och ansvar byggs över tid
- förmåga att kommunicera tydligt och hantera svåra samtal med respekt och professionalism
- kunskap om coachande ledarskap och förmåga att tillämpa det i praktiken
- strategier för att förebygga och hantera konflikter konstruktivt
- insikt i hur värderingar och kultur påverkar ledarskap, motivation och samarbete

Förkunskapskrav

Inga formella förkunskaper krävs. Kursen vänder sig till dig som leder, samordnar eller vill utveckla ditt ledarskap – i arbetslivet, ideella organisationer eller andra sammanhang. Du jobbar idag som chef, teamledare eller projektledare och vill utvecklas i ditt ledarskap eller har som mål på sikt att anta en chefsroll.

För att tillgodogöra dig kursen behöver du:

- viss datorvana och tillgång till dator
- möjlighet att avsätta cirka 20 timmar per vecka (10 timmar gemensamt lärande, 10 timmar självstudier)
- tillgång till en grupp på hemmaplan (arbetsplats eller förening) att relatera till under kursen

Kursens omfattning och upplägg

- Studieform: Distans, 50 % studietakt
- Studietid:
- Digital plattform: Google Education
- Lärarledd undervisning, digitalt en gång/vecka á 2h. Schemalagt torsdagar kl 18-20.
- Digitala gruppträffar, reflektionssamtal, handledning och workshops ligger schemalagt (veckodag) kl följande datum,
- 4 Fysiska träffar (datum)
- Övriga moment: En digital skolgemensam dag (datum), två individuella coachsamtal och kursråd två gånger per termin
- Ytterligare tider kan tillkomma



Närvaro: minst 80 % samt fullgjorda uppgifter krävs för intyg

CSN: Kursen är studiemedelsberättigad

Kostnad

Undervisningen är kostnadsfri, materialavgift tillkommer

Kursens innehåll – centrala teman

- Självinsikt och ledarskapets grund.
- Personliga drivkrafter, värderingar, motivation och ansvar.
- Deltagaren identifierar egna styrkor och utvecklingsområden som ledare.
- Gruppens utveckling.
- Gruppers dynamik, trygghet, roller och ansvar utifrån Susan Wheelans IMGD-modell.
- Fokus på hur ledarskapet anpassas efter gruppens mognad.
- Kommunikation och feedback.
- Aktivt lyssnande, samtalsteknik, återkoppling och icke-verbal kommunikation.
- Det coachande ledarskapet.
- GROW-modellen, frågeteknik, målfokuserade samtal och självledarskap.
- Att använda coachande metoder i vardagen.
- Konflikthantering och kultur.
- Att förstå konflikters grunder, olika stilar i konflikthantering samt hur kultur och värderingar påverkar.
- Att leda genom värdegrund och skapa gemensam riktning.
- Utvecklande ledarskap.
- Att leda genom tillit, motivation och delaktighet.
- Ledarbeteenden som utvecklar prestation och ansvar.

Pedagogisk idé

Kursen är processinriktad och upplevelsebaserad. Lärandet sker genom växelverkan mellan teori, reflektion och praktik. Undervisningen bygger på aktivt deltagande, erfarenhetsutbyte och reflekterande lärande.

Undervisningsformer

- Lärarledda digitala föreläsningar och workshops
- Självstudier, litteratur och individuella uppgifter
- Gruppdiskussioner, case och reflektionssamtal
- Coachsamtal och handledning
- Praktiska övningar kopplade till deltagarnas egen vardag

Examinationsformer / Bedömning

- Aktivt deltagande i kursens moment (minst 80 % närvaro)



- Inlämning av reflektionsuppgifter och korta rapporter
- Genomförande av gruppövningar
- Individuell reflektion

Efter avslutad kurs utfärdas intyg.

Litteratur och material

- Kursmaterial tillhandahålls via skolans digitala lärplattform.
- Materialet uppdateras löpande och anpassas efter gruppens behov och aktuella teman.
- Kurslitteratur tillhandahålls av skolan

Folkhögskolans värdegrund

Kursen vilar på folkhögskolans idé om livslångt lärande och människors lika värde. Lärandet sker i dialog, med delaktighet och reflektion som centrala principer. Kursen ska bidra till personlig utveckling, demokratisk kompetens och förmåga att leda med omtanke och ansvar.

Plats: Långholmens folkhögskola, Sundbyberg

Kontakt: info@langholmens.fhsk.se