



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 nästa sida. Dag 3 och 4 finns möjlighet att dryfta krux från den egna verksamheten.

Utbildare

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

Välkomna!

Datum:

Totalt fyra heldagar

- Torsdag 10 september
- Fredag 9 oktober
- Torsdag 12 november
- Onsdag 16 december

Tid: 09.00-16.00

Plats: City Konferenscenter, Klostergatan 23, Örebro. Lokal Master/Örnen.

Avgift: 11 450 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 24 platser.

Anmälan senast: 10 augusti 2026

Anmälan:

[Anmäl dig här](#)

Kontaktperson:

Tarja Nordling
019-602 63 47
Tarja.nordling@regionorebrolan.se

Frågor om anmälan:

Ann-Louise Gustafsson, 019-602 63 19

Dag ett

Grundläggande inlärningsteori 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.

