



Vad lär oss en pandemi om stress och ledarskap

Oro och stress ökar när människorna står inför det oförutsägbara och utan möjlighet att kontrollera sin situation. I tider som dessa ställs vi inför att hantera situationer som aldrig tidigare funnits. Det gäller inte minst alla med ett ledaransvar; politiker, företagsledare, lärare, präster m. fl.

Det finns användbara metoder för att hantera ökad stress, både på kort och lång sikt. Du kommer få några konkreta exempel på vad som funkar i tider med en förhöjd stress men också vad som hindrar. Vi utgår ifrån Murray Bowens forskning om emotionella system. Tre timmars föreläsning. Det handlar om hur människan som emotionell varelse påverkar de sammanhang vi finns i; familjen, arbetsgruppen, kompisgänget och andra sammanhang vi tillhör.

Tid: Måndag 23 november 2020, kl. 16.00–19.00

Plats: Boden Business Park, Sävast (Boden)

Pris 500 kr/person. Rabatterat för medlemmar i föreningen 400 kr. Inbetalas vid anmälan till bg 5267 - 3431 eller Swish 123 489 5835.

Anmälan: Anmälan senast fredag 19/11 till Kerstin Sofia Andersson, info@kerstinsofia.se

I priset ingår föreläsning, smörgås, kaffe/te och frukt.

Föreläsare är Kerstin Sofia Andersson, ekonom och beteendevetare. Konsult som arbetar med företagsutveckling, föreläsning och handledning. I sitt arbete har hon förutom erfarenhet från flera decennier som företagare och handledare, sin utgångspunkt i metoder som utvecklas vid Georgetown Family Center, Georgetown University, Washington DC. Kerstin Sofia har där studerat Bowens teori mellan åren 1997–2004. Se www.ledarrollen.se

**Hör gärna av dig om du har frågor.
Kerstin Sofia Andersson**

En röst från en av mina deltagare...

” Jag är imponerad att Kerstin Sofias förmåga att anpassa teori och samtal så att jag som deltagare får en förståelse för min situation. Tack vare det kan vi också förändra framtiden och lära oss acceptera det förflutna. Det kräver en särskild kompetens och ett intresse för människor för att få oss deltagare att öppna upp under kurserna och prata om våra familjehemligheter. Det sker i Kerstin Sofias grupper.”

Marie Simonsson, affärsutvecklare Fler referenser www.ledarrollen.se

* Arrangeras av Bowen Forum Sweden som är en ideell förening och inte momspliktig.