



jHouse är en organisation där några av landets främsta – kvalitetssäkrade - terapeuter, pedagoger, coacher, organisationsutvecklare, behandlare och lifestylisterna samlats i nära samverkan. Vi levererar ett flertal utvecklingstjänster för företag, institutioner och privatpersoner och använder oss av ett brett spektrum av metoder - moderna som klassiska - som kan bidra till din organisation, din egen eller din personals utveckling.

Fördjupad balans – Mitt Ledarskap - människor som möter människor

I olika perioder i livet kan intensitet och arbetsbörda göra det svårt att bibehålla engagemang, livsbalans och hållbar produktivitet. Detta kan påverka våra handlingar och val negativt, något som lätt får till följd att också vår omgivning, kollegor och familjer påverkas. Ofta försöker vi avhjälpa detta genom att öka intensiteten med fler händelser, arbete, träning eller annat. Detta kan ge kortsiktiga resultat, men på lång sikt kan det vara förödande.

För att ändra resultaten över tid behöver vi, som vi alla vet, börja med oss själva. Genom ett fördjupat eget inre ledarskap kan jag skapa en stadigare plattform för kloka handlingar och livsval och möjliggöra en hållbar utveckling med ökad glädje och energi som följd. I utbildningen söker vi grundorsaken till handlingar, val och negativa "livssymptom" och utvecklar där igenom resurser och verktyg som reducerar det som hindrar i mitt liv. Vi formar ett tydligare uttryck samt återfinner balans i relationer, arbete och privatliv och blir därigenom en bättre ledare, medarbetare, förälder eller partner.

Fördjupad balans – Mitt Ledarskap

En utbildningssvit i 4 olika delsteg

A

En föreläsningsserie som inspirerar och öppnar upp för nya tankegångar sammankopplad med en individuell coaching och utvecklingsprocess.

B

En process med fokus på mig själv för Min livskvalitet, balans och framgång i mitt liv och i min yrkesroll

C

En fördjupning som skapar ett tydligare ledarskap och formar ytan för mitt livsbehov

D

Ett **Nytt** steg framåt, med individuellt upplagt innehåll

Fylla på eller plocka bort.

Här kan du själv välja hur djupt, snabbt eller långt du vill gå och hur långt du vill komma.

Utbildningen är en möjlighet till:

- Att växa i min egen profil
- Tillit till mina egna resurser.
- Tillgång till mina dolda resurser
- Ökad balans i mitt liv och i min yrkesroll
- Engagemang, energi och glädje

Skapar förutsättningar för

- Få tiden att räcka
- Tydliga relationer
- Tydligare kommunikation & organisation
- Effektivare och fördjupade resultat

I utbildningen **Fördjupad Balans – Mitt ledarskap** skapar du förutsättningar för en hållbar framgångsrik utveckling.



Varför fungerar jFormel Balans utbildning

- Den utvecklar verktyg som på djupet gör skillnad i privatliv och i arbetsgrupper
- Angriper både symptom, orsak, mönster och hela livsformen. Du kan på detta sätt få verktyg för att skapa och hålla din egen livsbalans
- Skapar energi och utveckling i både privat- och arbetsliv
- Har hög, bred och djup kompetensnivå hos utbildare
- Bär med hjälp av miljö, kompetens och trygghet både grupp, individ och process

Målet med utbildningen

- En bibehållen eller utvecklad livsbalans, energi och glädje i arbete och privatliv.
- Öka förutsättningarna för en utveckling som håller över tid.

Utbildningen kan ske parallellt med ditt arbete.

För ...

Privatpersoner som vill öka utrymmet och möjligheten att vara en sund och utvecklande ledare, kollega, partner och medmänniska.

För ...

Företag som vill forma framtidens organisation.

Vår processmodell jFormel:

”Är ett nytt grepp att tackla det som hindrar oss från att skapa utveckling, balans och hälsa i våra liv.

Konceptet är följsamt och formas utifrån varje deltagares egna svar, som blir till mall för innehåll och intensitet. Genom denna integrerade process läggs alla långbänkar åt sidan, hinder reduceras och vi når snabbare målet – att bibehålla eller återskapa engagemang, energi och glädje i privat- och arbetsliv”



Många har en bild av att när man stannar upp och tittar inåt och tvingar sig att stanna kvar i det som känns och är, så blir det tungt och svårt. Vår erfarenhet är den motsatta, så även våra kunders. Det är genom arbete med närvaro och reducering av energislukande och hindrande blockeringar som äkta glädje, lycka och hållbar framgång först kan ta sin plats fullt ut i vardagen, arbetet och i kärleken. Ditt inre ledarskap plockas därigenom fram, förstärks och utvecklas. Historiskt sätt med de metoder som användes förr, kunde detta arbete ge mera av djupa vågdalar. Men med de moderna metoder som finns i vår nutid blir arbetet både roligt, spännande och lärorikt. Genom att lära känna och utveckla sig själv så förändras och utvecklas även vår omgivning - den miljö och de relationer du omger dig med.

jHouse Balansutbildning formar framtidens medarbetare och ledare genom att utveckla ett genuint, tydligt och hållbart eget ledarskap.

Fördjupad Balans – Mitt ledarskap
människor som möter människor

Fakta:

Intensiteten i kursen anpassas efter deltagarnas behov.
1-3 timmar per vecka. (I vissa delmoment är 1-2 hel eller halvdagar inlagda i schemat)
Pris: A = 14000:- B = 22000:- C = 18000:- D = 14000:-

Kontakta oss så berättar vi mera:

Tel: 070 26 550 93, mail: info@jhouse.se

Plats:

Malmskillnadsgatan 45 i centrala Stockholm