

Energi i ledelse

- Giver energi i organisationen



CUBION A/S
Århus
København

Administration:
Storegade 12, 1 th.,
8850 Bjerringbro

T +45 8618 1320
F +45 8613 1070
www.cubion.dk
cubion@cubion.dk

Energi i ledelse

- Giver energi i organisationen

Gode ledere skaber mening og dermed resultater i de organisationer, de er ledere for.

Energi i ledelse er en veldokumenteret vej til at udvikle bedre ledere. Tankerne og teorierne er bl.a. beskrevet hos Goleman, Covey, Frankl, Kolind, Human Performance Institute.

ENERGI I LEDELSE BRYDER MED NOGLE GAMLE PARADIGMER

Det gamle paradigme

- Time management
- Undgå stress
- Livet er en maraton
- Pause er uproduktiv tid
- Belønning skaber præstation
- Selvdisciplin skaber vindere

Det nye paradigme

- Energi management
- Opsøg periodevis stress
- Livet er en række sprint
- Pause er produktiv tid
- Mening skaber præstation
- Gode vaner skaber vindere

FOR AT SKABE ENERGI SKAL DER ARBEJDES MED 4 ENERGI FELTER:

Fysisk energi

Være i rimelig fysisk form, spise sundt og være opmærksom på kroppens signaler

Følelsesmæssig energi

Være følelsesmæssig forbundet med det vi gør
Hav positiv tilgang til omgivelserne

Mental energi

Være mentalt fokuseret på at nå vore mål

Spirituel energi

Have et formål med det vi gør

Cubion arbejder tæt sammen med fysisk testcenter.

Vi udbyder både åbne kurser og specielt tilpassede forløb.

Kursus og individuelle forløb indeholder bl.a.:

- Fysisk test, selvevaluering af dit fysiske, følelsesmæssige, mentale og spirituelle energiniveau
- 360-graders måling
Hvordan oplever din familie og dine kolleger dit energiniveau?
- Individuelle coachforløb

Læs mere på www.cubion.dk



Vi kan ikke være produktive hele tiden - vi skal have energi for at kunne præstere.

Livet skal ses som en række sprint - ikke som en lang maraton.

Hvem er Cubion?

Cubion A/S bistår virksomheder med at finde vej og udvikle sig i en verden, der ændrer sig meget. Vor ambition er at udvikle innovative og energifyldte ledere, teams og organisationer. Denne værdiskabelse finder sted i mødet mellem vore kunders eksisterende viden og erfaring og Cubions udfordrende og innovative arbejdsform. Vor tilgang til opgaveløsning er jordnær, værdsættende og systematisk. Ordentlighed, dialog, refleksion, implementering og effekt er nøgleord i vort arbejde.