



## Anders Hedin

### Lär dig älska förändring

Anders Hedin har ett brett register som föreläsare, författare och konsult där han agerar på en internationell arena. Han är Ph.D. Docent, Ass. Prof. på Umeå Universitet som tillsammans med hans 28 år inom näringslivet som chef och utvecklingscoach skapar en solid plattform av kunskap och erfarenhet.

Vi går alla igenom förändringar på egna eller andras initiativ. Hur ska vi relatera till dessa utmaningar? I föreläsningen går Anders på ett pedagogiskt sätt igenom hur vi kan agera i förändring på både ett spännande och konstruktivt sätt. Han förklarar vad en utvecklingskurva är och hur den mycket effektivt kan användas som utgångspunkt för hur vi ska agera i förändringsprocessen. Om vi hämtar vår trygghet i vår skicklighet att hantera förändringar snarare än i vad vi gjorde igår, så kommer vi både bli mer konkurrenskraftiga och få roligare på jobbet. Om vi inte aktivt förändrar och utvecklar oss och verksamheten, hur kommer då omgivningen att uppfatta oss? Jo, som att vi går bakåt i utvecklingen”. Du kommer även få goda råd om hur du kan hålla uppe motivationen, mitt i en utmanande situation av förändring. En varning är på sin plats - du riskar att verkligen börja längta efter fler förändringar och t.o.m. älska dem!

Målet med föreläsningen

- Förståelse av vikten av förändring och utveckling.
- Ökad förändringsbenägenhet.
- Ökad motivation i förändringsprocesser.

### Insikt - Coachande frågor

1. Ge ett ex. på en eller flera förändringar som påverkat dig positivt.
2. Vilka fördelar skulle du få genom att hämta din trygghet i förmågan att hantera förändringar?
3. Vilket område behöver du förändra och utveckla för att inte stagnera eller gå bakåt?
4. Vad skulle du vinna på att ta egna initiativ i de förändringsprocesser du berörs av?
5. Hur kan du behålla motivationen i en utmanande förändring?