



Studieplan 2010/2011

1011 Coaching, selvledelse og organisasjonspsykologi (kull 4)

Studiet skal bidra til å videreutvikle deltakernes personlige og relasjonelle kompetanse i lederrollen. Lederrollen defineres her som både det å lede seg selv og å lede andre. Målsetningen er flersidig:

- 1) Gi deltakerne begrepsmessig og teoretisk kunnskap innen coaching, selvledelse og organisasjonspsykologi.
- 2) Gjennom øvelser, diskusjon og refleksjon utvikle deltakernes praktiske ferdigheter i å analysere og håndtere personlige og sosiale situasjoner en leder kan stå overfor. Dette skal skje på samlingene og gjennom praktisk trening på egen arbeidsplass mellom samlingene. Det blir spesielt lagt vekt på å utvikle deltakernes praktiske ferdigheter i selvledelse og coaching innen en organisatorisk kontekst.
- 3) Deltakerne skal utvikle sin evne til å reflektere over holdninger til seg selv, medarbeidere/samhandlingspartnere og organisasjonen som helhet.

Faglig innhold

Hovedtema 1: Coaching skal gi deltakerne kompetanse i å gjennomføre coaching i en-til-en- og gruppesammenheng, og inneholder følgende områder:

- Faglig og teoretisk grunnlag for coaching, historiske røtter, sammenheng med andre hjelperoller
- Basisforutsetninger for coaching, menneskesyn, verdier, tankesett, etiske problemstillinger
- Coachingrelasjonen
- Ferdigheter og virkemidler i coaching
- Struktur, metodikk og gjennomføring av coachingprosessen og – samtalen
- Ledelsesbasert coaching, muligheter og fallgruver/dilemmaer
- Egen coachingrolle

Læringsmål: Coaching skal (videre)utvikle deltakernes kunnskaper, ferdigheter og holdninger innen coaching. Dette skal gjøre deltakerne i stand til å coache kollegaer og medarbeidere med hensikt å frigjøre deres potensial, finne egne svar og få dem til å handle selvstendig og reflektert i yrkesrollen. Coaching blir satt inn i en ledelsesmessig og organisatorisk ramme.

Hovedtema 2: Selvledelse skal gi deltakerne praktiske metoder og strategier til å lede seg selv, og



inneholder følgende områder:

- Faglig og teoretisk grunnlag for selvledelse
- Verdier og mening
- Atferdsmessige strategier
- Naturlige belønninger og indre motivasjon
- Kognitive strategier
- Å lede andre til å lede seg selv (såkalt superledelse)
- Egen selvledelse

Læringsmål: Selvledelse skal (videre)utvikle deltakernes praktiske ferdigheter i å lede seg selv for å bedre egen effektivitet, struktur og motivasjon i arbeidet.

Hovedtema 3: Organisasjonpsykologi skal belyse aktuelle problemstillinger på arbeidsplassen med utgangspunkt i psykologisk teori fra områdene:

- Ulike perspektiver på ledelse
- Personlighet
- Motivasjon
- Kognitive prosesser
- Emosjoner
- Kommunikasjon
- Grupper og team

Læringsmål: Organisasjonpsykologi skal gi grunnleggende psykologiske kunnskaper til å analysere og forstå aktuelle fenomener innenfor organisasjon, ledelse og mellommenneskelige relasjoner på arbeidsplassen. De teoretiske kunnskapene skal også utgjøre en del av det teoretiske grunnlaget for coaching og selvledelse.

Yrkesmuligheter

Studiet skal bidra til å utvikle deltakernes kompetanse i å mestre ulike sider ved leder­rollen, først og fremst personlige og relasjonelle sider. Lederrollen defineres her som både det å lede seg selv og å lede andre.

Opptakskrav

Opptakskrav er generell studiekompetanse eller godkjent realkompetanse.

Undervisnings- og læringsmetode

Studiet består av 6 samlinger over 2 dager



Pedagogiske metoder:

- Oppstartssamtale for å fastsette målsetting med studiet for deltaker og deltakers organisasjon
- Forelesninger og etterlesninger
- Gruppe- og plenumsdialoger
- Pratiske øvelser og treningsoppgaver
- Praktisk arbeid med eget læringsprosjekt i mellomperiodene (aksjonslæring)
- Avslutningssamtale for å evaluere måloppnåelse i etterkant av studiet

Det er obligatorisk deltakelse i aktiviteter i studiet, både på samlinger og praktiske øvelser i egen organisasjon. Deltakerne må være med på minst $\frac{3}{4}$ av tiden på samlingene. Mellom samlingene skal deltakerne arbeide med eget personlige læringsprosjekt etter prinsippet om aksjonslæring. Dette innebærer etablering av treningsplan, gjennomføre konkrete treningsaktiviteter og skrive treningslogger. Det skal i alt skrives fem logger som leveres inn til godkjenning, hver på 2-4 sider. Det blir utarbeidet egne retningslinjer for loggene.

Eksamen

Eksamen er frivillig. Deltakere som tilfredsstiller arbeidskravene, men som ikke går opp til eksamen, får utstedt deltakerbekreftelse.

Eksamen baseres på:

- Prosjektoppgave med utgangspunkt i eget læringsprosjekt, 18-20 sider. Det blir utarbeidet egne retningslinjer for utforming av prosjektoppgaven.
- Muntlig samtale med utgangspunkt i prosjektoppgaven. Samtalen gir grunnlag for eventu­ell karakterjustering. (Karakterskala A-F)

Utenlandsopphold

Ikke aktuelt

Studiekostnader

Studieavgiften for hele studiet (30 studiepoeng) er 49.500 kr. I tillegg kommer semesteravgift til høgskolen på ca. kr. 500, samt utgifter til pensumlitteratur.

Heltid/ deltid

Deltid



**Høgskolen
i Lillehammer**

Lillehammer University College • hil.no

Studielengde

2 semester

Grad/ kompetanse

Videreutdanning

Opptak

Lokalt opptak

Kull

2010/2011

Godkjenningsorgan

Studienemnda

Godkjenningsdato

14.05.2007



**Høgskolen
i Lillehammer**

Lillehammer University College • hil.no

Emneoversikt