

## En guidad resa in i kraften av att vara fullt ut du

Expanding You – ger en djupare förståelse och omfamnande av allt som är du, allt som är den andre och allt som händer i fältet emellan er.

Genomgående i programmet utforskar vi de tre perspektiven: Self – Other – System. Hur dessa tre ständigt formar och skapar varandra. Detta ger en djupare och vidare förståelse för hur människor fungerar tillsammans, med utgångspunkt i djupare självkännedom och djupnande självkärlek.

### Insikt

Som deltagare kan du förvänta dig att:

... integrera och få tillgång till mer av dig själv genom de inre psykologiska figurer alla människor delar, och därigenom också djupare förstå andra.

... fördjupa din 'present centred awareness' för att känna in, förstå och svara an på det som verkligen händer i och runt dig, i varje ögonblick.

... djupare förstå psykologin i sociala system och hur skapad struktur och kultur kan möjliggöra eller hindra organisationens kraft och kreativitet.

### Effekter

I våra 9 månaders ledarprogram har vi mätt och validerat effekten av programmen för ledare och organisation, i våra Action Research projekt. Expanding You bygger på samma forskning och samma metoder och ger resultat i samma riktning, även om man ofta inte uppnår samma effekt på 8 veckor som på 9 månader.

Effekter vi mätt i våra långa program är bland andra:

94% av deltagarna upplever en ökad 'Overall Life Satisfaction'. 50% upplever en fördubbling.

> 90% upplever en ökad förmåga att 'Shape Coherence in My Teams and Organisation'.

> 90 % upplever en kraftigt ökad förmåga att hantera komplexitet.

> 80% mäter ökad 'Output/Outcome' i sina team och organisation.

> 80% mäter en förbättring av 'Collaboration, Engagement & Accountability" bland sina anställda.

### Programmet

Programmet bygger på en syntes av forskningsfälten utvecklingspsykologi, relationella sociala system, komplexa adaptiva system, samt hållbar social förändring. Vi är certifierade i samtliga.

- Programmet ges digitalt i 6 faciliterade 3 timmars-sessioner över 8 veckor.
- Inför varje session ges modeller och vetenskapliga ramverk i förinspelad video via vår plattform.
- Efter varje session ges tillgång till reflektionsverktyg för den egna utvecklingen, och verktyg och modeller att använda i det dagliga ledarskapet.

Snittomdöme (100+ omdömen) är 9,5 (av 10), Net Promoter Score: 92 (-100 till +100)

Programpris: 19 900 SEK. Hör gärna av dig: [karin\\_and\\_niklas@intothenew.se](mailto:karin_and_niklas@intothenew.se)

<https://www.intothenew.online/welcome/expanding-you>