

Kursbeskrivning

Neuroledarskap, självledarskap och konfliktreparation

-med Interpersonell neurobiologi som kompass i komplexa relationella system, start vt 2027.

Utbildningen bygger på ett salutogent och relationellt perspektiv där neuroledarskap, självledarskap, konfliktteori och reparation, samt lärande vävs samman genom [Interpersonell neurobiologi](#) (IPNB) som ett gemensamt samklansramverk. Hur autonom reglering, emotionell intelligens, konfliktreparation och IPNB-principer kan omsättas till praktiskt användbara arbetssätt i vardagen och bidra till ökad reglering, kontakt och rörelse. Med kunskap om hjärnan, nervsystemet och hur dessa samspelar med relationella processer utforskar vi hur ökad integration kan bidra till hälsa i komplexa relationella system, via självledarskap, ledarskap och mellanmännsliga möten i grupper, organisationer och andra sammanhang där människor verkar och växer tillsammans.

Genom ett upplevelseintegrerat arbetssätt vävs teori, praktiska övningar, handledningsseminarier och deltagarnas egna erfarenheter samman under hela utbildningen.

Omfattning: Sex heldagar 2027.

Kursdatum: För aktuella kursdatum, se [kurssida](#).

Kursavgift: För aktuell kursavgift, se [kurssida](#).

Plats: Psykologi med meras lokaler på Berzeliigatan 14 i Göteborg, eller annan central lokal i Göteborg.

Anmälan: Sker via Psykologi med meras [kurssida](#). Anmälan är bindande.

Tidig anmälan: Vid anmälan senast 30 september 2026 erhålls 20 % avgiftsreduktion, sker per automatik vid anmälan senast detta datum.

Grupperbjudande: 15% vid tre eller fler samtidigt anmälda deltagare från samma arbetsplats.

Kombinationserbjudande: Tidig anmälanreduktion & grupperbjudande får kombineras. Reduktion på pris för grupp sker i samband med fakturering.

Kursledare

Utbildningen leds av Jennie Skoglund och Ingrid Almgren Sjölander, båda leg. psykologer med lång erfarenhet av eget ledarskap, organisationsutveckling, utbildning, handledning och arbete i komplexa relationella system. Deras erfarenheter och arbetssätt vävs samman genom utbildningen, med Interpersonell neurobiologi som gemensamt samklingsramverk.

[Jennie Skoglund](#) är förutom leg. psykolog utbildad handledare och driver [Oakridge Psykologi & Ledarskap](#) med fokus på arbetspsykologi, konflikthantering, ledarskap och relationer i arbetslivet. Jennie har lång erfarenhet som formell ledare, både som första linjens chef, interimsuppdrag och som verksamhetens högsta chef. Jennie arbetar med ledarskapsutveckling, grupputveckling, konflikthantering, organisationsfrågor, chefshandledning och utbildning. I sitt arbete förenar hon psykologisk kunskap med lång praktisk erfarenhet av att leda och av

att stödja chefer, grupper och organisationer när relationer skaver och nya vägar framåt behöver formos.

[Ingrid Almgren Sjölander](#) är förutom leg. psykolog, specialist i klinisk psykologi, leg. psykoterapeut, Somatic Experiencing® Practitioner och Certified Interpersonal Neurobiology Clinician samt ägare av [Psykologi med mera](#). Hon har lång erfarenhet som personalansvarig chef och som nordiskt ansvarig chefspsykolog inom försäkringsmedicin, med arbete inom bland annat personalstöd, krishantering, affärs- och tjänsteutveckling, kvalitetssäkring och psykologisk behandling. Ingrid har sedan många år utvecklat, arrangerat och lett utbildningar för psykologer och andra professioner. Ingrids arbetar med att göra Interpersonell neurobiologi praktiskt användbar inom ledarskap, självledarskap, organisation, handledning, utbildning, behandling och andra relationella sammanhang. Hon arbetar särskilt med autonom reglering, den förkroppsligade hjärnan och hur relationella processer kan bidra till integration, kontakt och rörelse mot hälsa i komplexa relationella system, såväl partnerrelationer som grupper och organisationer.

Målgrupp

Vi välkomnar både dig som redan regelbundet arbetar inom ledarskap, med ledarstöd eller konflikthantering och dig som vill fördjupa ett neuroinformerat och relationellt arbetssätt kring detta.

Utbildningen hjälper dig utveckla ditt självledarskap, och/eller ditt relationella ledarskap och hur du kan bidra till ökad integration och hälsa i komplexa relationella system och få praktiska ingångar till detta arbete som är väl förankrade i teori och erfarenhet kring att skapa reparation och lärande efter konflikt. Du kanske arbetar som chef, ledare, HR, samordnare, organisationskonsult, handledare, psykolog, terapeut, coach eller i annat sammanhang där människor möts, utvecklas och samverkar. Eller har andra ingångar till ditt intresse för området.

Kursens handledningsseminarier och praktiska moment utgår från deltagarnas egna frågeställningar och erfarenheter och möjliggör för dem att integreras med kursinnehållet. För vissa handlar det om aktuella konkreta situationer i arbetslivet, för andra om andra frågor kring kurstemat. Det krävs *inte* att du kommer med ett färdigt ärende att ta upp för att kursen ska bli användbar och ge utgångspunkter för fortsatt integrering, utveckling och lärande.

Interpersonell neurobiologi som samklangersramverk

Interpersonell neurobiologi utgör den röda tråden genom hela utbildningen. Under kursen arbetar vi med IPNB:s användbara definition av *mind* och hur den förkroppsligade hjärnan, *mind* och våra relationella system kontinuerligt påverkar varandra.

Vi återkommer genom hela utbildningen till hur integration kan fungera som kompass mot integration/hälsa i IPNBs definition, samt hur hur rigiditet och kaos kan hjälpa oss att orientera i arbetet med ledarskap, självledarskap och konfliktreparation. Läs gärna mer om Interpersonell neurobiologi som samklangersramverk [här](#).

Kursteman

Utbildningen väver samman forskning, erfarenhet och upplevelseintegrerat lärande till ett sammanhängande arbetssätt där Interpersonell neurobiologi såsom beskrivits utgör den gemensamma grunden. Genom hela kursen sammanflätas tekniker och kunskap om autonom reglering, integration, emotionell intelligens, neuroledarskap och konfliktreparation. Kursen fokuserar på kunskap för att skapa ökad hälsa i komplexa relationella system.

IPNBs principer för komplexa system, konflikt- och gruppkunskap, Daniel Golemans operationalisering av emotionell intelligens och David Rocks

neuroledarskap samt självledarskap utgör grund för utbildningen. Självkännedom, självreglering, motivation, empati, compassion och relationsvisdom exemplifieras som praktiskt användbara kvaliteter i ledarskap och självledarskap och konfliktreglering. Genom utbildningen återkommer också fokus som en genomgående förmåga att kunna växla mellan inre och yttre uppmärksamhet, mellan detaljer och öppenhet samt mellan individernas perspektiv och de större systemen.

Konfliktreparation och konfliktlärande

Konfliktreparation och att skapa lärande under och efter konflikt löper som en röd tråd genom utbildningen.

Konflikter betraktas inte enbart som situationer som behöver lösas, utan ger öppning till ökat lärande när de möts med de träningsbara förmågorna reglering, närvaro och relationsfärdigheter. Interpersonell neurobiologi och etablerad konfliktteori vävs därför samman genom hela kursen och omsätts successivt i praktiska arbetssätt.

En lösning kan betyda att konflikten verkligen repareras mellan de aktuella parterna. Det är inte alltid möjligt och därför arbetar vi oavsett utkomst alltid med lärande utifrån konflikten som ett sätt att kunna gå vidare med nya kunskaper. Konfliktlärande är lika viktigt för alla parter, inte minst organisationen som system, och vi illustrerar detta genom de grundläggande principerna för både inre och mellanmänsklig reparation.

Utbildningens konflikttema bygger på ett växelspel mellan teori, praktiska övningar, reflektion, facilitering och handledningsseminarier. Genom deltagarnas egna frågeställningar kring konflikt får kursens olika perspektiv möjlighet att integreras i den egna praktiken och utvecklas mellan kursblocken.

Dagsinnehåll och kursmoment

Interpersonell neurobiologi utgör den sammanhållande väven genom hela utbildningen samtidigt som neuroledarskap, självledarskap och konfliktreparation successivt fördjupas. Mellan kursblocken ges möjlighet att integrera kursens perspektiv i den egna vardagen, för att sedan återvända till nästa kursblock med nya erfarenheter, reflektioner och frågeställningar.

Varje kursblock bygger vidare på det föregående.

Kursblock 1: Dag 1 & 2

Dag 1 tema: Interpersonell neurobiologi och neuroledarskap

Interpersonell neurobiologi som samklangersramverk. Hur IPNB:s användbara definition av *mind*, den förkroppsligade hjärnan och hur autonom reglering, integration, rigiditet och kaos kan fungera som praktiskt användbara kompasser i ledarskap, självledarskap och konfliktreparation. Ramverket neuroledarskap och Daniel Golemans arbete med emotionell intelligens, David Rocks neuroledarskapsperspektiv och hur dessa kan integreras med Interpersonell neurobiologi i praktiskt ledarskap och självledarskap.

Dag 2 tema: Konfliktteori, metoder, ledarskap & handledningsseminarium

Jennie Skoglund levandegör och konkretiserar arbetet med konfliktteori, ledarskap och konflikthantering i organisationer och andra komplexa relationella system. Konfliktkartläggning, bedömning och val av arbetssätt sätts i relation till olika typer av konflikter och organisatoriska sammanhang, med inspiration från bland annat Thomas Jordans arbete och lösningsfokuserad metodik. Under eftermiddagen arbetar gruppen

tillsammans med kursledarna i ett handledningsseminarium där deltagarnas egna frågeställningar blir utgångspunkt för fortsatt integrering av kursens perspektiv.

Kursblock 2: Dag 3 & 4

Dag 3 tema: Självledarskap, autonom reglering och emotionell intelligens

Fördjupning av autonom reglering och självledarskap. Daniel Golemans principer för emotionell intelligens med praktiska exempel vävs samman med Interpersonell neurobiologi och neuroledarskap genom självkännedom, självreglering, motivation, empati, compassion och relationsfärdigheter. *Fokus* som sammanhållande träningsbar förmåga återkommer som en genomgående förmåga att kunna växla mellan inre och yttre uppmärksamhet, mellan detaljer och helhet, samt mellan individens och de större systemets perspektiv. Under eftermiddagen praktiskt arbete med kroppsligt förankrade verktyg för autonom reglering, kontaktbrott och konfliktreparation, där Interpersonell neurobiologi och konfliktteori möts i praktiskt tillämpbara arbetssätt.

Dag 4 tema: Gruppteori, metoder, ledarskap och handledningsseminarium

Jennie Skoglund fördjupar utbildningens metodiska perspektiv kring gruppteori, bedömning av grupp-mognad, ledarskap och organisatoriskt förändringsarbete. Med utgångspunkt i etablerad konfliktteori och lång praktisk erfarenhet fördjupas olika sätt att praktiskt möta konflikter i organisationer och grupper, i relation till gruppens och ledarens resurser. Under eftermiddagens handledningsseminarium fortsätter deltagarna att integrera kursens perspektiv utifrån egna frågeställningar och erfarenheter, med stöd av de modeller och arbetssätt som hittills presenterats.

Kursblock 3: dag 5 & 6

Dag 5 tema: AHA-anatomin, Theory U och facilitering av lärande

Hur lärande kan röra sig en blott från kognitiv insikt till ett kroppsligt förankrat *aha* som verkligen ger generativt och varaktigt lärande. Med förankring i David Rocks AHA-anatomi och Otto Scharmers Theory U undersöks hur nya perspektiv, generativt lyssnande kan faciliteras i grupper, organisationer och ledarskap. Under eftermiddagen omsätts detta i praktiskt arbete där deltagarna faciliteras i mindre grupper av kursledare för att uppleva U-kurvan. Eftersom grupparbetet bygger på kontinuitet är det viktigt att samtliga deltagare deltar under hela dagen fram till kl. 17.00.

Dag 6: Tema Integration, konfliktreparation och fortsatt lärande

Utbildningens avslutande dag knyter samman kursens olika delar. Jennie Skoglund fortsätter fördjupningen kring konflikthantering och praktisk metodik, medan eftermiddagens handledningsseminarium ger möjlighet att integrera erfarenheterna från hela utbildningen utifrån deltagarnas egna frågeställningar och sammanhang.

Kursen avslutas med fokus på hur neuroledarskap, självledarskap, autonom reglering och Interpersonell neurobiologi kan fortsätta utgöra levande principer i deltagarnas fortsatta arbete och vardag.