
UGL – Utveckling av Grupp och Ledare

Ger dig verktyg att växa som ledare och medarbetare

Vad är UGL?

UGL är inte bara en kurs – det är ett rum för utveckling. Genom sitt pedagogiska upplägg, som bygger på **upplevelsebaserad inläring**, får du och dina kurskamrater möjlighet att växa tillsammans. I UGL blandas reflektion, erfarenhetsutbyte och teori – allt med utgångspunkt i **det som sker här och nu**.

Du lär inte bara *om* ledarskap och gruppdynamik – du upplever det, mitt i processen, tillsammans med andra. Det är i mötet med gruppen, i samtalen och de gemensamma upplevelserna som utvecklingen sker. Vi arbetar bland annat med olika uppgifter som illustrerar grupptryck, kommunikation, beslutsfattande och gemensam problemlösning.

"Jag hade höga förväntningar, men aldrig hade jag kunnat ana hur mycket mina förväntningar skulle överträffas. Hur denna kurs skulle påverka mig som person och mitt ledarskap!"

Maria, 1:a linjens chef, 4 månader efter genomförd UGL.

Hur går det till?

Här får du utrymme att utforska, prova och växa i din egen takt. Tillsammans med gruppen skapar vi, genom gemensamma upplevelser och reflektioner, en miljö där tillit och trygghet kan växa fram. I mötet med andra och i det du själv bidrar med blir du en aktiv del av din egen utveckling – med stöd och perspektiv snarare än expertråd.

💡 Med viljan och modet att utvecklas, ger du dig ut på en resa – en resa som börjar i dig själv, och där dina beteenden och tankar får speglas i gruppen.

Det krävs inget mer än din **närvaro, vilja och nyfikenhet**. Det du lägger in i processen – det är också det du får tillbaka.

Är UGL för dig?

UGL passar dig som:

- Vill förstå dig själv och andra bättre
 - Vill utvecklas i ditt ledarskap, oavsett om du har en formell chefsroll eller inte
 - Vill lära dig kommunicera och samarbeta mer medvetet
 - Söker ett mer autentiskt, närvarande sätt att leda och vara i grupp
-

Vad får du med dig?

- 🎯 Djupare självinsikt
 - 🎯 Större förståelse för hur grupper fungerar – och varför de ibland inte gör det
 - 🎯 Erfarenhet av att ge och ta emot feedback
 - 🎯 Konkreta verktyg för att förbättra samspel och ledarskap i vardagen
 - 🎯 En unik inblick i både ditt eget och gruppens beteendemönster
-

Kursupplägg

- 📅 **5 dagar i internatform** i en grupp där ni inte har något beroendeförhållande till varandra.
- 👥 **8–12 deltagare**
- 📌 Se min hemsida eller hör av dig. Veckor genomförs hela tiden, vi hittar en veckan som passar dig.
- 📘 Inga förkunskaper krävs – bara ett öppet sinne och en vilja till utveckling.

UGL ägs av Försvarshögskolan (FHS) och kvalitetssäkras kontinuerligt. Samtliga handledare jag samarbetar med, är certifierade och arbetar enligt FHS riktlinjer.