PIA FRIBERG KREJSAGER
FRONTSETTER
LEADERSHIP * COACHING * STRATEGY

PCC
Professional Certified Coach
International Coach Federation

FRONTSETTER, Parkovsvej 14, 2820 Gentofte, 2920 7444, pia@frontsetter.dk, www.frontsetter.dk

License to Live
– coachingforløb med fokus på dit potentiale

Kvalitet har ingen overligger, og vi mennesker har altid mere potentiale at folde ud – både når det går godt, og vi har medvind, og når vi oplever modvind.

Når vi har medvind, har vi tendens til at have for travlt til at stoppe op, og spørge os selv, om vi er på vej i den rigtige retning.

Når vi har modvind, har vi tendens til at begrave os i det, der ikke virker frem for, at kunne se de muligheder, der ligger lige foran os.

Arbejdsliv og privatliv hænger sammen. Både medvind og modvind påvirker alle livets forhold. Succes på arbejdet giver overskud, som vi tager med hjem, og et godt privatliv giver ro og balance i arbejdslivet. Problemer på arbejdet påvirker familielivet og vores nattesøvn, og problemer i familielivet påvirker vores engagement og energi på arbejdet.

Coaching forbinder ”den uendelige rejse mellem hoved ☺ og hjerte ♥” – hvad tænker jeg, hvad føler jeg, og hvordan har jeg det med det?

Det skaber selvindsigt og læring om ”hvem er jeg, hvad er min situation, og hvilke handlemuligheder er rigtige for mig?”

Da mennesker er forskellige, er et coachingforløb skræddersyet efter individuelle behov.

<u>Et typisk coachingforløb kan indeholde følgende emner:</u>

1. **Face the Music**
   Afklaring af min situation, og hvad jeg vil have fokus på?

2. **Arbejde med mit livshjul**
   Hvor i mit liv går det rigtig godt, hvor skal der satses og, hvad er ligegyldigt for mig lige nu?

3. **Personlighedstest**
   Med udgangspunkt i en personlighedstest, afdækkes dine personlige præferencer, styrker og udfordringer.

4. **Afdækning af succesmønstre**
   Du bliver bevidst om, hvad det er for kompetencer du bruger, når du fungerer allerbedst.

5. **Håndtering af mennesker omkring mig**
   Hvordan tænker og føler de mennesker omkring mig, som er vigtige for at jeg kommer videre af den vej, som er rigtig for mig.

6. **Min kommunikation**
   Hvordan kommunikerer jeg og til hvem. Hvor går det godt og hvor går det galt? Konflikthåndtering på en god måde.

7. **Udarbejdelse af livsmission**
   Afklaring af hvad der er vigtigt i dit liv, og hvordan det skal komme til udtryk i dit liv.

8. **Prioritering af tid**
   Hvordan sikrer jeg, at det jeg ikke når er det mindst vigtige – og at der er en god balance mellem den tid jeg bruger på arbejdet og i mit privatliv.

9. **Udarbejdelse af handlingsplan**
   Handlingsplanen udarbejdes løbende. Da vi ikke har været i fremtiden, er det helt OK at afprøve og justere undervejs.

Pris:
Prisen for fem sessioner af to timer er
kr. 15.000 + kr. 3.000 for test eksl. moms.

PCC
Professional Certified Coach
International Coach Federation

Med venlig hilsen

Pia Friberg Krejsager

Navn:	 **Pia Friberg Krejsager**
Nuværende job:	Direktør og seniorkonsulent i FRONTSETTER Bestyrelsesmedlem i Bjarne Saxhofs Fond
Baggrund	Cand. merc. i Organisation, Handelshøjskolen i København Master of Public Administration, Handelshøjskolen i København Pædagogisk Diplomuddannelse, Danmarks Pædagogiske Universitet Handelsfaglærereksamen, DEL Certificeret coach, PCC-niveau under ICF (international Coach Federation) Certificeret managementkonsulent (CMC) Certificeret I 7 gode vaner, Franklin Covey – Associated Partner Certificeret coach og teambuilder, Pathfinder Certificeret i KP-Personprofil, Kjerulf og Partnere A/S Certificeret i 360° lederevaluering, Xafir Certificeret i Human Developrs personlighedstest og lederevaluering, HD A/S Certificeret i PFA, PeopleTools A/S Certificeret I Enneagrammet, Integrative Enneagram Solutions Direktør Ankerhus A/S Underdirektør, Finansrådet Forstander for de Videregående Uddannelser, Niels Brock, CBC Studielektor, Undervisningsministeriet
Konsulenterfaring**:**	Pia Friberg Krejsager har siden 2003 været beskæftiget som chefkonsulent og som leder af chefkonsulenter. Pia Friberg Krejsager løser opgaver i alle sektorer. Arbejdsområderne er strategiudvikling og strategiimplementering, lederudvikling, forandringsledelse, projektledelse, teamudvikling og coaching. Pia Friberg Krejsager har udviklet og gennemført flere uddannelser – bl.a. NGO-Lederuddannelsen og NGO-Projektlederuddannelsen. Pia Friberg Krejsager blev nomineret til Konsulentprisen 2009, DMR
Anden erfaring:	Pia Friberg Krejsager har erfaring med at skabe beslutningskraft på tværs af politiske organisationer, ledelse af forskningsprojekter om kompetence-udvikling, etablering af internationale certificeringer samt udvikling af offentlige uddannelsesstrukturer og lederuddannelser. Forfatter på bl.a.: - *Fusioner, forandringer og mennesker*, Personalechefen 2005 - *At skynde sig langsomt* – udfordringer for en forandringsagent, Ledelse med MPA i bagagen, Nyt fra Samfundsvidenskaberne, 2004 - *Håndbog i voksenundervisning og folkeoplysning* 1999/200 - *Mellem tradition og fornyelse*, Erhvervsskolernes Forlag, 1995