

# Styrk dit personlige lederskab

Sandbjerg Gods, d. 28. maj. 2026

v. Sara Øllgaard

InnerDevelopmentKit  
by sara øllgaard





**Vi er mennesker,  
før vi er virksomheder**



# Mål og agenda

Styrk dit personlige lederskab

## Agenda:

- **Hvorfor** arbejde med det personlige lederskab?
- **Hvordan?** Værktøjskasse
- **Hvad** skal der til for at du kan styrke dit lederskab



# Om Sara



## Selvstændig (2018 - > ):

- Ledelse – selvledelse, teamudvikling og strategi udvikling
- Udvikler af Inner Development Kit – dialogværktøjer
- Stifter og underviser. "Akademiet for Signaturpræstationer"

## Baggrund:

- KaosPilot
- Certificeret coach og teamcoach
- Master Innovation & ledelse
- Diplom i Bæredygtig forretningsudvikling

## Ansættelser:

- Markedschef; Røde Kors (7 år)
- Forretningsudvikler; Erhvervshus Hovedstaden (10 år)

## Privat:

- Mor til to teenagere, bor i Espergærde og elsker "min" skov og "min" strand



# De 3 ledelsesdimensioner





**De spørgsmål vi stiller,  
bestemme de samtaler vi får!**



---

# COACHING

**Def.: en samtaleform, som støtter talentfulde / "hele"  
personer i egen-udvikling**

---

MENTORING

COACHING

SUPERVISION

INSTRUKTION



Svar

Spørgsmål

# FORMÅL: Identifikation af **STORE** agenda



## **Lille a:**

- første indskydelse / den umiddelbare udfordring
- historien om...
- forklaringer om omstændigheder

## **Store A:**

- hvad det egentligt handler om
- det bagvedliggende der holder coachee tilbage
- den uforløste drøm, der ligger bag problemet

# FYLD ROLLERNE UD

---

## COACHEN

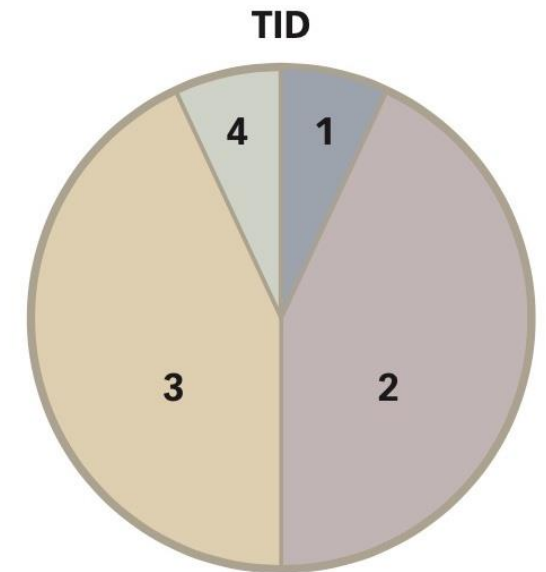
- Åben, objektiv og fordomsfri
- Bevidst og hurtigopfattende
- Støttende og en god lytter
- Tålmodig. Giv tid til at tænke sig om
- Hold dine kæpheste for dig selv
- Stil åbne spørgsmål

## COACHEE

- Vælg et vigtigt emne
- Tænk højt og vær ærlig og direkte
- Sørg for at din coach for står dig
- Vær modig i dine svar
- Tag ansvar for samtalen

# COACHINGENS 4 FASER:

1. Afdækkende spørgsmål (hvad er udfordringen)
2. Udforskende spørgsmål (skab overblik og sammenhænge i emnet)
3. Udfordrende spørgsmål (undersøg nye perspektiver og muligheder)
4. Målsættende spørgsmål (skab motivation til handling)





IDENTIFICER dit personlige ledelses udviklingsmål gennem



# INNER DEVELOPMENT GOALS

Inner Growth for Outer Change



# INITIATIVTAGERE, RÅDGIVERE OG PARTNERE



## Senior Scientific Advisors

Global Thought Leaders on Inner Development



- Amy C. Edmondson, PhD, Harvard Business School
- Jennifer Garvey Berger, PhD, Harvard University
- Robert Kegan, PhD, Harvard University
- Renée Lertzman, PhD, Cardiff University
- Otto Scharmer, Senior Lecturer, MIT Sloan
- Peter Senge, Senior Lecturer, MIT Sloan
- Daniel J. Siegel, MD, UCLA

## Initiating Partners



## Academic Partners



## Collaborating Partners





---

## 1 Være

At relatere til sig selv

---

Hvor godt kender I jer selv og er åbne overfor at lære?



---

## 2 Tænke

Kognitive færdigheder

---

Hvor gode er I til at tænke innovativt og langsigtet?



---

## 3 Relatere

Omsorg for andre og verden

---

Hvor gode er I til at skabe miljøer hvor man føler sig set, hørt og værdsat?



---

## 4 Samarbejde

Sociale færdigheder

---

Hvor gode er I til at samarbejde og inspirere andre til at samskabe med jer?



---

## 5 Handle

At drive forandring

---

Hvor modige og handlekraftige er I?



## 1 Være

At relatere til sig selv

Indre kompas

Integritet og  
autenticitet

Åbenhed og  
lærende mindset

Selvbevidsthed

Nærvær



## 2 Tænke

Kognitive færdigheder

Kritisk tænkning

Kompleksitets-  
bevidsthed

Perspektiv-  
færdigheder

Meningskabelse

Langtidsorientering  
og visionsskabelse



## 3 Relatere

Omsorg for andre og  
verden

Anerkendelse

Forbundethed

Ydmyghed

Empati og  
medfølelse



## 4 Samarbejde

Sociale færdigheder

Kommunikations-  
færdigheder

Samskabelses-  
færdigheder

Inkluderende mindset  
og interkulturelle  
kompetencer

Tillid

Evner til at mobilisere



## 5 Handle

At drive forandring

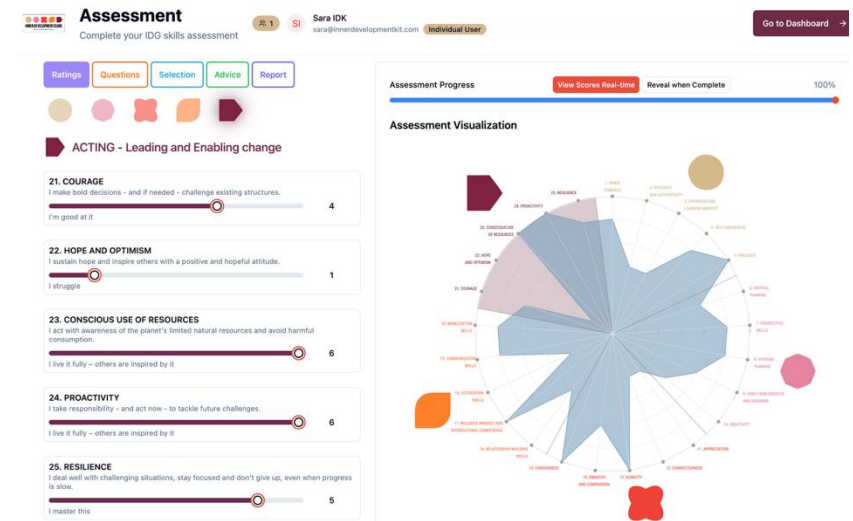
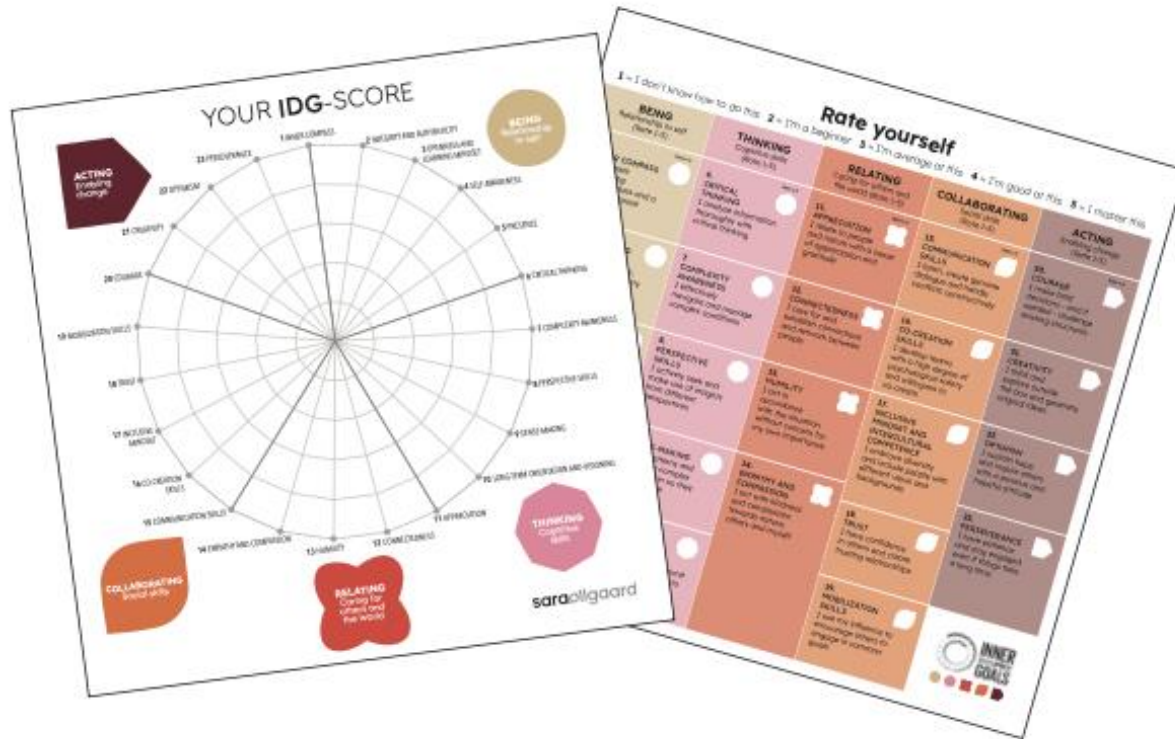
Mod

Kreativitet

Optimisme

Vedholdenhed

# Styk dit indre lederskab



Online:

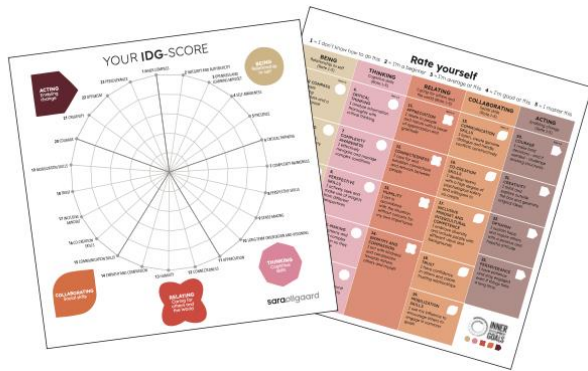
[www.innerdevelopmentkit.com/shop](http://www.innerdevelopmentkit.com/shop)

# Workshop: Identificer din "dominobrik"

## 1. Vurder dig selv

A: Svar intuitivt

B: Vend papiret og connect the dots



## 2. Coaching 2&2 – Del 1

A: Dit spiderweb: Hvad ser du? / hvad overrasker? / springer i øjnene i dit spiderweb?

B: Dit mål: Hvad er dit mål?

C: Én styrke: Hvilken Styrke vil hjælpe dig med at nå dit mål?

D: Vælg ét styrkekort, blandt kortene på bordet



## 3. Coaching 2&2 – Del 2:

- A. Hvilket styrkekort har du taget, og hvorfor?
- B. Hvordan vil det kunne støtte dig?
- C. Hvorfor er det vigtigt for dig at lykkes?
- D. Hvad forventer du at opnå, når du er lykkes?
- E. Hvordan ved du, at du er på rette vej?
- F. Hvilke handlinger / vaner vil kunne støtte dig? (brainstorm)
- G. Hvilken **én handling** er du motiveret til at gøre - allerede i morgen?



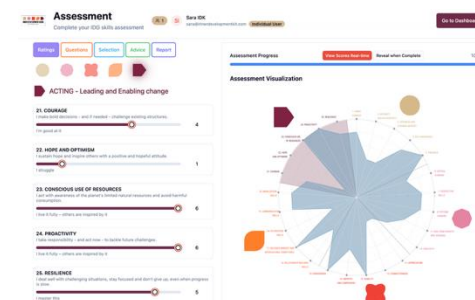
# Take-aways og perspektivering

# NEXT STEP: SÅDAN KAN LOF ARBEJDE VIDERE MED LEDER- OG TEAMUDVIKLING?

**A:** Brug samtalekittet på kontoret vha. “faciliterings guiden” eller tag et online faciliterings kursus, og få inspiration til at bruge kittet

**B:** Brug værktøjerne til at styrke samarbejdet med og mellem underviserne, og/eller som én-til-én værktøj

**C:** Book en teamudviklings eller teamcoaching workshop for at styrke jeres interne samarbejde og lykkes med jeres strategiske mål



Online:  
[www.innerdevelopmentkit.com/shop](http://www.innerdevelopmentkit.com/shop)

# Tak for i dag

Sara Øllgaard

T: 4110 8810

M: [sara@innerdevelopmentkit.dk](mailto:sara@innerdevelopmentkit.dk)

W: [www.innerdevelopmentkit.dk](http://www.innerdevelopmentkit.dk)

LinkedIn: [www.linkedin.com/in/saraøllgaard/](https://www.linkedin.com/in/saraøllgaard/)

