



ULTRABOOST COACHING



- RETURENERGI SOM AT GÅ PÅ SKYER

Lars Ginnerup, cand.psych. fra Københavns Universitet

- Har investeret 14.000 timer i at udvinde over 400 typisk **minutkorte gode, nye greb om tilværelsen**, vel at mærke **evidensbaserede værktøjer** fra ikke let tilgængelig faglitteratur (psykologi & management, fx psykologisk kapital).
- Har modtaget FUHU's store undervisningspris som bedste underviser på CBS for **cybercoaching** på Master of Management Development.
- Har udviklet & undervist for CBS Executive Fonden, primært 17 opførelser af den ugelange sommerskole om strategi & positiv psykologi med over 300 ledere som typisk begejstrede deltagere (seneste sommerskole som helhed vurderet til 4,9 på en skala, hvor 5 er toppunktet).
- Bruger avanceret AI til at fremstille stærkt motiverende illustrationer, fx vision board.

Lars Ginnerup (LG) anses for klogt dristig & karakteriseres som nytænkende, inspirerende, humor-, humør- & tempofyldt.

Tilgang og udbytte

I og med styrkebaseret coaching får du adgang til over 400 nye & gode greb om tilværelsen i den forstand, at LG efter tydning af både styrke- og optimismetest samt noter fra to timers coaching identificerer og udvælger evidens- og erfaringsbaserede værktøjer, som DU med DINE udfordringer straks kan bruge til at opfylde mål og ønsker.

LG trækker de ferme værktøjer fra fire forskellige forskningsområder: Positiv psykologi, psykologisk kapital, ny motivationsteori (primært SDT) samt styret held (10 års forskning har afdækket 12 psykologiske principper herfor).

Summa summarum: Individuel styrkebaseret coaching er en langt klogere og hurtigere tilgang til modvirkning af stress, end den konventionelle forståelse tillader, men først og sidst er det kongevejen til opjustering og målretning af virkelyst. LG følger op med personligt brev med 10 kuraterede bud på, hvad du kan gøre for at blive mere lykkelig, heldig & ydedygtig – samt klikbare links til værktøjer & korte, spot on artikler + vedhæftning af mini-manualer etc.

Eksempler på arbejde

LG har senest udviklet kurset Hårdførhed, Håb, Held & Optimisme & betegner sig selv som "iskold – på den fede måde". To af den iskoldes vigtigste ledemotiver for ultraboost coaching:

- HOPE IS NOT A STRATEGY? A strategy without sustainable HOPE is ... hopeless, helpless, demotivating. EN LEDER, DER FORSTÅR AT TÆNDE HÅB, KAN ALLEREDE DERVED ØGE PRODUKTIVITETEN I ET TEAM MED 14%.
- En inspireret leder/medarbejder er dobbelt så produktiv som en blot tilfreds [konklusionen på en storstilet undersøgelse (12 brancher globalt) af Bain & Company 2017].

Praktiske oplysninger & priser

Første session varer 2 timer til gennemgang af spørgeramme udviklet til formålet (befrielse fra selvbeholdende forestillinger). Efterfølgende sørger LG for udfærdigelse af Top Ten To Do List og bestykning af mail med let tilgængelig dokumentation for de anbefalede værktøjer/udviklingsperspektiver, hvilket også er inkluderet i startpakken til DKK 4.400 (+ moms) for medarbejdere & DKK 5.500 (+ moms) for ledere.

Opfølgende samtaler er typisk temaorienterede – f.eks. selvkontrol (klog forsigtighed), målrettet kreativitet (klog dristighed) – og varer 50 minutter (gerne online vha. fikst program, der ikke kræver download og altid virker).

En times individuel coaching af medarbejdere koster DKK 2.200 (+ moms) og ledercoaching koster DKK 2.750 (+ moms). Mailkorrespondance, forberedelse og efterbearbejdning er inkluderet.

Hvis du vil forpligte dig til et forløb, kan du få 10 % rabat ved at købe 5 timer ad gangen. Som noget helt NYT kan du kombinere to coaches ([Ebbe Lavendt](#) og Lars Ginnerup) for at opnå fordelene ved større diversitet & viden – og samtidig få yderligere 10 % rabat.

Kontakt

Kontakt helt uforpligtende Lars Ginnerup på 40 83 50 07 eller lg@positivpsykologi.dk for at høre mere.