



Vandrande ledarskapsutbildning

Ledarskap i rörelse - vandring i Grövelsjön
8-11 september 2026

Vandrande ledarskapsutbildning

Ledarskap i rörelse - vandring i Grövelsjön

Välkommen till Ledarskap i rörelse, en ledarskapsutbildning i vandrande form. Utbildningen vänder sig till dig som vill utveckla ditt ledarskap, den passar både för dig som vill utveckla ditt självledarskap och för dig som har en formell ledarposition. Vårt förhållningssätt till ledarskap kännetecknas av en människosyn som innebär en tillit till varje människas förmåga, vilja att lära, utvecklas och bidra.

UNDER DAGARNA ERBJUDER vi dig ledarutveckling i en inspirerande miljö där vi varvar teoripass, samtal i grupp och enskild reflektion. Varje dag arbetar vi med teman som är viktiga i ditt ledarskap. Egen reflektion under tysta perioder kombineras med samtal två och två under vandringen. På kvällen samlas vi för teoriinspel, delande av dagens tankar, intryck och erfarenheter. Inför utbildningen träffas vi digitalt för att lära känna varandra och rusta varandra och gruppen för utbildningen och fjällvistelsen.

VI MÖTER FJÄLLEN när dom är som allra vackrast med alla höstfärger. Vi utgår från STF's fjällstation i Grövelsjön i norra Dalarna och gör dagsvandringar i området. Vandringarna kommer att bjuda på olika naturupplevelser allt ifrån kalvfjäll med fantastiska vyer till vandring i vacker fjällskog. Dagsetapperna anpassas efter väder och vind men de är medelsvåra och sker i kuperad terräng. Vi går mellan 10 och 15 km per dag. Du behöver ha god grundkondition för att kunna delta.



Kursavgift

15 200 kronor per person i enkelrum (moms tillkommer inte). 12 700 kronor om du är ideell, förtroendevald eller anställd i någon av Sensus medlems- eller samarbetsparter eller har gått någon av Sensus diplomutbildningar. Om du väljer del i dubbelrum utgår 1000 kr i rabatt.

Det här ingår

- Ledarskapsutbildning under 3 dagar med Katharina Persson och Urban Hermansson som kursledare
- Boende totalt 3 nätter i enkelrum/dubbelrum på STF fjällstation med dusch och toalett på rummet
- Tre frukostar
- Tre lunchpaket
- Tre 2-rättersmiddagar inklusive bordsdryck vatten, läsk eller lättöl
- Praktisk information om vandringen

Det här tillkommer

- Resa till och från Grövelsjön
- Dryck till middagarna annat än det som ingår
- Personliga utgifter

Frihet – Enkelhet – Tystnad – Bekymmerslöshet – Långsamhet – Andlighet – Delande

Pilgrimmens sju nyckelord, med inspiration av Hans-Erik Lindströms tankar

Kursupplägg

Kursens syfte

- Att utveckla ditt personliga ledarskap
- Att får praktisk övning utifrån teorier bland annat om facilitetring av processer, kärnqualiteter och grupp-utveckling
- Att ge utrymme för reflektion, fördjupning och lärande
- Att nyttja vandring som metod för fördjupat lärande

Utgångspunkter

Sensus utgår från en helhetssyn på människan, kunskap och metodik. Vi har vår grund i folkbildningen och folkbildningens metoder som innebär utveckling och lärande i mänskliga möten.

Vi bejakar människans livslånga lust lärande och har en tillit till varje människas förmåga att utvecklas och bidra. Vi utgår från ett värdesättande förhållningssätt.

Metod – Lärande i rörelse

Forskning visar att rörelse genom till exempel vandringar hjälper oss att reflektera på ett effektivare och mer obehindrat sätt. Det blir nära till öppna och djupa samtal med stort fokus.

Genom vandringen, påverkan av naturen och med hjälp av olika frågeställningar skapar vi bra förutsättningar för utvecklande reflektion. Vi kombinerar olika metoder och reflekterar över mig själv som människa, som gruppmedlem och som ledare.

Upplägg

Dagarna varvas med vandring, samtal i mindre grupper, egen reflektion i tystnad, övningar och teoriavsnitt. Vi utgår från tre olika delar:

Inåt – Vi tittar på oss själva, för att öka vår egen självkännet. Det handlar om vilka som är mina styrkor, beteenden, drivkrafter och behov. Om hur jag ser på mitt eget självledarskap, varför jag är ledare och vad jag får ut av det.

Utåt – Vi tittar på samspelet med människor runt omkring mig. Det handlar om hur jag påverkas och påverkas av personer runt mig. Hur jag samspekar med personer och grupper för att skapa ett gott samarbete, öppenhet och tillit. Hur jag bidrar till att skapa goda gruppprocesser och bygga framgångsrika team.

Framåt – Det handlar om hur jag vill ha det i framtiden. Vad jag vill åstadkomma, vad jag vill fortsätta med, vad jag vill utveckla och vad jag vill sluta med. Hur min plan för min egen ledarutveckling ser ut.

Några teman och teorier som utbildningen tar avstamp i

- Kärnqualiteter, Daniel Hoffman
- Tillitsskapande processer, bland annat utifrån forskning från Tillitsdelegationen
- Psykologisk trygghet, Amy Edmundsson
- Kollektiv intelligens och samspel i grupper, Philip Runsten, Andreas Werr
- Grupper utveckling IMGD - Integrative, Model, Group, Development, Susan Wheelan
- Individens behov och beteende i grupper THE - The human element Will Schutz
- Feedback och dess betydelse för grupper och individers utveckling
- Pilgrimens sju nyckelord, med inspiration av Hans-Erik Lindströms tankar; frihet, enkelhet, tystnad, bekymmerslöshet, långsamhet, andlighet och delande
- Facitering av processer utifrån forskning av Urban Hermansson, Södertörns högskola och Martin Westin Uppsala universitet.

Ansvariga utbildare

Katharina Persson är hemvistledare och verksamhetsutvecklare på Sensus och arbetar mycket med pedagogiskt utvecklingsarbete. Hon har stor erfarenhet som utbildare och processledare inom vuxnas lärande, ledarskap, grupp-utveckling och lärande på nätet. Katharina är också certifierad handledare i kärnqualiteter.

Urban Hermansson är verksamhetsutvecklare på Sensus och arbetar mycket med processledning och facilitetring. Urban har lång erfarenhet av att processleda, gruppprocesser och att arbeta med organisering. Urban forskar i processledares praktiska kunskap i att möta och leda grupperns arbete med någon form av frågeställning eller material. Forskningen är en samverkan mellan Sensus och Centrum för praktisk kunskap på Södertörns högskola.

Program

Förmöte 27 augusti 15.00-16.00 på en digital mötesplats.

Tisdag 8/9

Samling på STF fjällstation Grövelsjön kl. 20.00 för gemensam middag och start på utbildningen. Buss från Mora ankommer 19.48.

svenskatouristforeningen.se/boende/stf-grovelsjon-fjallstation

Onsdag 9/9

Frukost
Lunchpaket
Vandring med lärande i rörelse.
Middag 2-rätters
Teoripass

Torsdag 10/9

Frukost
Lunchpaket
Vandring med lärande i rörelse
Middag 2-rätters
Teoripass

Fredag 11/9

Frukost
Vandring med lärande i rörelse
Lunchpaket och avslutning 13.00-14.00

Hemresa buss avgår 14.40 till Mora (preliminär busstid).

Anmälan

Anmäl dig på: sensus.se/vandra

Sista anmälningsdag 15 juli 2026.

Du hittar våra kontaktuppgifter på sista sidan.

Frågor och mer information

Katharina Persson

katharina.persson@sensus.se, tel. 070-611 17 95

sensus