



Midt i Livet

12 måneders udvikling til resten af dit liv



Hvorfor Midt i Livet?

Nogle få gange i livet oplever vi noget, der grundlæggende forandrer den måde, vi ser os selv. Begrænsninger, vi troede vi skulle leve med altid, bliver opløst. Ambitioner, vi ikke turde sige højt, ser pludselig helt realistiske og opnåelige ud.

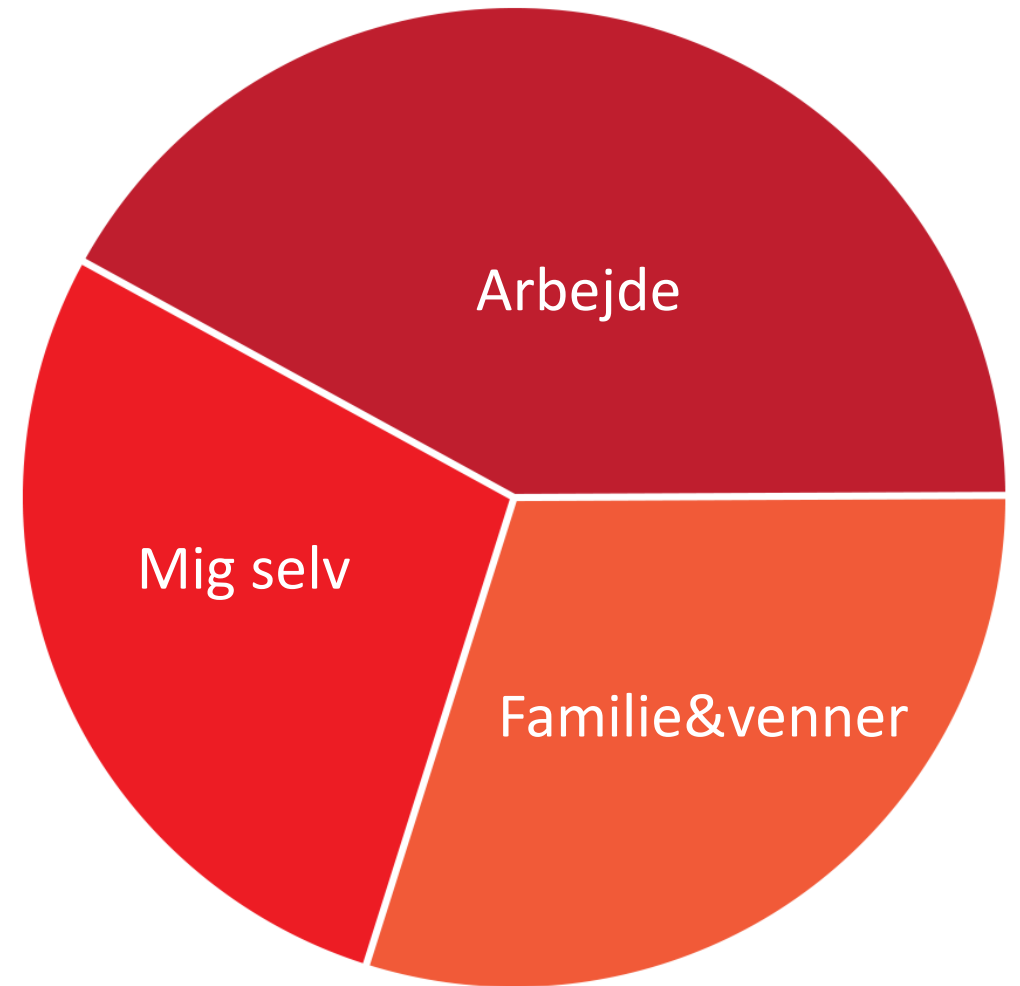
Den slags forandringer kræver næsten altid en "forstyrrelse" udefra.

Midt i Livet forløbet kan være den forstyrrelse du har brug for. Du vil få tilbudt tillid, fællesskabsfølelse, alenetid, teori, natur, musik, poesi, humor, mørke og ild. Alt sammen for at skabe læring, retning og livsmod.

Men der skal mere til. Vi skal lægge gammel adfærd bag os og samtidig lære nye, attraktive, vaner.

Det er ikke så svært – lige indtil vi kommer under pres. Så vil de fleste af os søge tilbage til de vaner og den adfærd, vi kender bedst. Det vi plejer at gøre!

Midt i Livet – 24 intense timer + 1 år tilbyder ikke kun en unik ramme til at skabe forandring, men også et års forpligtende opfølgning, der hjælper deltagerne med at holde fast i deres beslutninger og den justerede adfærd. Til glæde for hver enkelt deltagers arbejdsliv, relationer og personlige liv.





Indhold

Midt i Livet er et udviklingsforløb hvor du får kikket både indad og fremad på dit arbejdsliv og personlige liv. Noget af tiden alene, men mest i mindre grupper og i fællessessioner. Alle arbejder med individuelle mål.

Efter det første Midt i Livet døgn, mødes du og dit hold til digital opfølgningssession 1 time hver måned. Vi gør status på det individuelle udviklingsforløb og giver feedback til hinanden. Som afslutning på Midt i Livet-forløbet ligger endnu et døgn med 24 intense timer. En finale, der hjælper dig med at komme afklaret og videre i (arbejds-) livet.

Siden første udviklingsdøgn i 2017 har flere end 200 deltagere gennemført den unikke læringsproces, som Midt i Livet tilbyder. Deltagerne fremhæver den særlige kombination af moderne læringsteorier og masser af højskole ånd. Der bliver arbejdet i en vekselvirkning mellem krop og tanke, mellem sanselighed og disciplin og mellem stille fordybelse og intense fællessessioner.

Midt i Livet er et individuelt udviklingsforløb, men i et forpligtende fællesskab, hvor den samme gruppe på max. 10 deltagere følges gennem alle 12 måneder.





Udbytte af Midt i Livet

- Klar udviklingsretning - for arbejdsliv og personligt liv
- Værkstøjskasse til gavn for både deltager og team/organisation
- Styrket identitet og selvindsigt
- Større gennemslagskraft
- Bevidsthed om begrænsende overbevisninger
- Derudover slipper ingen igennem forløbet uden massive mængder personlig anerkendelse, masser af feedback og et stærkt netværk

Du får her en unik chance for at formulere nogle forpligtende beslutninger, professionelle og personlige. Det foregår i et trygt, fortroligt og samtidig ambitiøst fællesskab med de andre deltagere.





Topscorer-effekt

Der er tre hovedårsager til, at Midt i Livet har så stærk en effekt på deltagerne, at de i gennemsnit rater forløbet 9,6 på en 1-10 skala for hvor sandsynligt det er, at de vil anbefale Midt i Livet til andre.

Høj grad af psykologisk tryghed.

Vi arbejder med små hold, maks. 10 deltagere, og oftest med forskellige baggrunde og fagligheder. Alle er hurtigt på fornavn med alle. Der er ingen formel intro-runde. Om du er CEO eller arbejdsløs er på forunderlig vis ligegyldigt.

Vi veksler mellem teoretiske oplæg og personlige fortællinger. Korte, praktiske øvelser, mange af dem i naturen og med god tid til refleksion. Vi kombinerer det ambitiøse, målrettede fra forretningsverdenen med det kreative og personligt søgende fra Højskoleverdenen.

Første halvdel af startdøgnet åbner vi op, undersøger, mærker efter, deler og prøver af. Anden halvdel snævrer vi ind, definerer mål, tager beslutninger og laver forpligtende aftaler. Det er de aftaler resten af forløbet tager afsæt i.

Personlige fortællinger.

Du kommer i tæt kontakt med historien om dit eget liv og karriere. Du kommer i tanker om alt det, du har opnået og husker også, det, du drømte om, da du var helt unge og uerfaren. Samtidig får du evidens for, at der stadig er masser af potentiale for udvikling, læring og vækst, hvis du vel at mærke tager ansvar for din livssituation og finder mod til at sætte ambitiøse mål.

Flere gange i døgnet får du detaljeret feedback, både fra underviserne og fra de andre deltagere.

I evalueringerne nævner mange deltagere den på én gang respektfulde og konfronterende feedback som helt afgørende for, at de nu tør stole på egne kompetencer.

Langt ude i skoven

De 24 intense timer foregår i en fredsskov midt i Jylland. Klicheen *unikke rammer* passer for en gangs skyld. Der findes ingen tilsvarende kursusejendomme i Danmark. Stedet, der har tilhørt familien Skovmand i snart 60 år, har uforstyrrethed, enkle rammer og nærhed til naturen.

Måltiderne er intense oaser. De indtages i nybyggede lokaler med højt til loftet i mere end én forstand. Undervisningslokalet er stort og lyst med udsigt til både himmel og natur.

Vi arbejder med mange fysiske skift mellem inde og ude og mellem nutid og fortid. Her hjælper det udviklingsprocesserne, at vi befinder os i moderne rammer langt ude i skoven.



“En af kvaliteterne ved at være forbi de første ungdomsår og stadig på afstand af alderdommen er, at her – midt i livet – kan vi for alvor træde i karakter.

Vi har opnået en vis sum af livserfaring og selvindsigt og vi ved nu, at livet ikke varer evigt. Vi søger meningsfuldhed og integritet, både professionelt og personligt.

Nyere hjerneforskning fortæller, at vi kan udvikle os og lære nyt livet igennem. Det sker tit i koncentrerede ”spring” fra en fase til en anden. Udviklings ”spring” midt i livet kan minde om overgangen fra teenager til voksen, men nu båret af større dybde og bydende nødvendighed.”



Overblik – Midt i Livet forløbet



Om Leadership Lighthouse

Etableret i 2012. Vi arbejder med ledelses- og organisationsudvikling, psykologisk tryghed og teamforløb. I firmaets første år med et snævert fokus på det personlige lederskab. Nu hjælper vi også organisationer med at skabe læringskultur og med formålsdrevet ledelse og selvorganisering.

Leadership Lighthouse's mission: Vi skaber *frirum*, der hjælper mennesker med at finde *retning og livsmød*



Teorien bag

Midt i Livet-døgnet er inspireret af den amerikanske Harvard professor Robert Kegan's forskning om udviklingsfaser i voksenlivet – med fokus både på arbejdslivet og det personlige liv.

Deltagerne vil opleve nye vinkler på moderne udviklingsteori og de vil blive introduceret til eksistentialistiske tænkere som Kierkegaard og Sartre.

Midt i Livet låner det bedste fra Højskoleverdenen ved at bruge naturen, musikken og fællesskabet som lærings-booster.

Underviserne

Undervisere på Midt i Livet er Kim Skovmand Fogh og Hans Bredsted Lumholdt. Begge med mangeårig ledererfaring, Kim i mediebranchen, på Vestas og i konsulenthuset Leadership Lighthouse. Hans som læge med egen praksis i Aalborg.

Både Kim og Hans har gennemført Stifinderprogrammets lederuddannelse og en lang række andre udviklingsforløb.

Kim har en Master i Læreprocesser fra Aalborg Universitet og er certificeret international business coach fra Columbia University, New York.





Praktik

Næste Midt i Livet opstartsøgn: 19.-20. marts 2025 (fra kl. 12 - kl. 12) + lukkede forløb efter aftale.

For en gangs skyld er det ligegyldigt om du er leder eller lærling. Vi anbefaler at deltagerne er minimum 30 år.

Kurset foregår på "Hærvejsøen", Hærvejen 177, Sdr. Kollemorten, 7323 Give.

Pris: Samlet pris for hele forløbet: 5800 kr + moms. Ved deltagelse kun på første kursusdøgn er prisen: 3000 kr + moms.

Overnatning enten på Hærvejsøen eller på nærliggende alternativ efter eget valg. Vi henviser gerne!





Hvis du vil vide mere

+45 2363 5370

kim@leli.dk

www.leli.dk

Udvalgte deltagercitater

- *En milepæl i min faglige udvikling*
- *En oplagt mulighed til at sætte målrettet kurs i livet*
- *Nu fik jeg lige præcis de redskaber + modeller som jeg længe har ledt efter – men ikke fundet*
- *En time-out, der blev berigende og bevægende*
- *Tillid gennemsyrede alle elementer og gav lyst til at åbne sig for de øvrige deltagere, så man fik et nyt fokus på sig selv*
- *Jeg forstod endelig, at det er mit ansvar, at retningen bliver sat – og det skal være nu.*

Eksempler på deltagerorganisationer

Rambøll - Novo Nordisk - Dansk Industri – Mannaz - Seas-NVE - Aarhus Universitet – DGI - Arla Foods - Vestas Wind Systems – LEGO - TV2 Danmark - DR – DMJX - Siemens-Gamesa - Region Midtjylland - Via University College – Norlys – HK – Fødevarestyrelsen - Click Film - Mountainview - Københavns Kommune – Vertica – Energinet – Specsavers - Totalenergies - Deloitte - Egmont