

## Konsulent CV

|                         |   |
|-------------------------|---|
| <b>Navn og kontakt:</b> | Sonja Rebien Lund, sonja@cairos.dk, 2515 3410   |
| <b>Stilling:</b>        | Chefkonsulent, partner  |
| <b>Uddannelse:</b>      | Cand. mag. i Moderne kultur og kulturformidling, 1993<br>4-årig integrativ psykoterapeut uddannelse fra DIPSU, 2006 |
| <b>Certificeringer:</b> | JTI, Jungs Typologi Indeks, 2015 EQ-i<br>Emotional Quotient Inventory, 2015<br>EQ360, 360 graders måling, 2015      |

### Profil

Sonja har været ansat i Cairos siden 2015. Hun kom til Cairos med plus 10 års ledererfaring som direktør for kreative afdelinger på kommunikationsbureauer, herunder omfattende erfaring med personaleledelse af ledere og medarbejdere. I rollen som kreativ direktør har hun udarbejdet kommunikationsstrategier for en lang række private virksomheder og offentlige organisationer, herunder rådgivet ift. organisering og kompetenceudvikling.

I dag coacher hun ledere, arbejder med konfliktopløsning og underviser i strategi-, leder- og medarbejderudvikling. Hun underviser og procesleder på Cairos' åbne lederuddannelse 'Kursus i substantiel ledelse'.

Sonja procesleder forløb, der drejer sig om at styrke samarbejdet, afklare roller og ansvar og koble strategi, organisation og mennesker i et meningsgivende fællesskab. Hun har fokus på ledelse på, hvordan ledere kan motivere – og blive motiveret – når der skabes rum for dybere refleksioner over, hvem de er som mennesker og hvilke værdier, de har med i den livsbagage, som de trækker på i rollen som ledere.

Mange ledere og medarbejdere har stor glæde af Sonjas særlige evne til at forstå og leve sig ind i alle typer problemstillinger og finde løsninger og nye veje frem i respektfuld og kompetent dialog som rådgiver og coach.

### Kernekompetencer

|                                    |   |
|------------------------------------|---|
| <b>Coaching</b>                    | Har individuelle coachingforløb for ledere og medarbejdere ud fra et narrativt inspireret perspektiv. Hun har kunder inden for kommuner, rådgivningsvirksomheder, i undervisnings- og uddannelsessektoren mv. |
| <b>Karriereafklarings-samtaler</b> | Har coachingforløb for unge, der ønsker uddannelsesafklaring og mennesker, der ønsker karriereafklaring.  |

|                              |   |
|------------------------------|---|
| <b>Konfliktopløsning</b>     | Fungerer som mediator og facilitator i konflikter mellem individer og i grupper. Det kan være, når relationer er beskadiget pga. samarbejdsconflikter eller f.eks. uhensigtsmæssig adfærd, eller det kan være i forbindelse med miskommunikation mellem ledere og medarbejdere i forbindelse med organisationsændringer.  |
| <b>Lederudvikling</b>        | Procesleder og underviser ledere på skræddersyede forløb, hvor hun bistår ledergrupper i såvel at finde ind til kernen i, hvordan de agerer som mennesker i lederrollen, hvordan de opnår følgeskab og agerer i det organisatoriske fællesskab.   |
| <b>Organisationsstrategi</b> | Har erfaring med strategiarbejde og udvikling af virksomheder og organisationer, dels via kommunikationsstrategiske samarbejder med en lang række virksomheder, dels med procesledelse f.eks. i forbindelse med reorganiseringer, samt involverende udviklingsarbejde af organisationers retning og mål.  |
| <b>Terapi</b>                | Har terapi med mennesker i krise. Det kan være støtte og afklaring i forbindelse med livs- og arbejdskrises, det kan være hjælp i forbindelse med lettere, ikke medicinkrævende depression, sorg og lignende. Yder også parterapi.  |
| <b>Undervisning</b>          | Underviser på skræddersyede lederudviklingsforløb og lederseminarer for private og offentlige virksomheder og organisationer. Underviser i JTI (Jungs Typeindeks), EQ-i (emotionel intelligens), konfliktopløsning, substantiel ledelse, eksistentiel etik og gruppedynamik og afholder udviklings- og relationsopbygningsworkshops for ledere og medarbejdere. Underviser og procesleder på Cairos' åbne lederuddannelse 'Kursus i substantiel ledelse'. |

## Uddannelse

Cand. mag. i Moderne kultur og kulturformidling, 1993

Journalistik for humanister, AU 2004

4-årig integrativ psykoterapeut uddannelse fra DIPSU, 2006

## Certificeringer

JTI, Jungs Typologi Indeks, 2015

EQ-i, Emotional Quotient Inventory, 2015

EQ360, 360 graders måling, 2015

**Ansættelser**

| <b>Periode</b> | <b>Stilling</b>   | <b>Virksomhed</b>   |
|----------------|---|---------------------|
| 2015 -         | Chefkonsulent, medejer  | Cairos              |
| 2011 - 2015    | Planner og kreativ strateg  | RelationshusetGekko |
| 2011 - 2012    | Kreativ Direktør  | Zupa                |
| 2010 - 2015    | Egen psykoterapeut praksis ( <i>sideløbende med fuldtidsjob</i> ) |                     |
| 2005 - 2010    | Kreativ Direktør  | RelationshusetGekko |
| 2000 - 2005    | Kreativ chef, Action Nordic                                       |                     |
| 2002 - 2004    | Ekstern lektor ( <i>sideløbende med fuldtidsjob</i> )             | KUA                 |
| 1994 - 2000    | Tekstforfatter  | Action Nordic       |

**Frivilligt arbejde**

|        |   |                 |
|--------|---|-----------------|
| 2012 - | Rådgiver for mennesker med psykiske sygdomme og deres pårørende | Psykiatrifonden |
|--------|---|-----------------|