



Kit Symons og Holly Sedlacek

Selv teknisk dygtige ledelsesteam kan præstere under forventning i de afgørende øjeblikke. Pres afslører kløften mellem, hvordan ledere tror, de opfører sig, og hvordan de rent faktisk handler, samt mellem et team, der blot tolererer hinanden, og et, der stoler på hinanden. De fleste udviklingsprogrammer øver sig i bestemte modeller; kun få udvikler det følelsesmæssige register, en leder har brug for, når planen går i vasken.

Kit Symons og Holly Sedlacek hjælper ledelsesteam med at opbygge den tillid og det følelsesmæssige register, der adskiller funktionelle grupper fra højtpræsterende grupper, med udgangspunkt i elitefodbold og organisationspsykologi.

Kit Symons og Holly Sedlacek's 2026 biografi

Hvorfor virksomheder samarbejder med Kit Symons og Holly Sedlacek

- Et ægte dobbeltperspektiv på præstationer under pres. En tidligere landsholdsspiller for Wales og manager for Fulham arbejder sammen med en autoriseret organisationspsykolog i en session med to stemmer.
- Sporten fremstår som bevis. Symons taler fra omklædningsrummet i en Premier League-klub, og Sedlacek oversætter det, der skete der, gennem psykologi, som en bestyrelse vil genkende.
- Indhold, der går ud over klichéerne om de emner, som ledelsesteams stille kæmper med: følelsen af at være en bedrager på ledelsesniveau, håndtering af fiasko i offentligheden og den følelsesmæssige pris ved forandringer.
- Formater skabt til forskellige rum: motiverende keynote, samtale ved pejsen, masterclass og opfølgende teamcoaching gennem Know Your Pace.

Højdepunkter i biografien

- Kit Symons: 36 landskampe for Wales; over 100 ligakampe for henholdsvis Portsmouth, Manchester City og Fulham.
- Kit Symons: Manager for Fulham siden oktober 2014; assistent for Chris Coleman på det walisiske landshold siden januar 2012.
- Holly Sedlacek: MA i industri- og organisationspsykologi; ICF ACC-coach.
- Holly Sedlacek: certificeret i Hogan, EQi 2.0, DiSC og transaktionsanalyse.
- Holly Sedlacek: Mere end 14 år inden for læring og talentudvikling inden for rådgivning, forsikring og formueforvaltning, før hun grundlagde Know Your Pace.
- Medstiftere af Know Your Pace, en London-baseret ledelsescoachingvirksomhed, der arbejder med ledere inden for sport

TILGÆNGELIG FOR

- Masterclass
- Tal

KIT OG HOLLY'S TALENDE TEMAER

- Følelsesmæssig intelligens
- Organisationskultur
- Toppræstation

SPROG: Engelsk

og erhvervslivet.

Biografi

Elitefodboldhold bygges ikke alene på talent. De bygges på, hvordan en gruppe håndterer ugen efter et dårligt resultat, den spiller, der mister formen, og den samtale i omklædningsrummet, som ingen ønsker at have. Det er det samme område, som ledelsesteam befinder sig i, og det er her, Kit Symons og Holly Sedlacek arbejder.

Symons har tilbragt mere end to årtier inden for professionel fodbold med over 300 ligakampe for Portsmouth, Manchester City og Fulham samt 36 landskampe for Wales. Han gik videre til at være manager for Fulham og træner for det walisiske landshold sammen med Chris Coleman. Han taler ud fra omklædningsrummet.

Sedlacek bidrager med den disciplin, der gør indsigterne fra sporten overførbare. Hun har en mastergrad i industri- og organisationspsykologi, en ICF-coaching-certificering samt certificeringer i Hogan, EQi 2.0, DiSC og transaktionsanalyse. Før hun grundlagde Know Your Pace, arbejdede hun i 14 år med talent- og ledelsesudvikling inden for rådgivning, forsikring og kapitalforvaltning.

Sammen arbejder de med ledelsesteam om de aspekter af præstation, der sjældent findes i et organisationsdiagram: tilhørsforhold, selvtvivl, følelsesmæssigt register, hvad der sker efter en fejl. Formatet er bevidst to-stemmig, en praktiker og en psykolog i samme rum, og det er denne struktur, der gør det muligt for en session at bevæge sig fra anekdoter til adfædsændringer.

Vigtigste foredragstemaer

- Modstandsdygtigt lederskab i modgang
- Højtydende teams
- En kultur præget af tilhørsforhold
- Følelsesmæssig kapacitet i ledelse
- Ægte forbindelse og tillid
- Selvtvivl og imposter-syndrom på lederniveau
- At lære af fejl og fiaskoer
- Den følelsesmæssige proces ved karriere- og organisationsskift

Ideel til

- Ledelsesteam og C-suite-offsites
- HR-chefer og ledere, der investerer i ledelsesudvikling
- Ledere af teams med højt ansvar og stor opmærksomhed
- Sport- og præstationsorganisationer, der ser på ledelse og kultur

Resultater for deltagerne

- En skarpere forståelse af, hvordan individers og teams adfærd ændrer sig under pres, og hvad man kan gøre ved det.
- Praktisk sprogbrug til det følelsesmæssige arbejde i ledelse: tillid, tilhørsforhold, fiasko, overgang.
- Et fælles referencepunkt for ledelsesteam til at diskutere præstationer uden at ty til sportsklichéer eller wellness-fløskler.
- Værktøjer hentet fra anerkendte psykometriske rammer (Hogan, EQi 2.0, DiSC), der kan bruges sideløbende med eksisterende ledelsesprogrammer.

Kit Symons og Holly Sedlacek's 2026 talks & topics

At skabe en kultur præget af tilhørsforhold

Hvordan ledere skaber teams, hvor medarbejderne bidrager fuldt ud i stedet for blot at udfylde en rolle.

Vigtige pointer:

- Hvordan tilhørsforholdet rent adfærdsmæssigt ser ud i et højtpræsterende team
 - Hvor ledere ubevidst signalerer eksklusion
 - Praktiske tiltag, der hurtigt ændrer tonen i et team
-

Modstandsdygtigt lederskab i modgang

At lede, når resultaterne, omdømmet eller plan A er væk.

Hovedpunkter:

- Forskellen mellem modstandsdygtighed og udholdenhed
 - Hvordan elitesporten håndterer dårlige uger, og hvad det betyder for erhvervslivet
 - Genopretningsvaner, der holder beslutningskvaliteten intakt
-

At håndtere selvtvivl og imposter-syndromet

En direkte samtale om tvivl på de øverste ledelsesniveauer, hvor den opstår, og hvordan ledere håndterer den.

Vigtige pointer:

- Hvorfor følelsen af at være en bedrager ofte forstærkes med stigende anciennitet
 - Mønstre, der holder ledere fastlåste
 - Sprog og praksis, der mindsker følelsen uden at benægte den
-

Opbygning af højtydende teams

Hvad adskiller et kompetent team fra et team, der gang på gang præsterer over forventning?

Vigtige pointer:

- De adfærdsmønstre, der kendetegner elitehold
 - Hvordan tillid opbygges og brydes i de ugentlige arbejdsrytmer
 - Lederadfærd, der sætter loftet for teamets præstationer
-

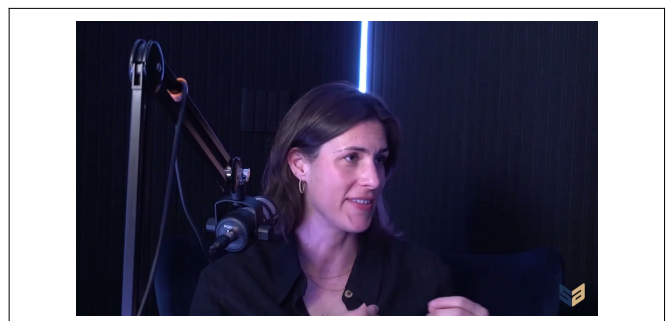
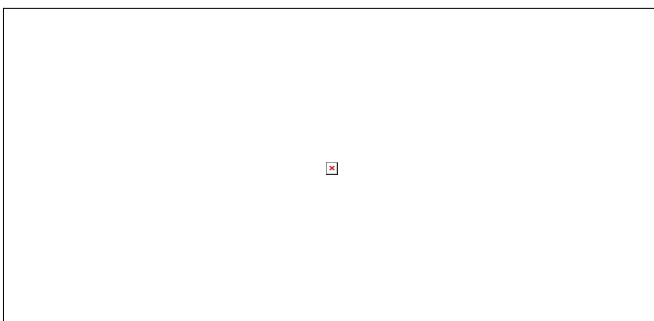
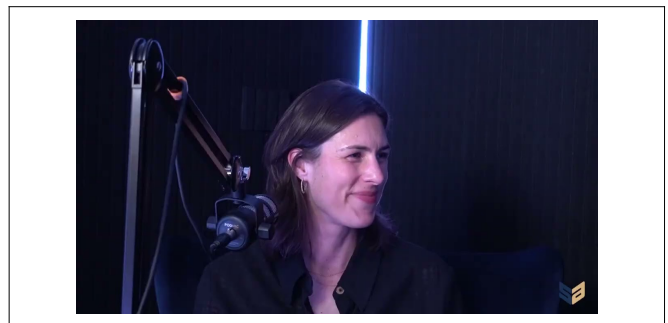
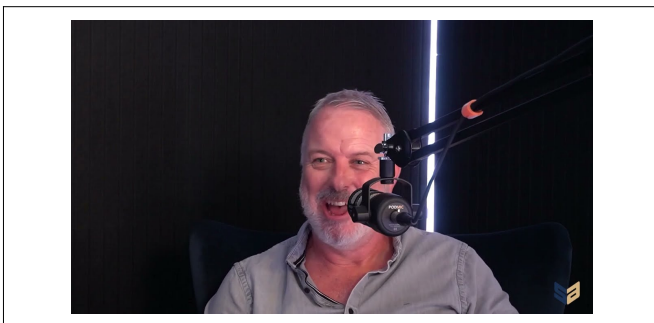
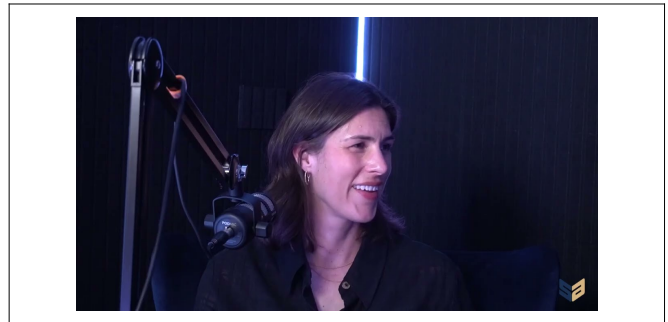
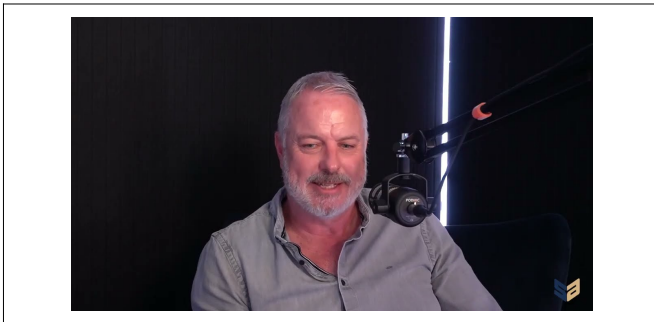
Håndtering af den følelsesmæssige proces ved forandringer

At lede andre - og dig selv - gennem rolleændringer, omstruktureringer og karriereskift.

De vigtigste pointer:

- De forudsigelige følelsesmæssige faser i en overgang
- Hvordan ledere fremskynder eller forsinker processen
- Hvad man skal sige, når der ikke er noget klart at sige

Kit Symons og Holly Sedlacek's Videos





Hvad Kit Symons og Holly Sedlacek klienter siger

Tusind tak for en fantastisk, spændende og indsigtsfuld gennemgang af selvtillid og imposter-syndrom. Som du kunne se, var der rigtig mange til stede, så emnet faldt tydeligvis i god jord hos deltagerne, og de har uden tvivl fundet din viden meget gavnlig.

Lisa Bartley

Direktør, Deloitte

Know Your Pace leverede et indsigtsfuldt og engagerende foredrag. Kit og Holly gav os et godt indblik i, hvordan man opbygger højtydende, følelsesmæssigt intelligente teams. Praktisk, klart og yderst effektivt.

Allan Dunne

Professionel fodboldspiller og træner, Millwall

Kit og Holly kombinerer indsigter fra elitesport, psykologi og coaching for at tilbyde dynamiske og jordnære sessioner fyldt med praktiske ledelsesstrategier. Deres stil er autentisk, tankevækkende og dybt menneskelig – skabt til at frigøre ægte præstationer under reelt pres.

Mhorag Dhoig

Leder af Alumni-karriereafdelingen | Karrierecenter, London Business School