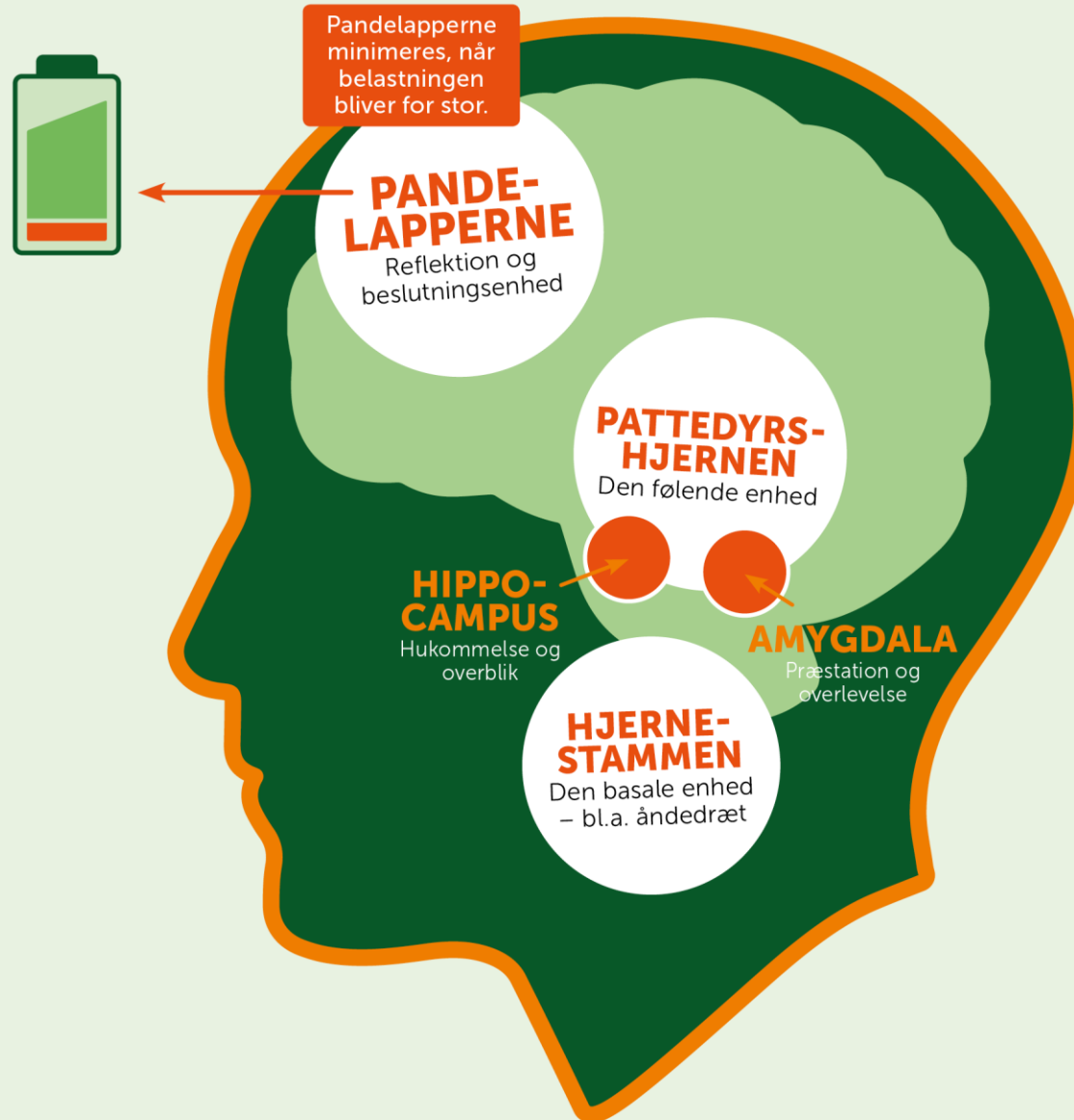


Hjernen og konflikthåndtering!

Bar fordet do æ å æ rev,
behæve do ik å væ et revgaf!





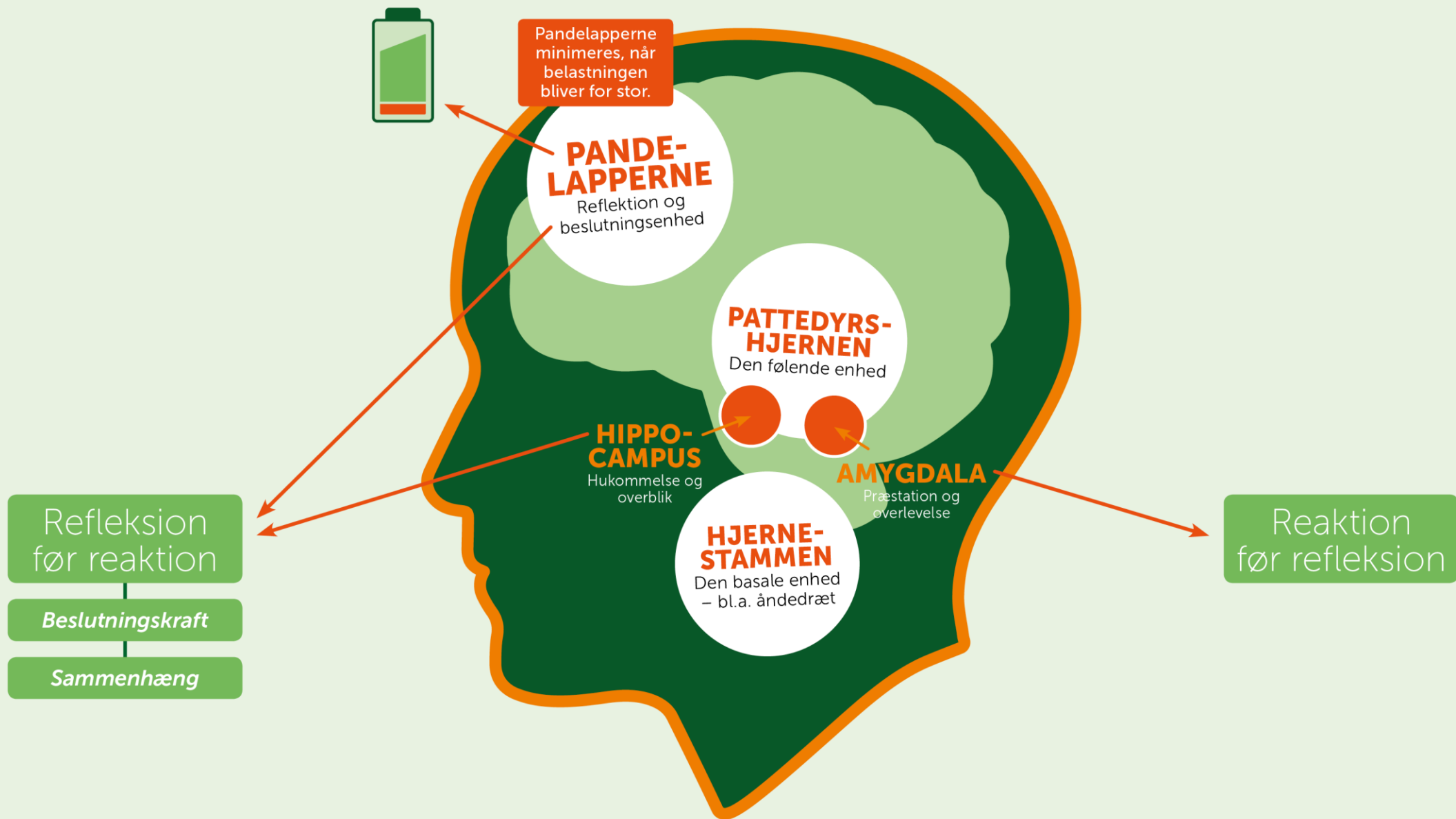
Søhesten!

- Overblik – overblik – overblik
- Indlæring!
- Hukommelse!
- At se muligheder – fremfor begrænsninger!

- Stresshormonernes termostat!

- Omvendt effektiv!
- **Når vi arbejder langsomt, går det glat og når det går glat - arbejder vi hurtigt**
(Mark Owen, Navyseal) !

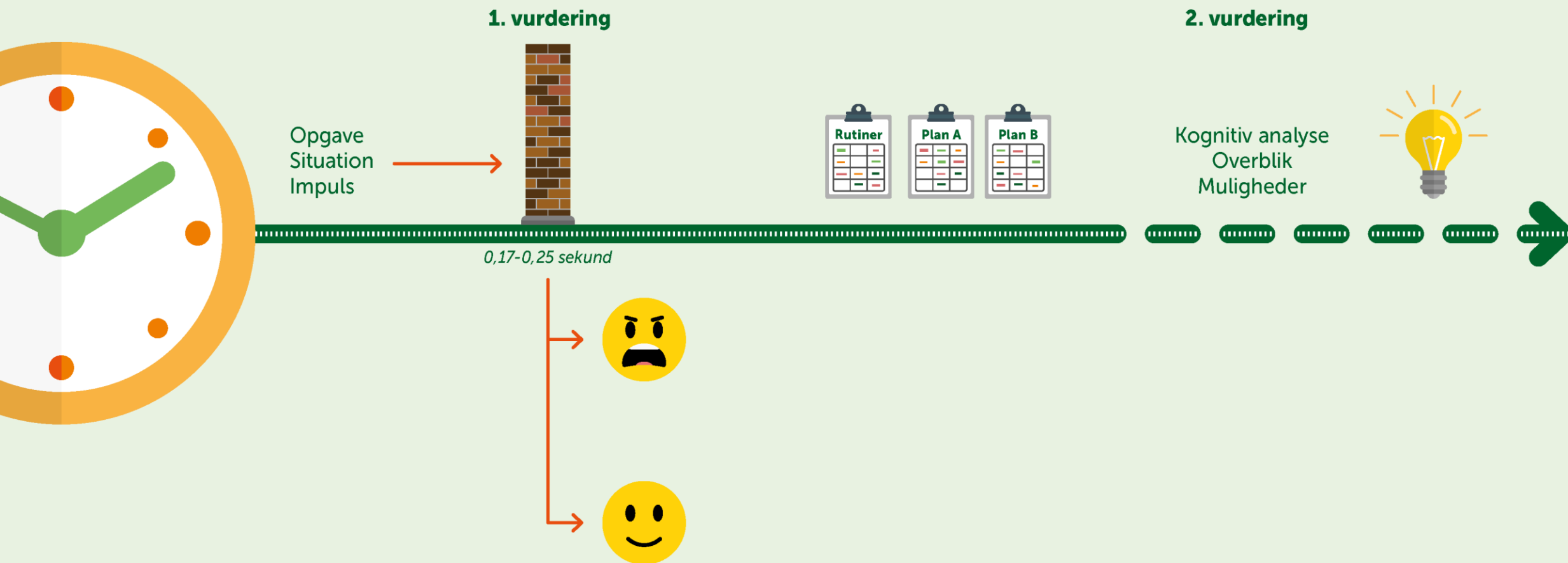




TÆNK FØR DU HANDLER

Udvid hullet mellem impuls og handling

Paul Ekman



If you are not where you are – you are not anywhere!!

Adgangsbilletten til eksisterende værktøjskasse!
Det handler om din indre kamp!



At holde hovedet koldt i 800 grader!

- Det magiske knæ!
- Hellere kylling end grillkylling!
- Forlæng responstiden!

- Få mere for mindre 😊
- Et mentalt kinderæg



Pasning af søhesten!

- Hjernepause! – pausens magt!
- Humor, smil, kage og nærvær!
- Lave svingninger!

- Gå 4 km og se hvad der sker!
- Gør noget unyttigt!
- Se fjernsyn – når du ser fjernsyn



Hvad tager du med ?

- Følelsernes intelligens!
- At passe på søhesten!

- Et knæ – og hvordan
- Tid



Husk hjernen, især i de vigtige situationer!

- At give situationen hvad den mangler!!

