

LOCKA FRAM DITT BÄSTA JAG

Anders Haglund



Anders Haglund är en av Sveriges främsta inom personlig utveckling och prestationspsykologi. Han delar med sig av värdefull kunskap om hur du kan fungera optimalt, både på jobbet och i privatlivet. Det som tidigare verkat svårt eller omöjligt blir plötsligt ganska enkelt. Anders kombinerar kompetens från många olika områden och utvecklar smarta lösningar som ger effektiva resultat. Det personliga planet är i fokus, då ingenting påverkar affärsverksamheten mer än hur de människor den bygger på mår och därmed reagerar. I föreläsningen LOCKA FRAM DITT BÄSTA JAG blir det tydligt hur tillståndsberoende vi är och Anders visar vägen till att ta initiativet över tillstånden för att få ut mer av varje situation och möte. Han avslöjar också hur vi tränats att söka fel snarare än rätt och hur det ofta omedvetet påverkar oss. Med de verktyg Anders delar med sig av ökar potentialen att locka fram det bästa inom oss.

Målet med föreläsningen

- Skapa rätt tillstånd för prestation

Coachande frågor

1. Ge ex. på när det är extra viktigt för dig att försätta dig i *rätt tillstånd*.

2. Hur kan du hitta *rätt tillstånd*?

3. Vilken positiv känsla kan du fokusera på för att skapa *rätt tillstånd*?

4. Var på en skala 1 - 10 befinner du dig om **1 är fel-sökare** och **10 är rätt-sökare**?



5. När och hur kan du börja praktisera att hitta *rätt tillstånd*?
