

CHANGE - WITH THE BRAIN IN MIND



Coaching

-få verktygen och lär dig
hantera dem

*Börja driva förändringar på en
nivå där resultaten blir bättre,
frustrationerna färre och
relationerna starkare.*



*Stärk ditt personliga ledarskap och bli
en bättre förändringsledare.*

*Identifiera nycklarna som gör skillnad
för dig. Träna i ditt dagliga ledarskap,
koppla till din egen verklighet.*

Innehåll...

Vad är en förändring och varför är det så svårt?

Hur ser processen ut som hjälper hjärnan istället
för stjälper den?

Vad ser hjärnan som hot/belöning och vad i en
förändring kan uppfattas som hotfullt?

Hjärnans förmåga att hantera problemlösning,
beslutsfattande och lärande – hur påverkas den av
stress och förändring?

En hjärna på topp – vad behöver den för att
fungera och hur bakar man in det i en
förändringsprocess?

10 coachingtillfällen

Existerande utmaningar och
förändringar används för att driva det
egna arbetet framåt. Mellan mötena
jobbar deltagaren vidare i sin egen
vardag.

Deltagaren har tillgång till en digital
träningsplattform för kommunikation
och uppföljning med coachen mellan
mötestillfällena. Specifika uppgifter ges
efter varje möte.

*Verktygslådan
kräver en skicklig
snickare. Nöj dig inte
med att vara bra
utan sträva efter att
bli bättre.*



För mer information

www.matheva.se

+46 707 788 677

Maria.ee@matheva.se

*Med ett ben i forskningen och ett i verkligheten
kombinerar jag det senaste inom psykologi och
hjärnforskning med verkliga erfarenheter
från lyckat förändringsarbete.*

På ett inspirerande, tydligt och roligt sätt säger kunderna.