

# Vinnande

# medarbetarskap

Hur jag motiverar mig själv o andra

Vad är skillnaden som GÖR skillnaden?

Att bygga vinnande team o attityder

## Kursen som ger dig verktygen för ökad motivation, välmående och arbetsglädje för dig själv, dina kollegor och ditt team

Motiverande vinnande medarbetare är hjärtat i alla organisationer. Personalgrupper som mår och fungerar bra skapar bättre trivsel, gemenskap och trygghet i ett team på en arbetsplats. Det i sin tur leder alltid till bättre prestationer och resultat.

Denna kurs vänder sig till dig som känner att du vill ha en nytändning på jobbet och livet i stort. Du får en riktig energiboost, massor av ny inspiration, användbara verktyg samt många goa igenkännande skratt. Du får tips på hur du kan stärka dig själv både mentalt, fysiskt och socialt. Att som medarbetare må, fungera och prestera ännu bättre än nyckeln till psykisk hälsa, välmående och livsglädje.

Syftet med kursen är att ge varje deltagare konkreta verktyg, tips tankar, och idéer för hur man med enkla små medel kan höja din egen lägsta nivå, förstå motivationens grunder och därmed förändra din vardag, ditt liv och stärka dig själv som människa på alla plan.

Målet med kursen är att starta en process i personlig utveckling som leder till varaktiga och hållbara förändringar.



Michael Södermalm är utbildad certifierad mental tränare, föreläsare och utbildare. I botten är han marknadsekonom och har arbetat tio år i en av världens mest krävande och tuffaste branscher innan han gick i väggen, blev svårt sjuk och sadlade om. Han lyckades vända motgång till framgång och vill nu dela med sig av alla sina kunskaper och erfarenheter till dig.

Han har inspirerat och hjälpt många människor, team och organisationer att vilja bryta nya barriärer och nå nya enastående resultat världen över. Han har även coachat många av våra svenska idrottsstjärnor och lag att mentalt förbereda sig inför EM, VM och OS!

ARRANGÖR

Education  
& More



Lära för Livet

MEDIAPARTNER

OFFENTLIGA  
AFFÄRER  
AFFÄRSSTYRELSEN FÖR OFFENTLIGA VERK

KUNSKAP SOM FÖRÄNDRAR

# Vinnande medarbetarskap

## INNEHÅLL

- Konsten att leda och stärka sig själv.
- Hur jag motiverar mig själv o andra.
- Att förstå vilka psykologiska mekanismer som påverkar och styr ökat välmående och framgång.
- Förändringens 4 rum.
- Vad är skillnaden som GÖR skillnaden mellan självkänsla o självförtroende.
- Att bygga vinnande team o attityder.
- Vad är mental träning, varför och effekter.
- Humor och arbetsglädje.
- Min masterplan och mentala coach.

Under kursen kommer teori varvas med praktiska övningar, diskussioner och erfarenhetsutbyte.

# Vinnande medarbetarskap

## ANMÄL DIG REDAN IDAG!

Anmäl dig på vår hemsida,  
**www.hexanovaacademy.se** eller  
kontakta Sandra Johannesson,  
Direktnummer: **0761-86 44 09.**  
**sandra.johannesson@hexanova.se**

*Kursen har ett begränsat antal platser!  
- Boka idag för att säkra din plats!*

## TIDER

**09:00** Kursstart  
**10.40** Förmiddagsfika  
**12.00** Lunch  
**14.40** Eftermiddagsfika  
**16.00** Avslutning

## DETTA INGÅR I ALLA VÅRA KURSER:

- En förstudie för att du ska få möjlighet att få svar på dina frågor
- Förmiddagsfika, lunch & eftermiddagsfika
- Utvärdering och uppföljning av resultat
- Kursdokumentation
- Kursintyg

Vi skräddarsyr även utbildningar utifrån era behov!

## PRIS 9 990:-

*Boka 2 mån innan kursstart  
& betala endast 8 990:-*

## GRUPPRABATT:

Gå 4 betala för 3!

Boka två utbildningar samtidigt och få 50 % på den billigaste!

ARRANGÖR

Education  
& More



Lära för Livet

MEDIAPARTNER

OFFENTLIGA  
AFFÄRER  
AFFÄRSSTYRELSEN FÖR OFFENTLIG VERKSAMHET

KUNSKAP SOM FÖRÄNDRAR