

VELKOMMEN til

'Det resultatskabende team' 5 Trin til det Optimale Samarbejde



Lær at navigere i en travl hverdag

 **STAY TRUE**

www.staytrue.dk

FREMTIDENS ARBEJDSPLADS

Fremtidens arbejdsplads forstår menneskets psykologi

“*Ledelsen får rollen som en slags coach, der sammensætter teams af medarbejdere efter, hvordan de klinger sammen. Og som opmuntrer medarbejderne og får det optimale frem i dem.*”

- Maria-Therese Hoppe, fremtidsforsker, The Global Future Forum

“*Social intelligens – evnen til at tune ind på andres følelser – bliver central for ledere i fremtiden. De følelsesmæssige udvekslinger på arbejdspladsen har stor betydning for medarbejdernes motivation, så fremtidens leder har en stor følelsesmæssig opgave. Og mange ledere får brug for at træne deres hjerner til social intelligens: til at afsende følelser, vise empati og sætte mennesker først.*”

- Daniel Goleman, forfatter til 'Social Intelligence'

“*Ikke finans. Ikke strategi. Ikke teknologi. Det er teamwork, der forbliver den ultimative konkurrencefordel, både fordi det er så kraftfuldt og så sjældent.*”

- Patrick Lencioni, forfatter til 'The Five Dysfunctions of a Team'

Skiftet til et mere moderne 'mindset'

Vi har længe vidst at mennesket er “bygget” til at arbejde i små, hurtige og agile teams - men at det det kan øge **lønsomheden med mere end 30 procent** er ny viden.

Vores fantastiske team-evner er et naturligt resultat af tusindvis af års evolution. Det med at arbejde meget alene er noget der opstod som konsekvens af de sidste 100 års industrielle udvikling med fokus på effektivisering, som dog nu har udtjent sin duelighed. Vi lever i en tid hvor digitalisering øger mængden af informationer og derfor bliver vi - hver især - klogere og klogere på et mindre og mindre fagspeciale. Derfor bliver vi mere og mere afhængige af at samarbejde med andre for at kunne træffe helhedsorienterede og nuancerede beslutninger.

Èt menneske kan ikke længere rumme al den viden og erfaring der skal til i komplekse sammenhænge. Derfor har team arbejdsformene fået sit comeback. Og ikke nok med det - der er kommet en opdatering til teams - nemlig:

High Performance Teams (HPT).

Den økonomiansvarlige spørger direktøren:
"Hvad sker der, hvis vi investerer i at udvikle vores medarbejdere og de så forlader os?"

Direktøren svarer:
"Hvad sker der, hvis vi ikke gør, og de bliver?"

Fremtidens arbejdspladser forstår, at vi ikke længere bare kan fortsætte med at negligere de menneskelige, psykologiske mekanismer, som altid er gældende, men har en oprigtig interesse i mennesket der er tilstede og forstår at bruge og kultivere en

kultur, der støtter High Performance. Fremtidens arbejdsplads investerer i deres medarbejdere og ved der skal strukturerede processer til at skabe holdbarhed.

De gængse ønsker

Hvis fundamentet har revner, kan organisationen ikke stå solidt forankret i modgang og krævende tider, hvor tempoet og informationsflowet stiger konstant.

Mange oplever, at der er 'ikke-optimale' tilstande hos dem og ønsker at gøre noget ved det, men ved ikke altid "hvad virker"?

Mange af de virksomheder, som jeg arbejder med, udtaler at de ønsker:

- ☉ Bedre udnyttelse af de ansattes ressourcer og at de bliver mere selvledende
> *At jeg derved, som leder, kan bruge mere tid på egne opgaver*
- ☉ Overblik og øget koncentrationsevne under pres
> *Så de ansatte selv forvalter deres energi og ikke går ned med stress*
- ☉ Øget kreativitet og mere stabilt fokus på opgaven og det der er vigtigst
> *Så vores fælles overordnede mål ikke går tabt pga. ressourcespild*
- ☉ Ansatte og teams, der kan skille væsentligt fra uvæsentligt
> *Så vi leverer til tiden og holder os selv og hinanden skarpe på kravene*
- ☉ Gladere og mere positivt arbejdsmiljø
> *Så vi hjælper hinanden og har lyst til at gå entusiastiske på arbejde*
- ☉ Værktøjer, der har en videnskabeligt dokumenteret effekt
> *Så vi ved, at det virker og har en effekt*

Kan i genkende, at jeres team mangler overskud?

- ☉ Mangler i entusiasme og energi til opgaverne?
- ☉ Har jeres ansatte også svært ved at tackle besværlige konflikter?
- ☉ Halter samarbejdet og det fælles engagement mod det overordnede mål?
- ☉ Oplever i utilfredshed og en mangel på tillid til fremtiden?
- ☉ Vil i også gerne være mere psykisk robuste?

Sådan har jeg også selv oplevet det !

- og jeres virksomhed er BESTEMT ikke alene om det!

Det brænder jeg for



Jeg hedder Martin Kirkevang og har dedikeret mig til, at hjælpe mennesker med at håndtere hverdagens udfordringer, ved at indarbejde konkrete redskaber til at skabe den modvægt, der skal til, for at leve et arbejds- og privatliv i balance, med mere ro, overskud og glæde. Og det har jeg fordi jeg har erfaret, at med de rette

principper og en praktisk anvendelig tilgang til udfordringerne, kan vi skabe de resultater vi ønsker.

Jeg tror på, at alle mennesker gerne vil gøre en forskel, bidrage til en større sammenhæng og føle deres dagligdag giver mening. Og at det faktisk er muligt at skabe rammerne for et optimalt arbejdsmiljø, så glæden er i højsædet og derved engagementet, tilliden og loyaliteten frem mod slutresultaterne.

Sådan var det for mig



Jeg har haft en helt normal opvækst og hverdag med uddannelse, karriere og fuld fart på drømmene med et usædvanligt spækket CV af uddannelser og oplevelser i bagagen og en ellers vellidt personlighed.

En dag stod jeg bare og kunne længere finde mening i det hele...

De fleste arbejdspladser jeg var konsulent for, havde konflikter, uengagerede ansatte, snakken i krogene, manglende commitment til resultaterne og en knap så synlig ledelse...Det gav ikke rigtig længere mening det hele...gik vi bare på arbejde for at tjene penge - brugte SÅ

meget tid der - når der var så meget negativitet og pegen-fingre af hinanden uden team-ånden "vi vil det samme"?

Samtidig med disse erfaringer begyndte jeg selv at udvikle fordøjelsesproblemer, mentale negative tankemønstre, kunne ikke finde ro og slappe af i fritiden og udviklede tinnitus, der var så slem, at jeg ikke kunne sove og på et tidspunkt troede jeg ikke kunne leve med det længere...

Jeg har oplevet ikke at have lært at tale om følelser, være rigid i mine holdninger, meget fokuseret på egne behov og på ingen måde turde nævne et følelsesladet ord overfor andre, uden selv at krumme tæer af væmmelse og frygt...Og det viste sig, at mange af de ansatte omkring mig havde svært ved at skille det private fra det professionelle - og det gik ud over arbejdsindsatsen og virksomhedens bundlinje.

Der MÅTTE være muligheder for oprigtig arbejds- og livsglæde, en kombination af det hele og en vej til at skabe overskud, energi, psykisk robusthed og komme frygten for konflikter og egen vinding til livs?

Her er en løsning der virker

Jeg dykkede ned i mine 12 års hands-on erfaring med at arbejde med mennesker i forskellige forandringsprocesser og brugte alle de bedste metoder jeg kunne støve frem. Og det lykkedes mig at finde essensen af de psykologiske hæmninger, som er gældende for individet, mennesker imellem, samt hvad der skal til for at skabe synergi og vækst i optimalt fungerende teams.

Jeg fik via disse metoder selv styr på fordøjelsen, ørerne, tankerne og har selv været med til at skabe og taget del i flere teams hvor vi har implementeret teknikkerne. Jeg har derfor gennem de sidste 5 år konsekvent arbejdet med at implementere og hjælpe virksomheder med at opnå vedvarende resultater, der holder.

De mest effektive værktøjer, processer og principper, som forskningen fortæller os virker, har jeg derfor skræddersyet til et komplet træningsforløb til at skabe High Performance og optimale resultater med mærkbar effekt.

Gennem 5 trin, lærer i vejen til optimalt samarbejde, træner at bruge metoderne, samt i dagligdagen at undgå de 5 'show-stoppere', der dræber High Performance.



Sådan foregår processen omkring forløbet

STEP 1: Første proces, når i starter med workshop og indledende øvelser er, at i vil blive i stand til at forstå og imødegå de vaner, der fastholder jer og gør, at både du og kollegaerne ikke oplever de ønskede resultater og tilstande til daglig.

"Doing the same thing over and over again, and expecting a different result, is idiocracy... Hvis ikke du er der hvor du vil være, så skal du tilsyneladende gøre noget anderledes" - Albert Einstein / Martin Kirkevang

STEP 2: Anden proces indtræder herefter over de næste par måneder, samt gennem næste workshop og træning. I vil begynde, at have naturligt mere positivt fokus og støtte op omkring hinandens styrker, samt kunne lægge gamle energidrænende tilstande bag jer. I vil føle, at i har en mere klar retning for jeres hverdag - "vi vil det samme og har et klart og fælles mål".

"Hvordan skal du vælge de rette byggematerialer (relationer, opgaver) hvis du ikke ved hvilket hus du ønsker at bygge (livet)...hvis ikke du kender dit ståsted, hvordan kan du så navigere ifht. omgivelserne?" - Martin Kirkevang

STEP 3: Tredje proces er når i bliver mere nærværende og lægger mere og mere mærke til jeres egne og teamets reaktioner og hvordan i hver især er medaktiv spiller i det daglige relations- og arbejdsmiljø, hvor den enkelte persons følelser, holdninger og meninger direkte påvirker omgivelserne. I vil begynde at kunne styre og håndtere jeres konflikter og vide hvordan i arbejder jer fremad uden at stagnere.

"Et træ på vestkysten vokser op og bliver skævt pga. de hårde vindforhold, mens det samme træ vokser sig symmetrisk og prangende midt inde i landet - forskellen på træer og mennesker er blot, at mennesker kan rettes op igen - det kan træerne ikke" - Sebastian Nybo

STEP 4: Fjerde proces er efter flere måneder, hvor i har arbejdet med jeres færdigheder. I vil opleve, at i rent faktisk er kommet et fornyet sted hen - i har rykket jer mærkbart indvendigt og ifht den enkeltes ydre valg og omgivelser. I vil opleve et væsentligt løft gennem personlige udviklings-sessioner, der giver en tydelig effekt i det daglige samarbejde fremadrettet.

"Folk der vil forbedre verden, kan med held starte i dens centrum - med sig selv" - Piet Hein

STEP 5: Dette er en workshop, som sikrer, at i får et langtidsholdbart resultat af jeres investering. Over tid glemmer de fleste af os at bruge det vi har lært fuldt ud. Den nye viden har været brugbar for en periode, men midt i travlhed, hverdagens jag og mange opgaver, kan den dybere indlejring af de nye vaner komme lidt i baggrunden. Dette er en skræddersyet og målrettet opfølgning på teamets proces, så i ved at i fortsat er på rette spor.

"Hvad du end er, vær god til det" - Abraham Lincoln

Praktisk opsætning af forløbet

Et optimalt udbytterigt forløb med 'Det Resultatskabende Team' vil forløbe som nedenstående infografik viser:



Der opnås stor effekt af at bruge de enkelte kurser, men for at få udbyttet og resultaterne til at holde i længden, skal i gennemgå alle 5 step.

Mange virksomheder vælger ligeledes, at afholde et foredrag for hele virksomheden inden et forløb i et team starter. På den led sikres det, at alle medarbejdere har umiddelbar forståelse for metoderne og kan sætte sig ind i sproget og den kultur, som i som organisationen er i færd med at skabe sammen med disse metoder.

Læs mere her: www.staytrue.dk/virksomheder/det-resultatskabende-team/

Andre virksomheder udtaler

SØGÅRDS SKOLEN



"På Søgårdsskolen arbejder alle medarbejdere i selvstyrende teams.

Martin lavede et internt udviklingsforløb med alle medarbejdere, der indeholdt både foredrag, kursusdage og individuelle udviklingssamtaler.

Forløbet har været udbytterigt, idet vi efterfølgende kan se, at vi har en større bevidsthed om egne ressourcer, muligheder og begrænsninger. Vi er gået styrket ud af processen og oplever mere energi, overblik og øget robusthed ifht. de mange arbejdsopgaver.

Martin har kompetent mødt os med åbenhed og nysgerrighed. At lytte, er fremherskende hos ham. Han har igennem hele processen været ærlig og ligefrem – "det der står udenpå etiketten, er rent faktisk det du får!"

Jeg er glad for at kunne anbefale Martin til andre".

Knud Nordentoft, Skoleleder
Søgårdsskolen, Gentofte

WORKS ONLINE

"Martin Kirkevang evner hvad ganske få mennesker gør..."

Han er særdeles nærværende i sin måde at performe på. Han får hele alle med, når han fortæller og guider dig gennem nyskabende, unikke og let håndgribelige teknikker inden for mindfulness, mentaltræning, selvudvikling, meditation og stresshåndtering.

Han får min bedste anbefaling!"

Jakob Flindt, Stifter & Adm. direktør
WorksOnline

BELOOP

Martin har en helt enestående livsforståelse, som gør at han kan hjælpe sine kunder med at finde nye potentialer i dem selv

og derigennem udvikle sig. Gennem en god sammenkædning af videnskabelige facts og en utrolig personlig indsigt, har Martin evnen til at gøre materialet nærværende, relevant og ikke mindst udviklende.

Martin har desuden, i sine mange kursusforløb, formået at give en række praktiske redskaber videre til deltagerne, som er særdeles brugbare i hverdagen i forbindelse med stresshåndtering og optimalt samarbejde.

Det er en fornøjelse at deltage på Martins kurser og at samarbejde med ham - seriøsitet, humor og livsglæde er passende nøgleord til hans virke.

Jesper Bundgaard, direktør, knowledge management
Reloop Danmark A/S

De gængse udfordringer i et forløb er

- 👁️ at i glemmer hvorfor i vil noget bedre
- 👁️ at teamet mister retningssansen og motivationen for at bruge metoderne
- 👁️ at have lyst til at stille jer tilfreds med, at tingene "da er nogenlunde ok nu"
- 👁️ at i gerne vil opleve forandring, men ofte er der meget arbejde og modgang
- 👁️ at den enkelte medarbejder ikke ønsker eller er klar til at 'gå all-in'
- 👁️ at tilliden til hinanden er svær at skabe og frygten for konflikter hersker

Det kan i starte med at gøre

- 👁️ Hold fast i håbet og vid, at selvmotivationen er det FØRSTE der glipper
- 👁️ Mind jer om, at ønsket om forandring ofte dækker over et uopfyldt behov
- 👁️ Begynd at give mere positiv feedback til hinanden når tingene går godt
- 👁️ Anerkend hinandens kompetencer og støt de andre til at få succes
- 👁️ Start hver især med at prioritere daglige opgaver og aktiviteter, som giver jer energi og som i ved gør jer glade at lave
- 👁️ Hold fokus i tankerne på de ting i gerne vil have og opnå, frem for at fokusere på det, der ikke fungerer

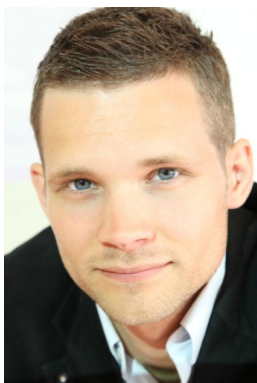
Det får i ud af det

- 👁️ I bliver mere rolige og har mere tillid til jer selv og hinandens evner
- 👁️ I vil føle at i har mere energi og overskud til dagens opgaver
- 👁️ I vil aktivt kunne skabe små åndehuller for jer selv i hverdagen
- 👁️ I vil blive bedre til at håndtere konflikter og forblive energineutrale
- 👁️ I vil finde større arbejdsglæde - fordi i giver jer selv lov til at være ærlige og dyrke et åbent miljø hvor der er ret til forskellighed

Som konsekvens heraf vil i opleve, at

- 👁️ I bliver bedre til at samarbejde
- 👁️ Positiviteten til daglig vil stige
- 👁️ Rummeligheden over for hinandens forskellighed øges
- 👁️ Større engagement og selvstændigt drive
- 👁️ Bedre fællesskabsfølelse og lyst til at tage ansvar for hele teamets og virksomhedens succes

Om Martin Kirkevang



Martin Kirkevang er en ildsjæl og innovator, der med sine skarpe budskaber og indlevende faglighed, reelt hjælper mennesker til at genfinde deres ressourcer og potentialer, så de derigennem kan brilliere; både privat og arbejdsmæssigt. Med sin viden og mangeårige erfaring, gør Martin en forskel for deltagerne på sine foredrag, kurser og individuelle udviklingsamtaler. Med spidskompetencer, som meditation, stresshåndtering og mentaltræning, videregiver han essensen af sin unikke tilgang til at vende hverdagens udfordringer til trivsel og succes.

Han anvender ofte eksempler fra den nyeste videnskabelige forskning, og med sin brede vifte af tætte samarbejdspartnere, alle betragtet som spidskompetencer indenfor dansk og internationalt erhvervsliv, har han skabt sig et solidt fagligt fundament for sit virke.

I erhvervslivet er Martin kendt for at skabe vedvarende resultater og hans professionelle virke har gjort ham til en velanset og bredt anvendt kursus- og foredragsholder i hele landet. Med Martin oplever man en autentisk, ærlig og professionel person, der formår at formidle sine budskaber på en inspirerende, humoristisk og indsigtsvækkende facon.

Grundstenene til hans virke er skabt gennem mere end 12 års personlige, dybdegående studier i selvudvikling og praktisk erfaring, inden for smertebehandling, kinesisk kampkunst, meditation, mellemlidelse, stresshåndtering, mentaltræning og personligt lederskab. Martin har haft egen praksis, som konsulent, siden 2003 og har sidenhen behandlet, coachet og undervist flere tusinde mennesker i menneskelig og faglig udvikling.

Som ingeniør har han arbejdet bredt med innovationsprocesser, idéudvikling og kreativ konstruktionsteknik. Han har blandt andet udviklet produktløsninger inden for servicefaget, medicinalbranchen og mobilindustrien. Martin har desuden adskillige års erfaring med pædagogisk arbejde. Misbrugere, kriminelle, unge med diagnoser, omsorgssvigt og miljøterapeutisk behandlingsarbejde har været et af omdrejningspunkterne for et repertoire af indsigt og målrettet arbejde med redskaber til menneskelig udvikling.

Læs mere på www.staytrue.dk

Her kan du bl.a. tilmelde dig Martins GRATIS e-bog "Jeg tør godt!", få god råd og inspiration via hans blogindlæg, læse mere om hans aktiviteter, samt se beskrivelsen af det åbne kursusforløb 'Styrk Dit Fundament'.

"Det vigtige er ikke hvad der har været, men hvordan du vælger at handle nu"

- Martin Kirkevang

**Book et gratis formøde
& hør mere om dine muligheder
+45 4040 6526 | martin@staytrue.dk**

Inspirerende foredrag

FORSIDE ÅBNE KURSER VIRKSOMHEDER MØD MIG ÆRLIGE INDSPARK GRATIS FOREDRAG GRATIS E-BOG KONTAKT

Start Her Interne kurser og workshops Foredrag



FOREDRAG 01

Find nøglen til succes og lev dine drømme

Skub gang i arbejdsglæden og motivationen med et opløftende indblik i de redskaber og mindset, der skal til, for at manifestere succes i livets gøremål.

Et gavnligt foredrag for alle, der gerne vil undgå at spilde dyrebar tid på bekymringer, negativitet og tristhed.

Læs mere



FOREDRAG 02

Det Gode Arbejdsliv

Mange føler de kæmper for at have overskud, energi og positive relationer. Tør du træffe de rette valg? Formår du at tackle besværlige personer? Vinde over den indre uro og tæmme tankemylderet? Få en personlig beretning om at vende underskud til overskud og lær hvordan du og dine kollegaer opnår sand arbejdsglæde!

Læs mere



FOREDRAG 03

Fra stress til trivsel

Stress og sygefravær eksisterer på de fleste arbejdspladser. Det koster dyrt på bundlinjen, og det skaber ekstra arbejde og stress hos kollegaerne. Hvad er sammenhængen og hvordan stopper vi tendensen og skaber reel vedvarende trivsel? Få svaret på dette foredrag.

Læs mere



FOREDRAG 04

Nærvær gennem Indsigt

Lær et fantastisk redskab til lynhurtigt at skabe den ro, der skal til, for at navigere i en hektisk hverdag. Lær at tæmme tankemylderet, komme tilstede midt i travlheden og opdag hvad du som individ og kollega kan gøre for at undgå stress og indre uro.

Læs mere



FOREDRAG 05

Boost din karriere

Hvad nytter det at forberede sig til perfektion? Eller have et ønske om at gøre det godt på jobbet? – når nervositeten alligevel tager over, selvtilliden svigter, eller du virker uengageret i dine opgaver? Lær at skabe fuld balance mellem tanker og handlinger og nå dine mål!

Læs mere



FOREDRAG 06

Energi & personlig power

Nogle mennesker har det – andre har ikke...Lær et effektivt program til fornyet energi, øget robusthed og gennemslagskraft. Undgå at blive udtrættet og bukke under for hverdagens pres. Få en anderledes indsigt i dine uudnyttede ressourcer – og lær at (gen)aktivere dem!

Læs mere

INSPIRERENDE FOREDRAG, DER GØR EN FORSKEL !



Andre siger

"Gennem et energisk foredrag i Powerjobsøgerne, sidder over 50 mennesker med overskud, energi, glæde og fornyet tillid til at både job og arbejdsliv ligger lige for fødderne af os. Den evne Martin har til at formidle og hans indsigt i at skabe psykisk robusthed, styrke samarbejde og livsglæden, er vi så heldige at have fået indblik i. Tak Martin."

Gitte Daurehøj
Projektleder

Powerjobsøgerne

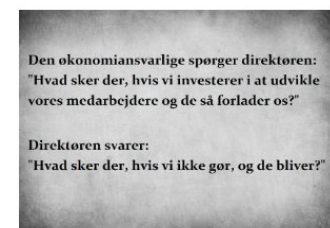
BOOK ET SKRÆDDERSYET VIRKSOMHEDSFORLØB



Ønsker du – ligesom Søgaardsskolen – at dine medarbejdere er fyldt med overskud, gode til at håndtere konflikter og ikke mindst kommer glade på arbejde?

Download folder og få 10% rabat (.pdf fil)

Eller læs beskrivelse af kurser og workshops



Læs mere om foredragene på <http://www.staytrue.dk/virksomheder/foredrag-erhverv/>

Produkter af Martin Kirkevang

For at skabe bedst mulige forudsætninger for at skabe personligt ejerskab og selvledelse, har jeg indtalt tre forskellige Mindfulness meditations CD'er. De er specifikt designet til at understøtte det indre lederskab og skabe ro, mindre stress og tæmning af tankerne. CD'en "Indre Ro & Balance" har jeg gjort frit tilgængelig på:

<https://soundcloud.com/martinkirkevang/sets/indre-ro-balance>



Denne CD er spækket med effektive meditationer, der hver især påvirker måden vi anskuer vores dagligdag, faglighed, tanker og følelser på.

Lytteren introduceres til Mindfulness, som begreb og praksis og indføres i de positive og gavnlige effekter, som meditation har på krop og sind.

Den er særligt god til dig, der ønsker at blive mere mentalt og følelsesmæssigt stærk og gerne vil være mere effektiv, have mere overblik, tænke klarere og træffe bedre beslutninger, både privat og på jobbet.



Denne CD er særligt designet til brug under et 8 ugers træningsforløb i Mindfulness meditation.

CD'en indeholder den formelle praksis af meditation, ved min guidning i øvelsestypen, der hedder Body Scan, eller en såkaldt kropsscanning på dansk. Øvelserne er på hhv. 10, 20, og 40 minutter og kan nemt implementeres i en travl hverdag, hvor tid kan synes at være en knap ressource.

Den bruges som støtte til at træne koncentrationen, holde fokus, øge kreativiteten, samt opøve evnen til at være i nuet.



Denne CD er specielt skræddersyet til at lære at håndtere bekymringer, frustrationer, tanker om fortid og fremtid, samt at opøve evnen til at tæmme tankerne. Ønsker lytteren, at integrere en simpel og virksom meditationsteknik i hverdagen, som kan bruges i alle situationer, så er her en teknik, som effektivt indlejrer ny modstandskraft i kroppen.

Gennem vejtrækningen og en accepterende, samt ikke-dømmende holdning til sin egen stress, kan der opnås mere velvære og handlekraft.

GRATIS E-BOG

Jeg har lavet en GRATIS e-bog med titlen:

"JEG TØR GODT!" - Lær at stå ved den du er (Helt uden at miste fatningen)

Den er til dig, som gerne vil fra A til B...det er en fuldstændig guide med masser af øvelser, instruktioner i teknikker og gode råd undervejs.

Du træner at bryde vaner, bruge dit indre kompas, håndtere nervesystemet, tæmme tankerne, håndtere reaktive følelser, samt at indlejre dine ønsker for dig selv - helt praktisk - i din hverdag.

Den kan downloades her: <http://www.staytrue.dk/jeg-toer-godt-gratis-ebog/>



“Det har været en spændende rejse, at blive guidet gennem de metoder, som Martin har introduceret. Gennem helt konkrete øvelser, har jeg fundet frem til en følelse af, at jeg nu kan stole på mine egne fornemmelser for, hvad der er godt for mig.”

Lykke Kjær, Ergo- & psykoterapeut

Uddrag fra bogen...



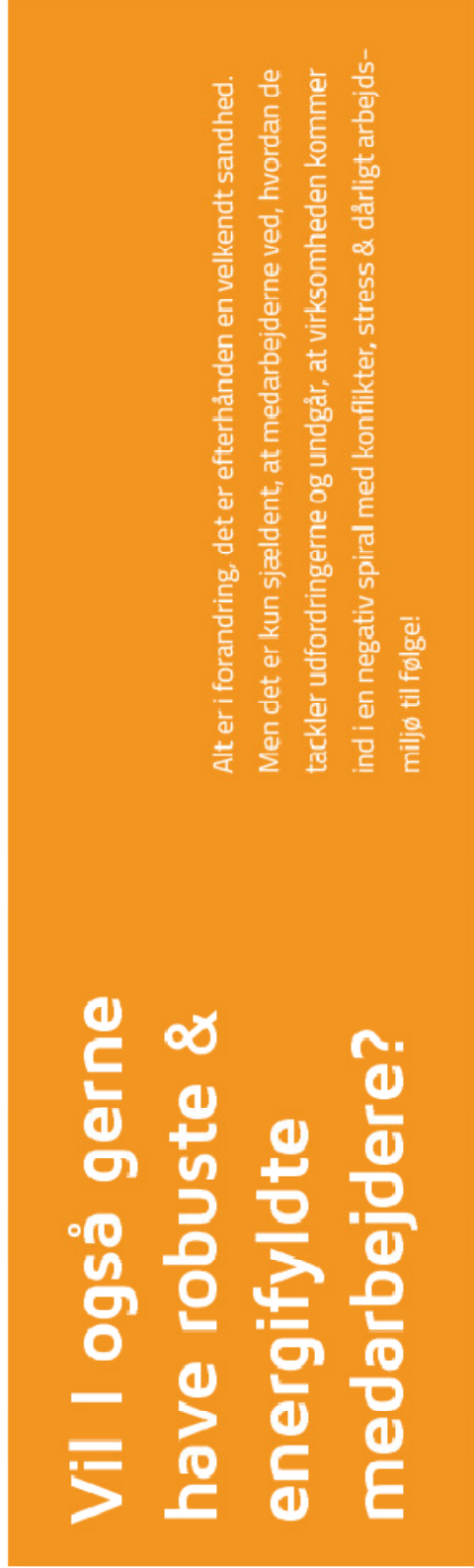
Det svarer også til, at du er på toilettet. I starten kan du godt dufte en helt særlig og knap så rar aromæ, men efter et kort stykke tid er det ligesom om, at lugten forsvinder?...pist væk...du ved vist hvad jeg mener...



Underbevidstheden og følelserne kan altså styres...og hvis du kan tæmme og guide din underbevidsthed, som er den der styrer os dagligt, så kan du også guide dit liv lige præcis derhen hvor du gerne vil !

430.000

danskere (= 10-12 %) har symptomer på alvorlig stress hver dag. Kontakt mig og hør, hvordan dine medarbejdere undgår at blive en af dem.



Vil I også gerne have robuste & energifyldte medarbejdere?

Alt er i forandring, det er efterhånden en velkendt sandhed. Men det er kun sjældent, at medarbejderne ved, hvordan de tackler udfordringerne og undgår, at virksomheden kommer ind i en negativ spiral med konflikter, stress & dårligt arbejdsmiljø til følge!



Book et skræddersyet udviklingsforløb

Med mere end 12 års hands-on erfaring har jeg samlet essensen af "best-practise", der reelt virker, når du gerne vil opnå positive resultater. Gennem oplæg, workshops & individuelle udviklings-samtaler, guider jeg teams og afdelinger fra udfordring til læring og fra underskud til overskud!

Book et samlet forløb & få 10% rabat

- Og få samtidig GRATIS ledersparring under hele processen.

Ring på 40 40 65 26 idag og book jeres udviklingsforløb.

Derfor betaler det sig

- 1** I bliver bedre til at håndtere konflikter og tackle besværlige personer - uden at miste fatningen og lade følelserne styre teamet
- 2** I får mere energi, øger jeres psykiske robusthed og lærer at genfinde både overskuddet, motivationen og arbejdsglæden
- 3** I undgår at glemme jer selv midt i travlheden og vil formå at stoppe op og vende alt det negative til positiv fremdrift
- 4** I vil blive bedre til at kommunikere, genfinde engagementet og opnå endnu større personlig og teammæssig balance

"Martins udviklingsforløb har givet større bevidsthed om egne ressourcer. Vi oplever mere energi, overblik & øget robusthed ifht. de mange arbejdsopgaver.

Martin har kompetent mødt os med åbenhed og nysgerrighed. Han er ærlig og ligeferm - "det der står udenpå etiketten, er rent faktisk det du får!" Jeg er glad for at kunne anbefale Martin til andre."

- Knud Nordentoft, Skoleleder,
Søgårdsskolen Gentofte

”

KONTAKT MIG

Martin Kirkevang

☎ 40 40 65 26

✉ martin@staytrue.dk

🌐 staytrue.dk



STAY TRUE

Indsigt der forandrer

Interesseret i mere?

'Det Resultatskabende team' 5 Trin til det Optimale Samarbejde



Book et gratis formøde

+45 4040 6526 | martin@staytrue.dk



www.staytrue.dk