



Trivsel og arbejdsglæde

- også under uperfekte vilkår

ved Mikael Kamber, journalist og forfatter







Hvad vil du gerne huskes for?
Hvad er en af de største
succesoplevelser, du har haft?

kamber.dk

Spørgsmål der ikke haster

Hvad er et af højdepunkterne
i din karriere?
På hvilket område er du inde i
en positiv udvikling?

Hvilke karaktertræk sætter
du meget pris på?

Hvad gør du ofte, som er
meningsfuldt for dig?

Hvad interesserer
dig rigtig meget?

Hvilket resultat
at?

Negativitetstendensen



Negativitetstendensen

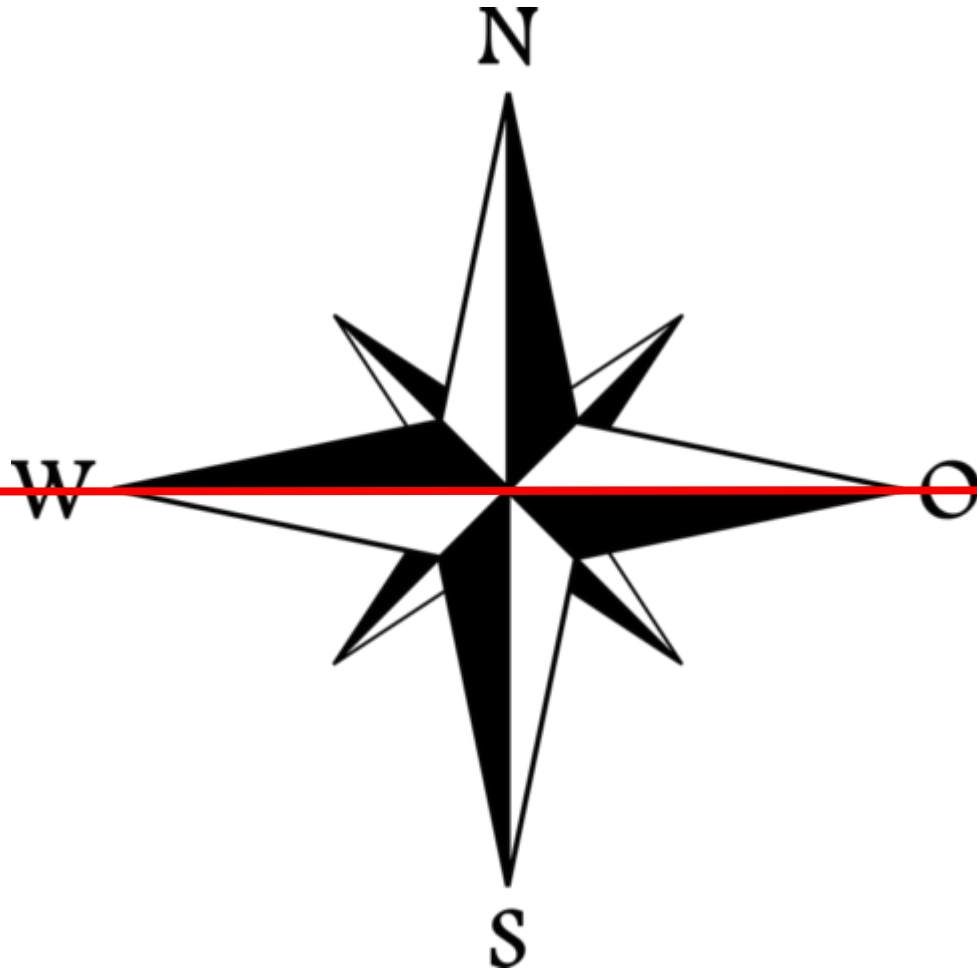


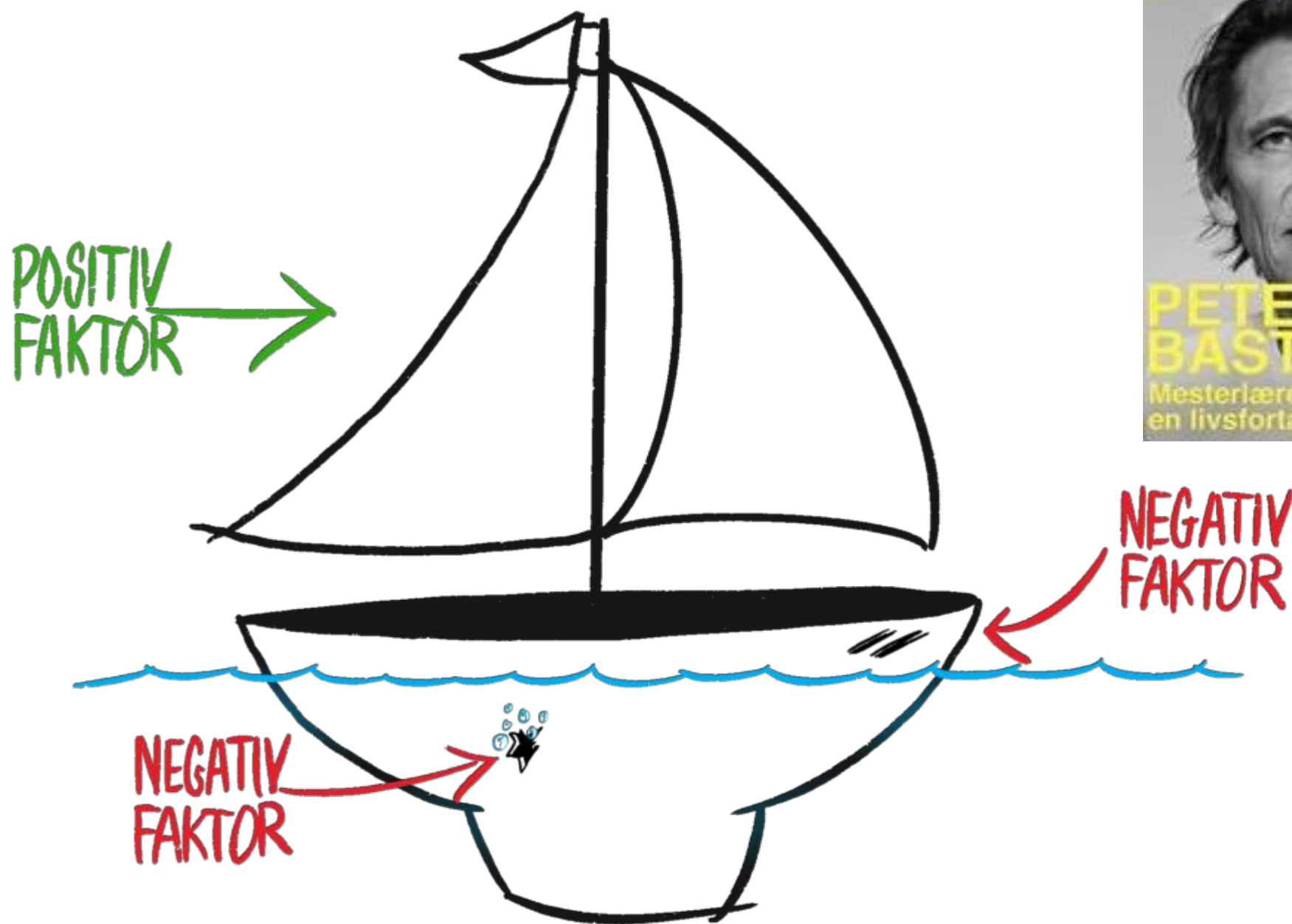
**”Hvis vi ikke gør
noget aktivt for at få
det godt, får vi det
automatisk skidt.”**

Hans Henrik Knoop

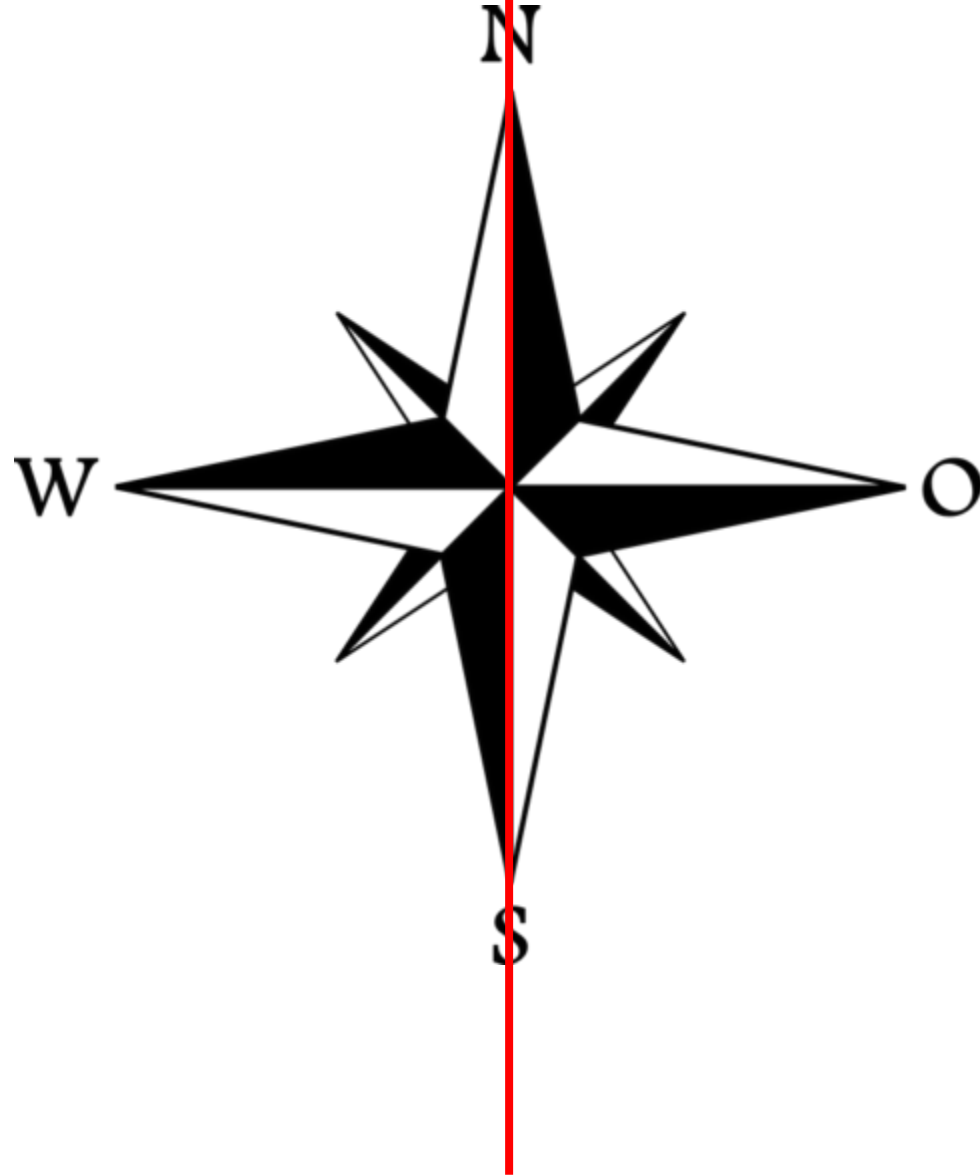


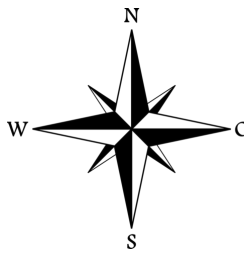
Livsnavigation





Kontrol





SINDSROBØNNEN

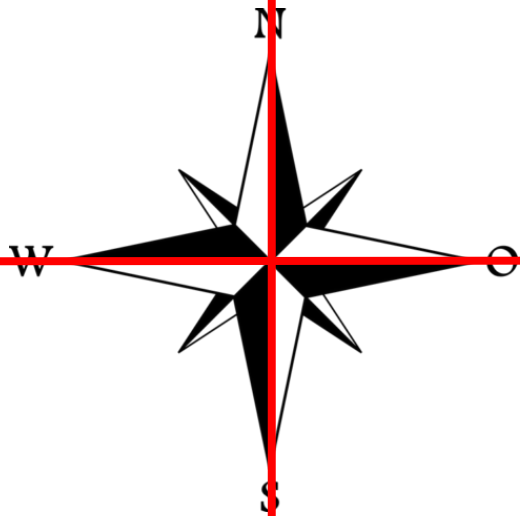
GIV MIG SINDSRØD TIL AT ACCEPTERE
DE TING, JEG IKKE KAN ÆNDRE.
MOD TIL AT ÆNDRE DE TING, JEG KAN.
OG VISDOM TIL AT SE FORSKELLEN.



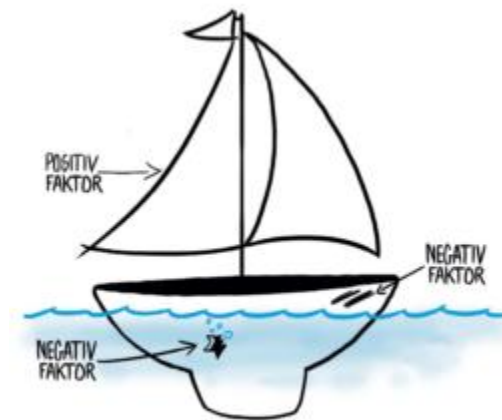
Kontrol

SINDSROBØNNEN

GIV MIG SINDSRO TIL AT ACCEPTERE
DE TING, JEG IKKE KAN ÆNDRE.
MOD TIL AT ÆNDRE DE TING, JEG KAN.
OG VISDOM TIL AT SE FORSKELLEN.



Vigtighed

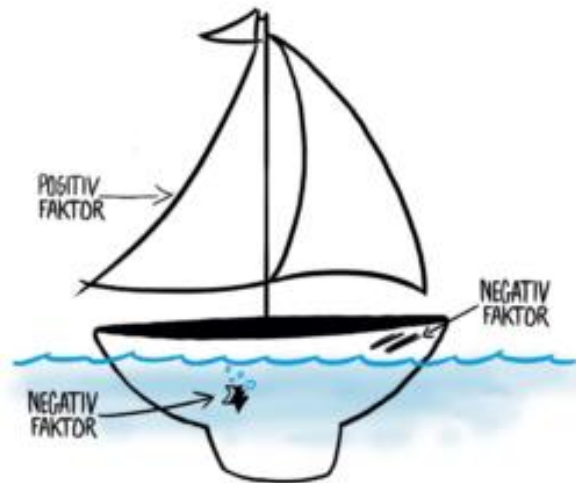




Reflektion:

**Hvordan kan jeg skabe mere
plads til ro og klarhed
i min hverdag?**

OVERBLIK



SINDSROBØNNEN

GIV MIG SINDSRO TIL AT ACCEPTERE
DE TING, JEG IKKE KAN ÆNDRE.
MOD TIL AT ÆNDRE DE TING, JEG KAN.
OG VISDOM TIL AT SE FORSKELLEN.



HVIS DU VIL **VIDERE**



kamber.dk - mikael@kamber.dk - 30100102