

VÄRDERINGSBYRÅN

Verktyget hjälper oss att förstå hur hjärnan sorterar våra erfarenheter som skapar våra värderingar.

Om vi gör oss medvetna om vilka värderingar vi har och varifrån de kommer, så har vi större möjlighet att påverka vem vi vill vara och hur vi agerar/reagerar i olika situationer.



SKATTKISTAN

Verktøget hjälper oss att sortera ut vad vi kan påverka och vad vi inte kan påverka.

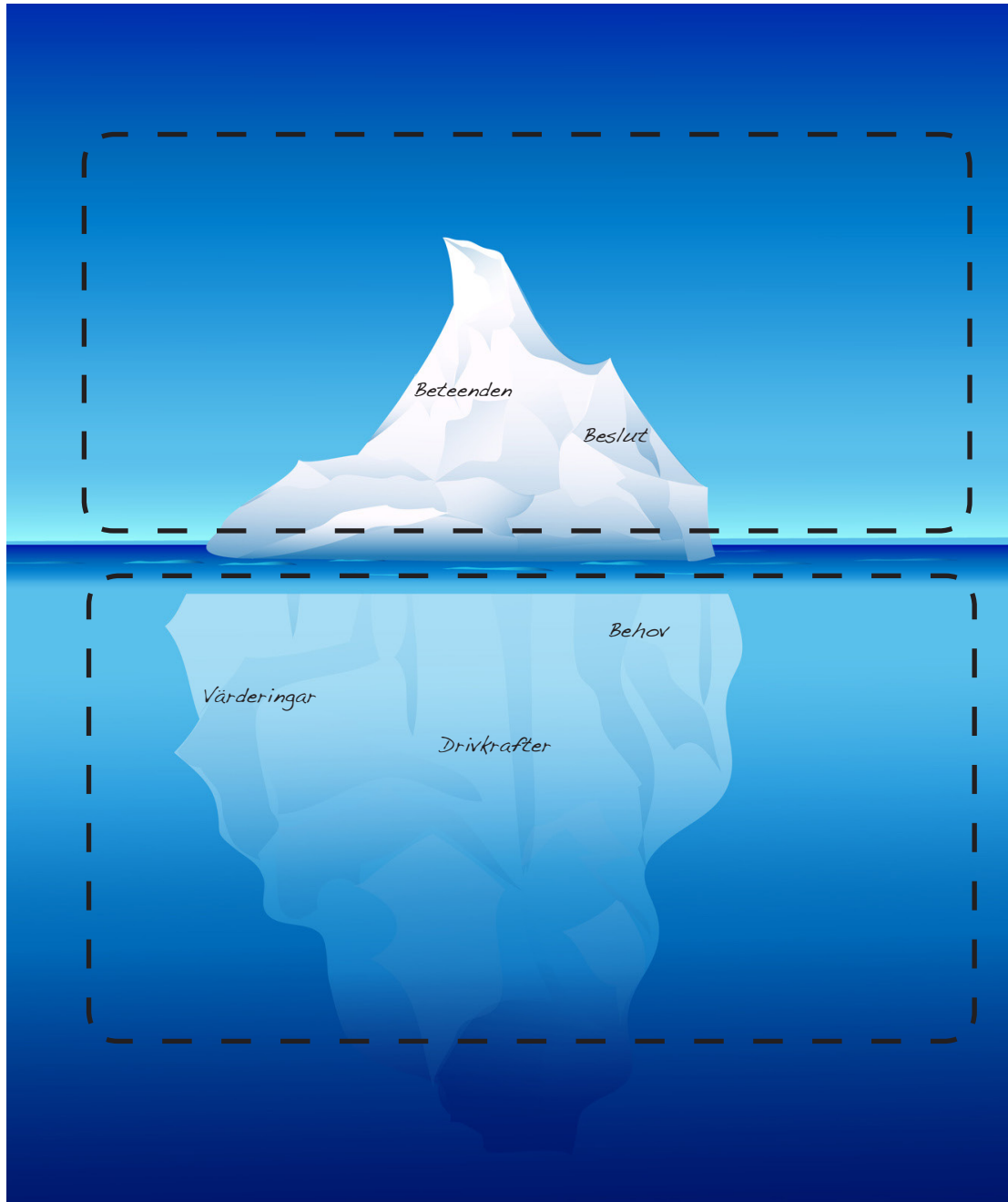
Vad ska jag lägga mitt fokus och min energi på?



ISBERGET

Verktyget hjälper oss att "se under ytan".

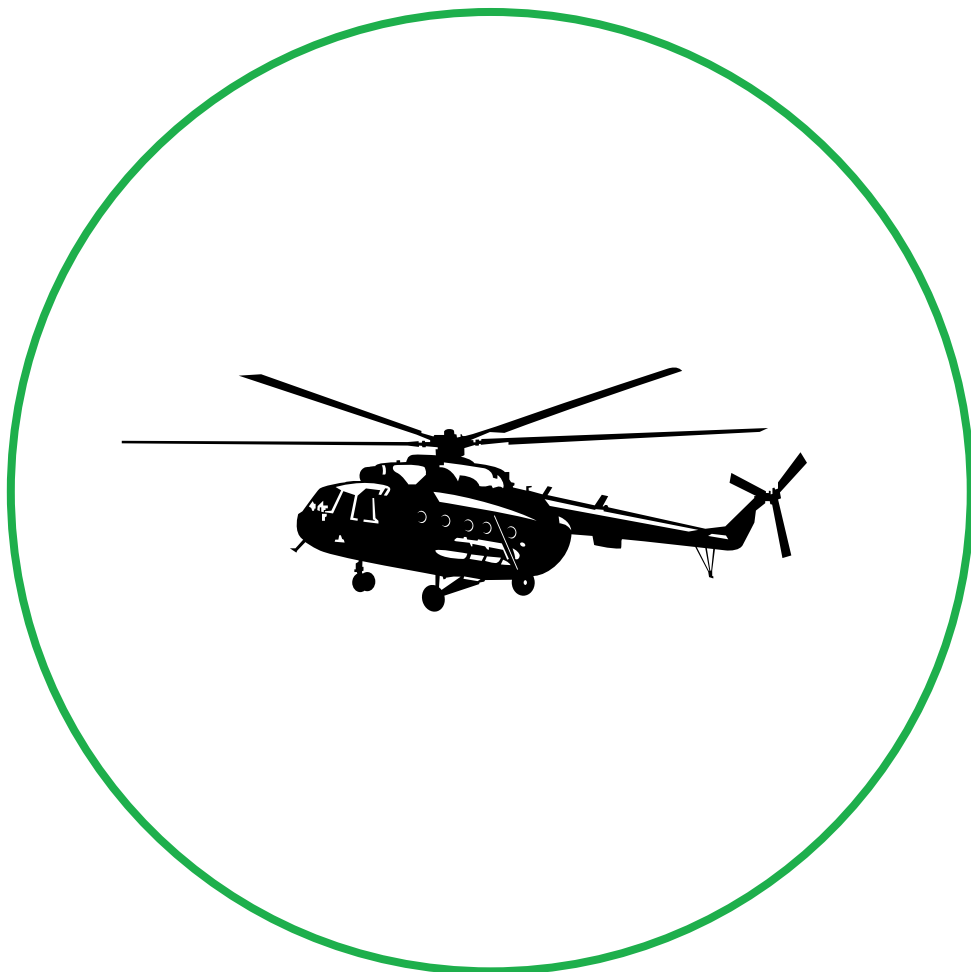
Varför gör vi som vi gör?



HELIKOPTERPERSPEKTIVET

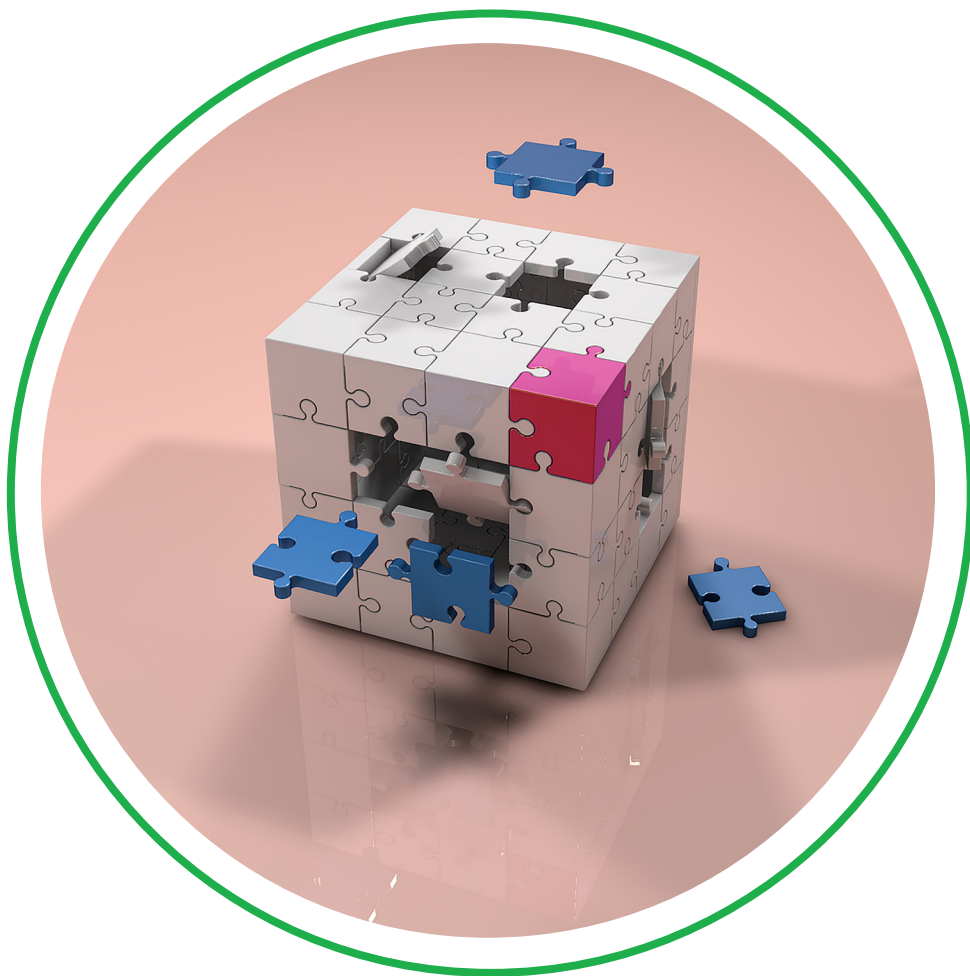
Verktyget hjälper oss att se på en situation
utifrån, från ett annat perspektiv.

När vi stannar upp och reflekterar
ser vi ofta flera lösningar.



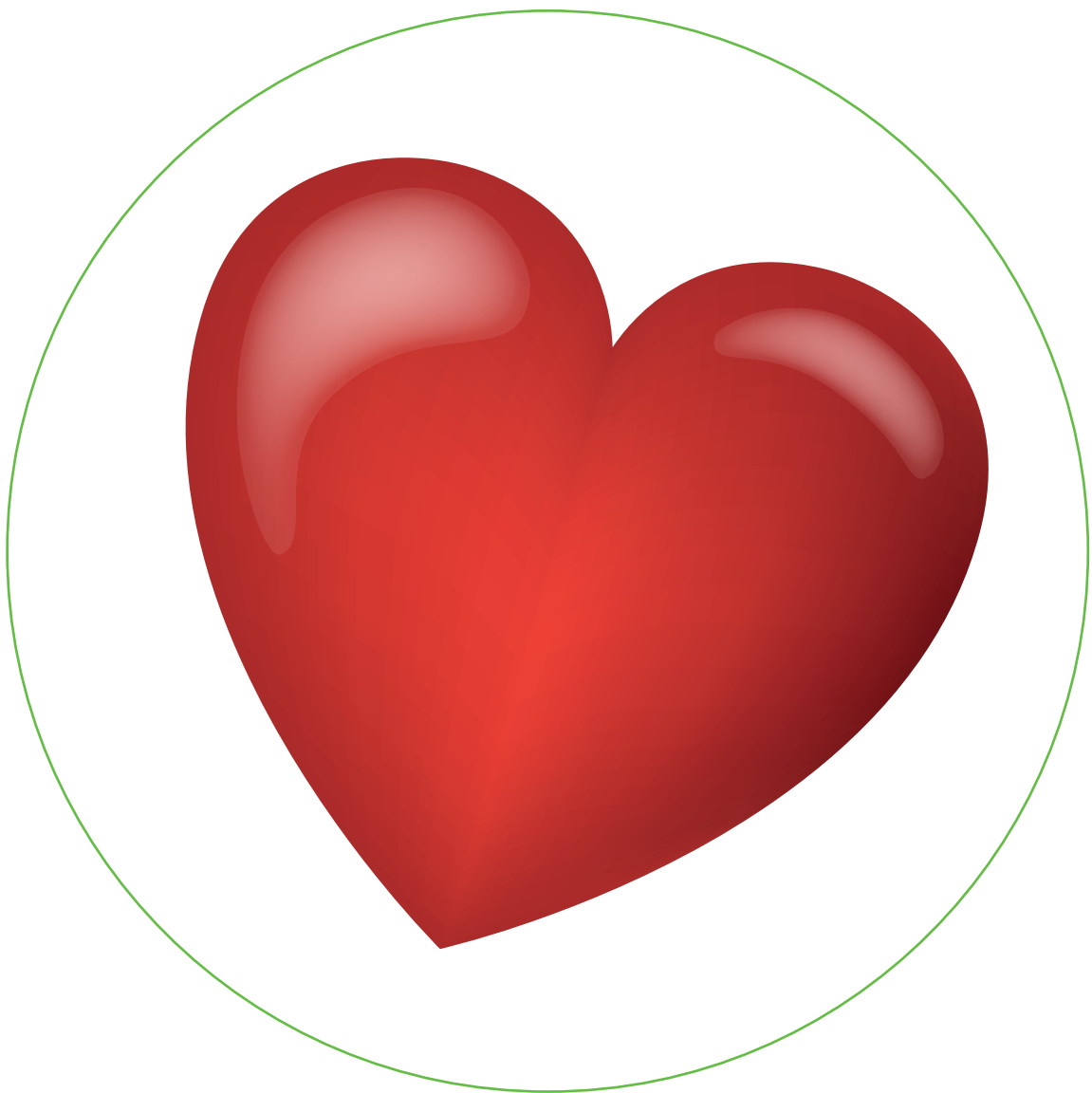
LIVSPUSSLET

Verktyget lär oss att förstå vikten av att ha
drömmar för olika områden i livet
och att hitta en balans i vår vardag.



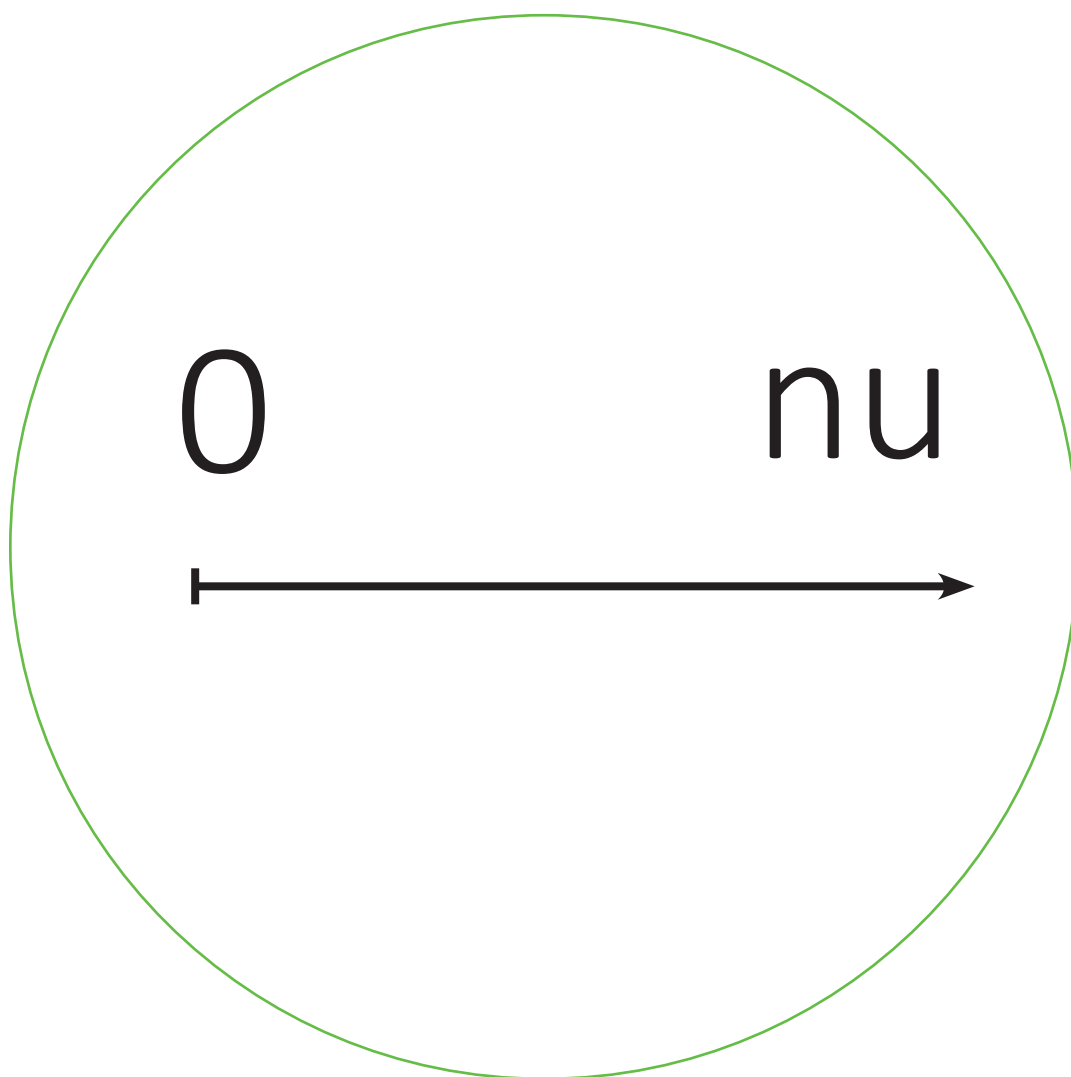
UPPSKATTNING

Verktuget påminner oss om vikten av att
få och ge uppskattning,
både vad gäller
självkänsla och självförtroende



TIDSLINJEN

Verktyget hjälper oss att se och lära
av tidigare erfarenheter
och att använda den erfarenheten i nya situationer.



VÄRDERINGSLINJEN

Verktyget hjälper oss när vi ska ta beslut
genom att vi kan sortera
vad som stämmer minst eller mest.

