

Tips, råd og inspiration - der sætter sine spor



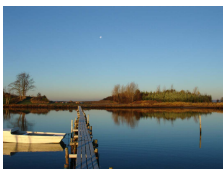
Downloads

www.wolfway.biz

2010

WolfWay Full Circle

For dig, som har prøvet



det hele og godt vil en tand videre og lære dig selv at kende, finde den indre "kilde", "roen" og "overblik" i forhold til de daglige udfordringer. Vi kan tilbyde et særdeles holistisk udviklingsprogram, som

består af tre dele, sammenlagt 13 dage til en pris af kr. 72.000. Skabelonen til programmet er en 360 graders tilgang tilført arbejdsprincipperne og værdisættet fra nogle af de mest succesfulde rovdyr og militære enheder, nemlig ulven og Jægerkorpsen. Programmet rummer også værktøjer til en effektiv og operationel beslutningsproces og implementering. Outdoor delen finder sted på Island eller i Danmark

Agile seminarer

Strategiudvikling og problemknusning! Samarbejde og kommunikation er hovedingrediensen i enhver virksomhed, der ønsker at



udnytte det samlede potentiale. Nøglen er træning og forståelse.

Projektledelse

Clean Cut et projektlederkursus af tre dages varighed med fokus på ledelsesdelen af et projekt og i mindre grad den fagspecifikke del. Programmet henvender sig til alle som arbejder med projekter, men er specielt velegnet til ledere, nøglepersoner og medarbejdere med et særligt ansvar. Formålet er at "skærpe savnen" hos projektledere eller kommende projektledere.

Team

Sea-Wolf er et udviklingsprogram for dig og dit team, der ønsker overblik, motivation til at løse en vigtig opgave eller udfordringer mere effektivt ved at udarbejde et proaktivt mål for jeres udvikling – og nå det. Hvad enten det er på jobbet eller i sportsligt sammenhæng.



Canadian Mountain Quest

Refleksion og fordybelse er vanskelig i vores travle og



driftsorienterede hverdag. Riv stikket ud og tag til Canada. Oplev stilhed og storhed og få svar på de store spørgsmål.

"Lær at sige nej?"

Lær at sige nej!

Hvor mange gange har du sagt ja til noget, som du egentlig ikke havde lyst til? Det kan have været på arbejde, overfor vennerne eller måske endda i dit forhold. Alt, hvad du skulle, var blot at sige nej, men det lille ord ville ikke indfinde sig. Så du endte med at gøre det o bagefter fortryde det. Nogen gange sker der det, at man endda føler, man er nødt til at komme med gode argumenter for at sige nej, selvom den egentlige grund blot er, at man ikke har lyst til at gøre det.

Tjek: ja eller nej?

En metode, man kan benytte sig af, inden man skal sige ja eller nej til nogen eller noget, er at spørge sig selv, hvad der føles rigtigt. Støt dig selv i at gøre, hvad der føles som det rigtige for dig, og hvis du har lyst til at sige nej, så prøv at give udtryk for dette nej.

Hav det sjovt med det

At sige nej behøver ikke at være det samme som at være alvorlig eller måske endda vred. Prøv at finde på sjove formuleringer og alternative måder at sige nej på. "Nej, det bliver først, når der er to torsdage i en uge" osv., find på bedre forslag. På den måde bliver det at sige nej ikke til noget negativt, alvorligt og farligt.



Lav en liste

Prøv at lave en liste med de felter og personer i din tilværelse, hvor du har sværest ved at sige nej. Hvilke områder skaber problemer? En måde at sige fra over for andre kan være: "Jeg har sagt ja, når jeg har ment nej. Derefter fortryder jeg, og sådan vil jeg ikke have det. Jeg vil ikke fornærme dig/gøre dig ked af det, men jeg er nødt til at begynde at lytte til mig selv." Dermed viser du også folk at tingene fremover vil blive anderledes.

Spring ud i det

Hvad er det værste, der kan ske ved at sige nej? Det kan ske, at du mister nogle folk i dit liv, som er vant til, at du gør lige hvad de beder dig om. At leve autentisk kan virke hårdt, og nogle vil det skabe uønskede konsekvenser. Men hils konsekvenserne velkomne, det er det værd!