



Fredrik Sträng

Ditt Mount Everest

Fredrik Sträng är äventyraren, föreläsaren och dokumentärfilmaren som redan som sjuåring drömde om att klättra de högsta bergen i världen.

Nu gör han drömmarna till verklighet och i föreläsningen DITT MOUNT EVEREST berättar Fredrik om lärdomarna från de extrema utmaningar som hör till bergsbestigning och hur väl de kan appliceras i vilka situationer som helst där vi av olika skäl vill bestiga berg av andra slag. Ledord är teamwork, målmedvetenhet, att komma igen, attityd och vikten av mental styrka.

Målet med föreläsningen

- Målmedvetenhet
- Att komma igen efter ett misslyckande
- Vikten av mental styrka

Insikt - Coachande frågor

1. Vad är ditt "Mount Everest" på jobbet?
2. Inom vilka uppgifter har du mest behov av support från ditt team? Hur kan du utveckla just den delen av ert team work?
3. Hur tänker du kring att misslyckas?
4. Har du en idé om hur du hanterar misslyckanden?
5. Hur reagerar du när andra misslyckas?