

Foredrag av Cato Zahl Pedersen

"Begrensninger finnes kun i eget hode – mulighetene likeså "

Betraktninger fra sykesengen i 1973 til Sydpolen (94) og Everest (07) til hverdagsbruk.

Individuelle fokuseringer:

Det er jeg som bestemmer hva jeg vil få ut av mine situasjoner i livet.

Det er ikke alltid jeg bestemmer hva som hender, men jeg bestemmer hvordan jeg håndterer det som skjer.

Måten jeg gjør mine oppgaver på, vil påvirke sluttresultatet.

Vi blir ikke nødvendigvis gode i morgen, selv om vi er gode i dag.

Fokuser på det du har, mer enn på hva du mangler.

Denne utfordringen gjelder meg, den vil jeg gjøre noe med.

Å vite hva og hvordan du skal gjøre det, er det meste utgangspunktet for å klare oppgaven.

Bevissthet er å fokusere på det du skal, og så gjøre det.

Det meste er mulig, hvis du sier til deg selv:

"Jeg er god nok til å klare dette. Det kan muligens bli vanskelig, men ikke umulig."

Tenk enkelt. Gjør det enkelt.

Store mål og planer gjøres mer overkommelig ved å bryte dem ned til konkrete oppgaver.

Ta et skritt av gangen. Tenk det, og gjør det.

Negative tanker skaper begrensninger.

Positive tanker skaper muligheter.

Dem som lykkes er de som er på utkikk etter muligheter. Når de ikke ser noen, skaper de dem selv.

Still spørsmålet til ettertanke: "So far, so what?"

La "Impossible" bli til "I'm possible".

Det er meg det kommer an på. Løs på bardunene.

Team fokuseringer:

Følge spilleregler gir trygghet for god kommunikasjon i teamet.

Faglige kvaliteter og personlige egenskaper må sees i en helhet.

Samhandling er å gi hverandre gode "pasninger", og involvere hverandre i foredlingsprosessene.

Det er meg det kommer an på - også for å gjøre hverandre gode.

Kollektiv oppfordring til å uttrykke det mest positive som har skjedd siste dag, uke, måned...