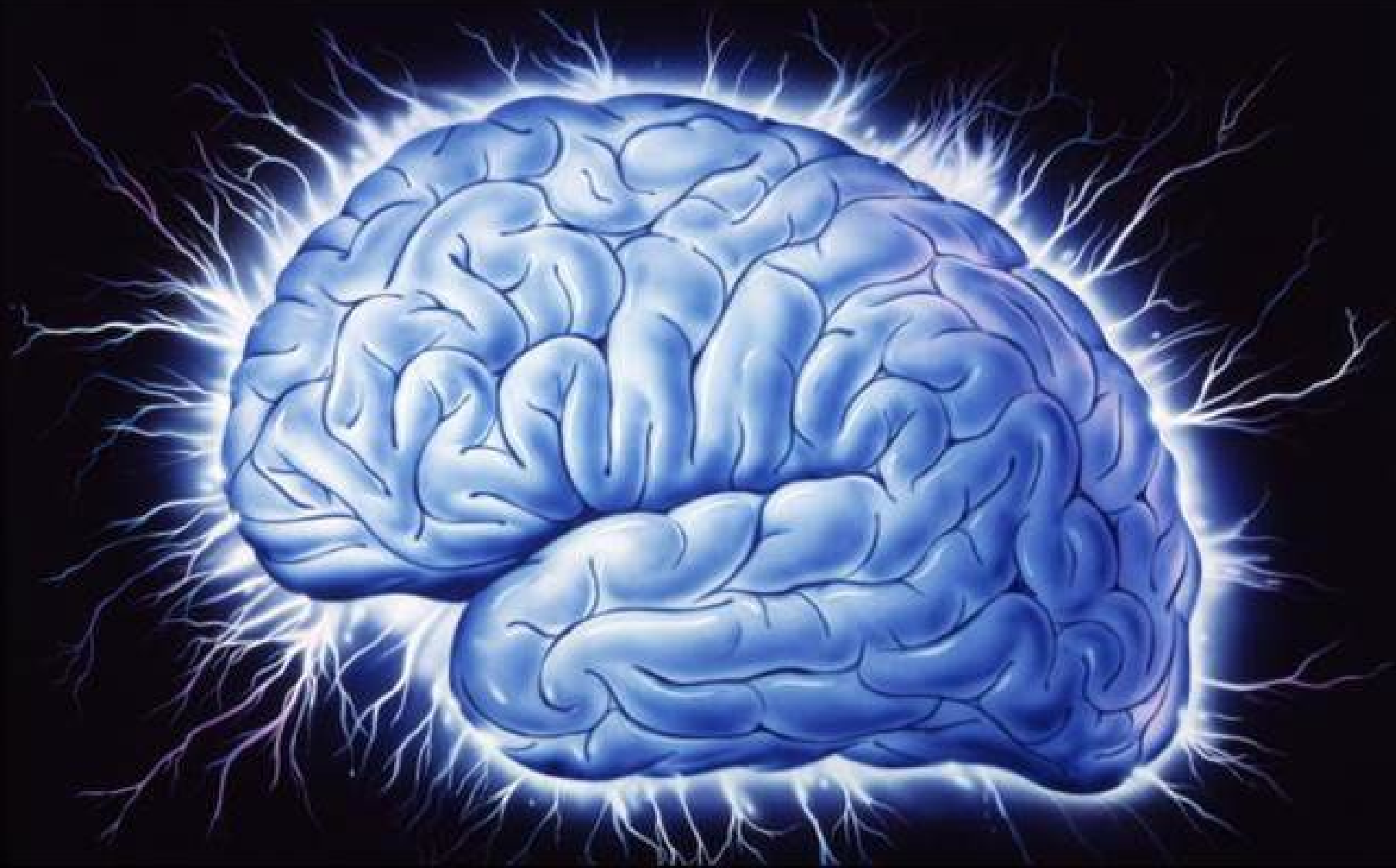


GABRIELLA WEJLID

HJÄRNAN PÅ JOBDET



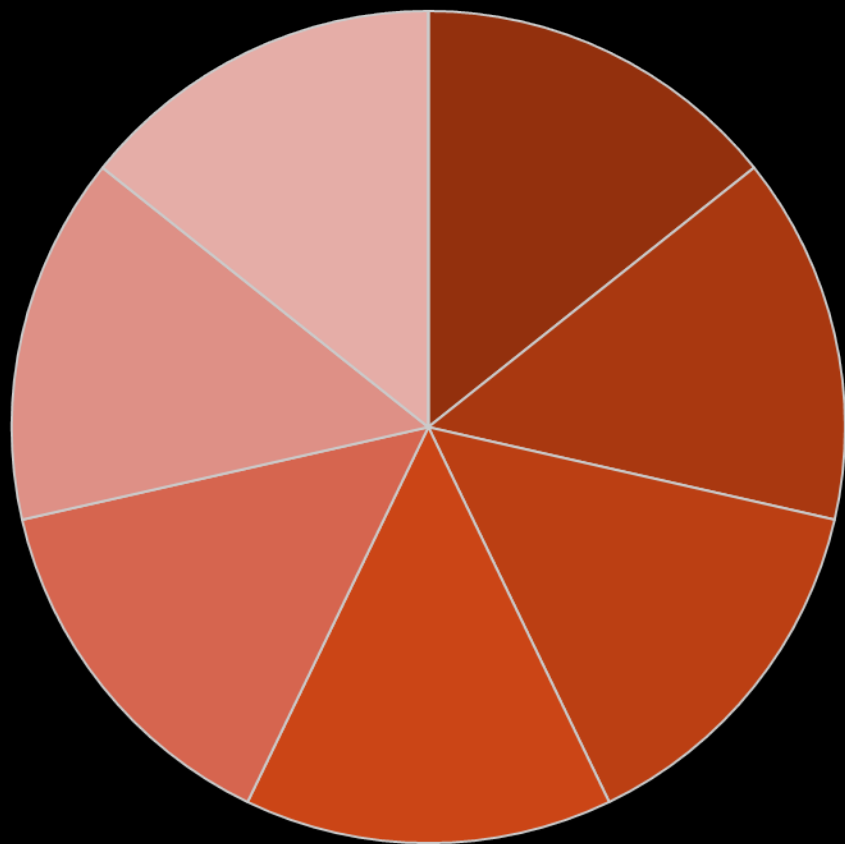


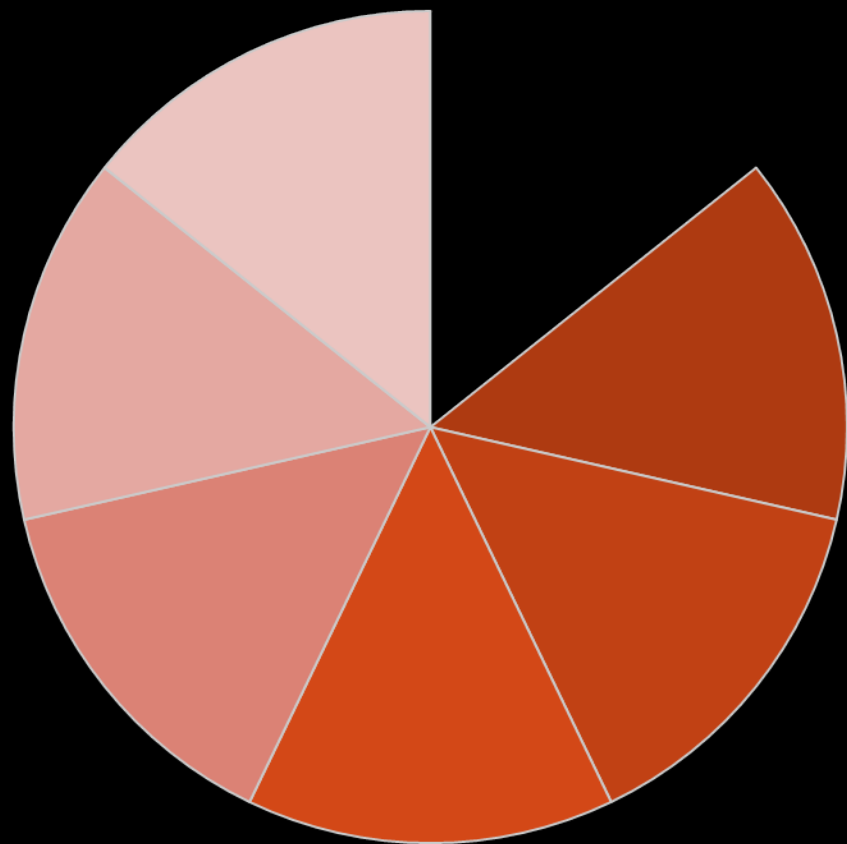


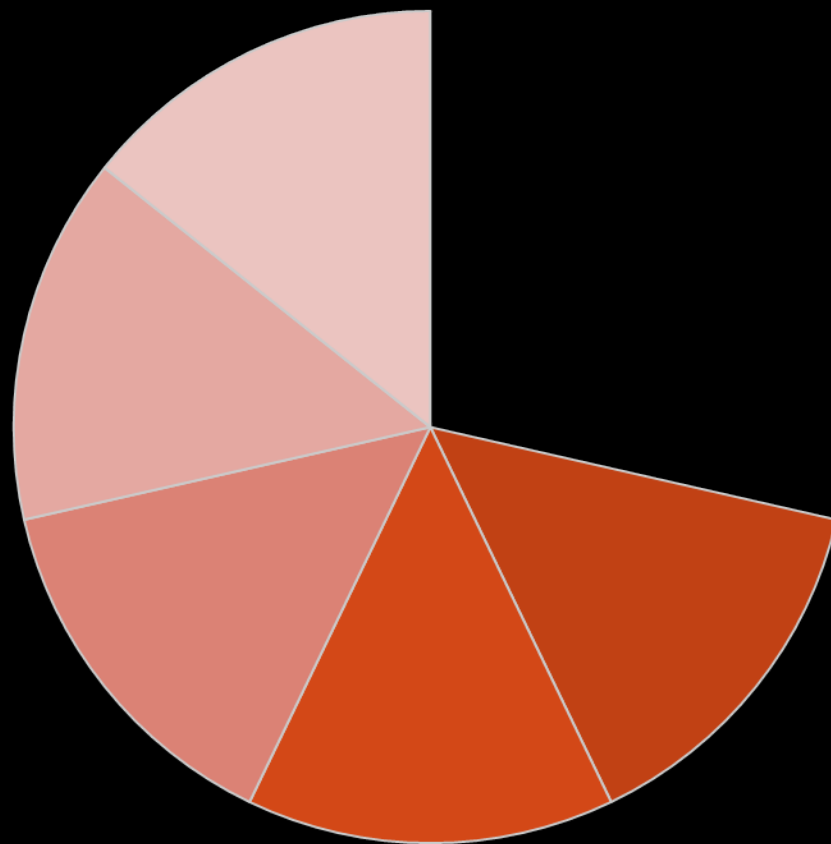
ARBETSMINNET

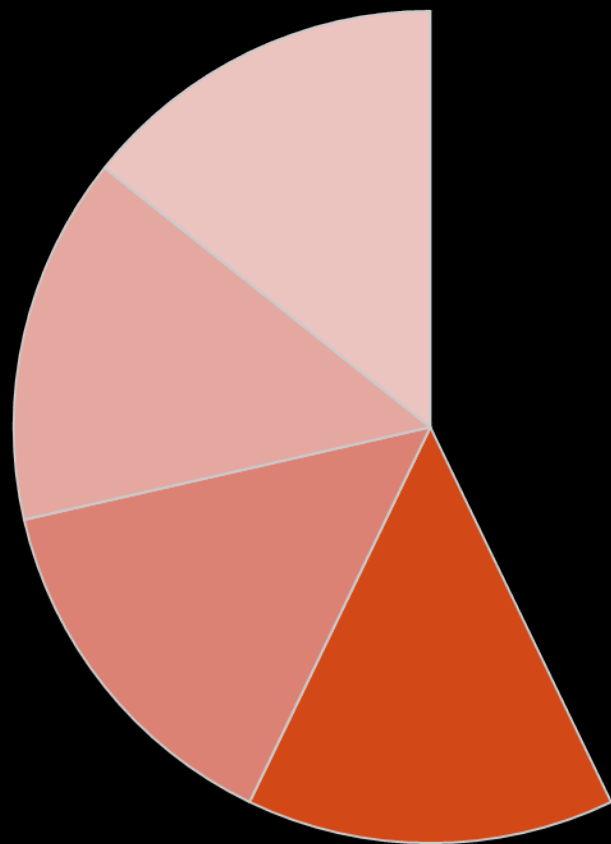


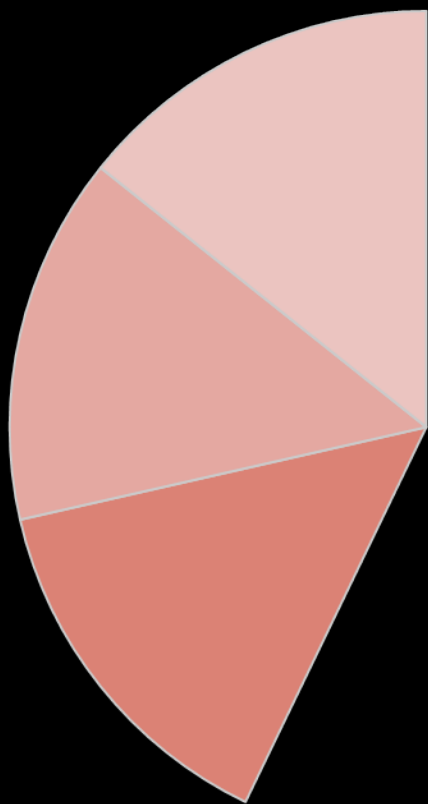
7

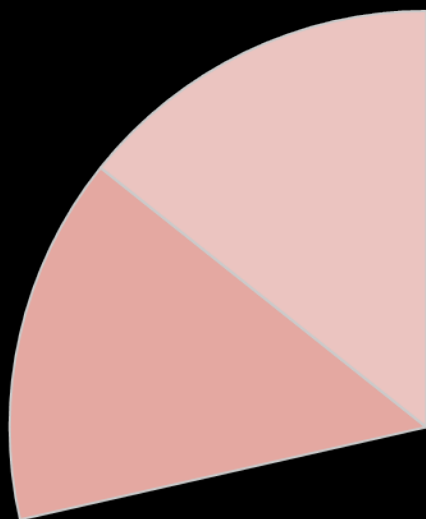












AVLASTAR ARBETSMINNET



PASSIV ÅTERHÄMTNING



AKTIV ÅTERHÄMTNING



DOPAMIN





Boka tid

Dela upp

KORTISOL





OXYTOCIN



SEROTONIN





INRE MOTIVATION

*“Nu ska jag
belöna mig själv
med att ringa ett
säljsamtal!”*



Kompetens & Självbestämmande



Gemenskap, tillhörighet & feedback



Utveckling, utmaning & kreativitet



Återhämtning & Pauser

Gabriella Wejlid



www.huvudsidan.se



Gabriella Wejlid



Gabriellawejlid