



E. Elisabet Lahti: Sisun 101^o arkeen, elämään, ja työhön

- Emilia Elisabet Lahti on positiivisen psykologian maisteri sekä tekniikan tohtori ja hänen väitöskirjansa (2022) käsittelee sisua ja elämänvoimaa. Hän on myös kirjailija, kouluttaja ja puhuja.
- Puhuessaan Elisabet pureutuu sisun lisäksi aihepiireihin kuten kehonälykyys, ihmisten välisestä yhteydestä syntyvä voima sekä ”pimeä sisu.”
- Aiheina ovat myös aivot ja pelko sekä miten auttaa oma mieli kohti menestystä ja vahvuutta arjen keskellä.
- Ajatusten aarteina ovat myös Elisabetin 2400 km juoksumatkalta Uuden Seelannin halki nostetut työkalut selviämiseen ääripaineen alla..
- www.sisulab.com & kirja: Gentle Power: A Revolution in How We Think, Lead and Succeed Using the Finnish Art of Sisu