

Kommunicera med hjärta och hjärna

- utbildning på 4 halvdagar



Gunilla Janmark Coaching

Vår förmåga att kommunicera lägger grunden för hur vi upplever våra liv. Lär vi oss att uttrycka oss tydligt minskar risken för missförstånd. Samtidigt finns ofta en rädsla att vi kan såra någon.

Vill du få mod och verktyg att uttrycka dig utan rädsla att såra? Vill du undvika ilska och förtvivlan i stressade situationer? Välkommen till en utbildning i syfte att förbättra din kommunikation.

Mål

Att erbjuda handledning och metoder för ökad förståelse och respekt för kommunikation, så att djupare relationer och bättre kontakt med andra kan skapas.

Målgrupp

Kursen vänder sig till chefer, HR-personal, projektledare och säljare – du som är i behov av att både lyssna och kommunicera för att arbetet ska fungera bra.

Syfte och innehåll

Vi kommer tillsammans samla erfarenheter och bygga kunskap. Vi går igenom:

- Grunder i kommunikation
- Utmaningar i kommunikation
- Den goda kommunikatören
- Lyssnandets konst
- Att ge och ta feedback
- Empati och medkänsla
- Att hantera svåra budskap

Upplägg

Vi kommer att träna praktiskt med utgångspunkt i Nonviolent communication, ett förhållningssätt som syftar till att skapa kontakt människor emellan.

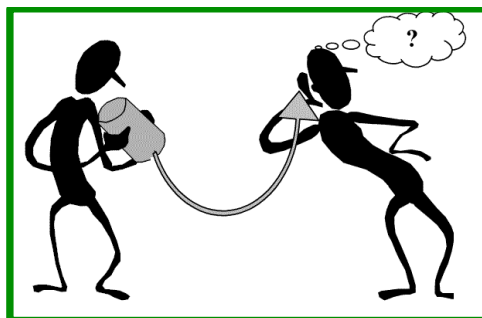
Varje träff omfattar en teoridel med tillämpning och en fördjupande övning inom kommunikation.

Dokumentation

Dokumentation görs efter varje tillfälle eller vid kursavslutet.

Garanti

Utbildningen syftar till att förmedla ett förhållningssätt som ska stödja oss att skapa rakare och tydligare kommunikation och djupa relationer människor emellan. Om du inte upplever att kursen uppfyller dina förväntningar kontakta mig så att jag kan se hur jag kan uppfylla dina behov.



Tar mottagaren emot samma budskap som sändaren skickade?

Kontakt

Gunilla Janmark Veldhuis,
Gunilla Janmark Coaching
Trädgårdsgatan 11, Uppsala
018-350 777
0739-469 529

gunilla@gunillajanmarkcoaching.se
www.gunillajanmarkcoaching.se