

Lyssnadets konst

- en dags workshop



Gunilla Janmark Coaching

För att vi ska lyckas i våra möten krävs det att vi kan lyssna. Att kunna lyssna på ett öppet sätt ökar möjligheten för att vi ska nå fram och skapa kontakt med den andra parten. Det öppnar upp för att vi ska förstå och respektera andra liksom att vi ska bli förstådda och respekterade i sin tur.

Men de flesta har varken kunskap, förståelse eller är tränade på att lyssna. Lyssnandet är en konst som fallit i glömska. Nu är det dags att lyfta fram konsten att lyssna.

Bakgrund

I de flesta möten vill vi att den andra parten förstår oss på sätt som gynnar båda parter. Men hur kan vi agera för att bidra till att våra möten verkligen blir möten av det slag vi vill?

Syfte och innehåll

Utbildningen syftar till att öppna dörrarna till lyssnandets konst.

- Olika sätt att lyssna – konsekvenser.
- Hur bidrar mitt lyssnande till en bättre kontakt?
- Den inre dialogen
- Den yttre dialogen
- Att ta emot svåra budskap
- Hur hindrar mitt lyssnande kontakt?
- Hur kan mitt lyssnande bidra till kontakt

Praktiskt

Under en heldag jobbar vi interaktivt med metoden se – pröva – lär, ett sätt som gör att teori och kunskap snabbt omsätts till erfarenhet. Därefter återstår träning för var och en.

Dokumentation

Utbildningen omfattar både teoretiska och praktiska moment och gruppen kommer kontinuerligt att bidra till lärandet med sina erfarenheter, tankar och reflektioner. Allt dokumenteras efter kursen så att du kan gå tillbaka till de moment där du vill fördjupa dig ytterligare.

Garanti

Utbildningen läggs upp och genomförs utifrån deltagarnas behov. Skulle den av någon anledning inte landa rätt hos dig vill jag att du kontaktar mig så att vi kan se vad du saknade, så att jag kan bidra till att du känner dig nöjd.



Lär vi oss inte att lyssna kan vi bli överkörda – antingen av oss själva och konsekvensen av vårt agerande eller av andra.

Kontakt

Gunilla Janmark Veldhuis,
Gunilla Janmark Coaching
Trädgårdsgatan 11, Uppsala
018-350 777
0739-469 529
gunilla@gunillajanmarkcoaching.se
www.gunillajanmarkcoaching.se