

Girafsprøeg / Ikke voldelig kommunikation (modul 2)

Har samtalen fået sværere vilkår i dag? Vi står ofte i situationer, hvor vi ikke får sagt tingene, helt som vi gerne ville. Misforståelser vokser til konflikter, møder ender ud i magtkampe og himmelvendte øjne, og "dårlig stemning" i kollegagruppen. Det kan tyde på, at vi må finde nye måder at tale sammen på om det, der er vigtigt og nødvendigt.

Med Girafsprøeg vil du få en øget indsigt i din egen kommunikation. Du kan derved blive bedre til at meddele dig på en måde, hvor du bliver forstået og mødt – frem for at blive afvist.

Formål:

At deltagerne bliver bevidst om egen og andres kommunikation, og dermed bliver i stand til at udtrykke sig på en mere konstruktiv måde.

Indhold:

- Kommunikationsanalyse
- Samtalens psykologi
- Sprøeg der skaber og løser konflikter
- Empatisk nærvær

Metode

Undervisningsformen er dialogbaseret. Der veksles mellem oplæg, øvelser og samtale. Det forventes at deltagerne bidrager med egne erfaringer om emnet.

Tid: mandag den 20., 27. september, 4.oktober, kl.16.30 – 19.40

Tilmelding på mail til Lilian Heneberg – heneberg@3f.dk

Oplys modulnavn, eget navn, cpr, adresse, postnr., by og tlf.nummer

Sidste frist for tilmelding til kurserne er mandag den 16. august 2010