

Det goda samtalet

Samtal med andra människor är för många en stor och viktig del av både arbete och fritid. I denna utbildning lär du dig de olika aspekterna av tvåvägskommunikation. Du kan därigenom förstå andra bättre, undvika missförstånd och lättare förmedla information och egna budskap.

Mål

Efter avslutad kurs kommer du att

- Ha en större trygghet och säkerhet i dina samtal med andra.
- Kunna göra samtal mer effektiva och givande.
- Förstå de grundläggande aspekterna av effektiv tvåvägskommunikation.
- Ha ökad klarhet i hur din kommunikation upplevs av andra.

Målgrupp

Alla som har samtal med andra som en viktig del i arbetet.

Innehåll

- Tvåvägskommunikationens grunder.
- Att visa uppmärksamhet.
- Kroppsspråket.
- Att lyssna aktivt.
- Frågeteknik.
- Att återspegla känslor.
- Dolda budskap.
- När dialogen inte fungerar.
- Att utöva påverkan.
- Konflikthantering.

Kurslängd

2 dagar