



# Kommunikation för effektivare samarbete

Programmet vänder sig till dig, som vill lära dig modeller för mer effektiv och resultatnriktad kommunikation med andra människor. Kunskaperna kan användas för att förändra den egna kommunikationen och uppnå bättre relationer med andra och därigenom nå ett effektivare och mera lönsamt professionellt liv.

Efter utbildningen kommer du att finna det lättare att:

- Kommuniera med andra människor utan aggressioner
- Bättre kunna samarbeta med andra
- Styra kommunikationen så att den blir mer tydlig och resultatnriktad
- Slappna av i förhandlingssituationen
- Bli mer kreativ i din kommunikation
- Föra mer konstruktiva utvecklingssamtal
- Undvika att missförstånd uppstår

Kursgivare: Tore Sahlin, ledarskaps- och organisationskonsult, Karin Sahlin, arbetslivskonsult, Curomed, Umeå

Målgrupper: All personal

Tid: 1 - 3 dagar

## Kursmål

Efter kursen har du fått tillräcklig insikt i och kunskap om kommunikation och försäljning, för att genomföra ett effektivare och mer framgångsrikt möte med människor. Kursen gör dig tryggare i din roll och stärker din förmåga att ta initiativ i möten med kunder och klienter. Du får konkreta verktyg för att på ett konstruktivt och professionellt sätt möta och bemöta andra människor, och i processen bygga starka relationer på ett sätt som känns naturligt för dig.

## Innehåll beroende på omfattning av kursen:

Kommunikationsteori: Kommunikationsprocessen, medveten och omedveten kommunikation, uppmärksamhet – uppskattning och självaktning. Återkoppling – feedback – kritik. Effektivt lyssnande, effektivt lyssnande vid problemlösning, dörröppnare, passivt lyssnande och bekräftande svar. Spärrsvar. Budskapet: vad/hur, verbalt/icke verbalt, jag/du, relations-/innehållsbudskap. Det professionella samtalet. Problemlösande samtal, stödjande och

uppmuntrande samtal.

Kritiksamtal, konfliktsamtal och utvecklingssamtal. Det svåra samtalet: att tänka på vid svåra samtal. Parövning. Anpassa din kommunikation utifrån mottagarens sätt att tänka, som det speglar sig i hans/hennes sätt att uttrycka sig. Nivåanpassad kommunikation utifrån mottagarens kunskaper på ämnesområdet samt utifrån hans/hennes motivation. ”Way/level” kommunikation för att erhålla resultat. ”Neurolinguistic programming” – metod att ”läsa” och förbättra kommunikationen.

Seminarieledare är **Tore Sahlin**. Tore har en bakgrund som tandläkare i privat och offentlig vård. Sedan 1988 är han verksam som konsult i personligt management, främst med inriktning mot att se individen i ett helhetsperspektiv, och att skapa modeller för utveckling och välbefinnande, såväl i arbetet som privat. Tore är specialiserad på stresshantering och kommunikation och är licensierad ledarskaps- och organisationskonsult hos Prevent (f.d. Arbetarskyddsmyndigheten). Karin har arbetat som sjukhustandläkare och bl a arbetat med tandvårdsrädsla under många år. Hon skapade Fobiskolan tillsammans med Institutionen för Tillämpad Psykologi vid Umeå Universitet. Sedan fyra år arbetar hon som arbetslivskonsult och har bl a forskat på en metod för att få personer med utmattningsdepression att komma tillbaka till arbetslivet.

För mer information kontakta Curomed.

## Anmälan

**Curomed Utbildning AB**  
**Håkmark 213**  
**905 91 Umeå fax 090 – 383 31**  
**E-post: [info@curomed.se](mailto:info@curomed.se)**

Jag/vi anmäler oss till Kommunikation för effektivare samarbete på Curomed Utbildning & Konferens, Håkmark, Umeå.

Jag är intresserad av att Resesäljarna ger prisuppgift på resan till Umeå.

Curomed skickar bokningsbekräftelse samt faktura på anmälningsavgiften 600 kr, som avräknas i samband med fakturering. Frågor kring dessa arrangemang kan ställas till Curomed Utbildning 090- 383 75, fax 090-38331 eller e-post: [info@curomed.se](mailto:info@curomed.se).

Namn (1): ..... Födelsenr: ..... Yrke: .....

Adress: .....

Postnr,ort.....

Tel arb: ..... / ..... Bostad: ..... / .....

e-post: ..... Fax: ..... / .....

Ev. kostnadsställenr: .....

### *Ytterligare konferensdeltagare:*

Namn (2): ..... Födelsenr:..... Yrke:.....

Namn (3): ..... Födelsenr: ..... Yrke:.....

Namn (4): ..... Födelsenr: ..... Yrke:.....

- Vill dela rum med ( )+( ) ( )+( )
- Önskar enkelrum
- Jag kan tänka mig att dela rum med annan kursdeltagare
- Speciella önskemål beträffande kost, ev allergier eller liknande:.....

*Villkor: Avgifter för kurs och logi återbetalas till 75% vid avbokning senast 14 dagar innan kursstart. Vid senare avbokning sker ingen återbetalning. Ombokning till annan deltagare går bra.*

.....  
Ort

Datum

Underskrift