



**VÄLKOMMEN TILL  
KONSTRUKTIV KOMMUNIKATION**

STÖD OCH UTVECKLING FÖR INDIVIDER, PAR OCH GRUPPER

# KOSTNADSFRITT INTRODUKTIONSSEMINARIUM

## OM UTVECKLING AV KOMMUNIKATION, RELATIONER OCH HÄLSA



### Syfte & Mål

Jag heter Ola Andersson och driver Konstruktiv Kommunikation. Syftet är att sprida kunskap som förenklar och berikar människors samlevnad och liv eller med andra ord underlättar för oss att komma överens och trivas som individer och grupp. I processen använder jag språket och metodiken Klassiskt Klarspråk.

Seminariets funktion är att ge en översiktlig bild av Klassiskt Klarspråks grunder och möjligheter eller med andra ord hur vi kan utveckla en mer konstruktiv kommunikation och bli bättre på att möta olika situationer och beteenden.

Det sker dels genom en visuell presentation och dels genom enkla vardagsnära exempel. Seminariet består således av två delar där första delen utgörs av en presentation av den inre och yttre dialogens mest påtagliga fallgropar och möjligheter samtidigt som följande frågor belyses:

- Varför har vi människor ibland så svårt för att förstå och nå varandra?
- Varför hamnar vi i låsta positioner och upplevelser av att inte räcka till eller duga?
- Hur kan vi tänka för att förstå våra egna och andras känslor och reaktioner?
- Hur kan vi bidra till samförstånd och trivsel i hem och familj, förbättra arbetsmiljön och öka arbetsglädjen på jobbet och samtidigt reducera motsättningar och konflikter i samhället.
- Hur läggs grunden för ömsesidigt givande samtal och möten?

Efter presentationen bjuder jag på fika. Därefter fortsätter seminariet med samtal och reflektion kring de frågor presentationen väckt och du och övriga deltagare har och önskar perspektiv på.

### Målgrupp

Såväl privatpersoner som organisationers och verksamheters medarbetare, grupper, gruppleadare och chefer är välkomna att delta i seminariet. Eller med andra ord alla som vill veta mer om hur de bryter destruktiva kommunikationsmönster och förenklar och berikar sina samtal, möten, relationer och liv.

### När & Var

Öppna introduktionsseminarier hålls på torsdagar kl. 18.00-20.00 och söndagar kl. 10.00-12.00. Upp till 12 personer kan delta. Adressen är [Barsebäcksvägen 60, 246 30 Löddeköpinge](#).

Datum finns på hemsidan ([konstruktivkommunikation.com/kalender](http://konstruktivkommunikation.com/kalender)) eller så hör du av dig till mig så berättar jag mer.

Vill du delta i ett seminarium men på annat datum än de i kalendern eller på annan ort än Löddeköpinge så kontakta mig, det brukar gå att lösa.

Är ni redan en grupp privatpersoner t.ex. några vänner, par eller föräldrar eller ett arbetslag eller någon annan grupp från en privat eller offentlig verksamhet som vill lära er mer om konstruktiv kommunikation utan andra deltagare så erbjuder jag slutna seminarier. Då kan ni själv välja ort och datum. Hör gärna av er med eventuella önskemål!

### Frågor & Bokning

Vill du fråga något eller delta i ett seminarium når du mig på [ola@konstruktivkommunikation.com](mailto:ola@konstruktivkommunikation.com) eller 0733-94 53 88. Det går också bra att boka via hemsidan på [konstruktivkommunikation.com/boka](http://konstruktivkommunikation.com/boka).

Observera att anmälan krävs för deltagande.