

# KOSTNADSFRI FÖRELÄSNINGSKVÄLL!

**13 februari 2020**

**Föreläsning kl 18.00-19.30, vi bjuder på kaffe, thé och smörgås från kl 17.30**

## **METAKOMMUNIKATION**

### *Kommunikation om kommunikationen*

Hållbar utveckling och förändring handlar om att bli medveten om hur du själv och andra kommunicerar, både medvetet och omedvetet. Vad är det jag vill förmedla? Hur kommunicerar jag det? Hur blir det mottaget? Vad blir resultatet?

Att få till förändringar, uppnå mål, utveckla ledarskap, driva projekt, coacha dig själv och andra, förbättra relationer, personlig utveckling, hantera stress, skapa balans och hälsa handlar om kommunikation.

Vi berättar om systemisk hjärnforskning, och vikten av att stimulera hjärnan för att få till hållbara förändringar. Du får lära dig några enkla övningar under kvällen.

Föreläsningen ger en introduktion till kompetensen i metakommunikation. Föreläsningen vänder sig till dig som oavsett bakgrund, utbildning och erfarenhet vill få en ökad förståelse av vad kommunikation består av.

**Anmäl dig till [lana.bergman@metanoova.se](mailto:lana.bergman@metanoova.se) eller 070-775 43 71.**

På vår hemsida [www.metanoova.se](http://www.metanoova.se) kan du läsa om vår utbildning, och om skräddarsydda upplägg för företag samt titta på våra fina kurslokaler som hyrs ut.

**Välkommen till en inspirationskväll på  
MetaNoova Center, Götgatan 11 (T-bana Slussen)**

**Lena Bergman**