

# KOSTNADSFRI FÖRELÄSNINGSKVÄLL!

**24 oktober 2019**

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

## **Kommunikation och Förändringsarbete**

Framgångsrik förändring och utveckling handlar om att bli medveten om hur du själv och andra kommunicerar, 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 till stor del om kommunikation.

Under föreläsningen får du smakprov på några av kommunikationsnycklarna som är gemensamma för allt förändringsarbete. Vi berättar också 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 vänder sig till dig som oavsett bakgrund, utbildning och erfarenhet vill förstå vad kommunikation består av, och vill få till lyckade utvecklings- och förändringsprocesser i arbets- och privatlivet.

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

På vår hemsida [www.metanoova.se](http://www.metanoova.se) kan du läsa om vår utbildning, våra kurser och föreläsningar, samt om skraddarsydda upplägg för företag.

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

**Lena Bergman**