

Häng med på kurs med människan i fokus

Kommunikation för ett rikare Liv



För alla par som längtar efter att fördjupa sin relation!

Den första kursen i serien "Kommunikation för ett rikare Liv" fokuserar på grunderna i Nonviolent Communication. NVC är ett kommunikationsverktyg och förhållningssätt som bygger på ärlighet, empati och ömsesidig respekt. En viktig utgångspunkt i NVC är nyfikenhet, att sträva efter kontakt och förståelse i mötet med andra.

Och vad längtar jag egentligen efter i mitt liv?

*Ibland räcker inte det jag har, jag vill ha mer...
Ärlighet, äkthet och livsberikande gemenskap!*

Innehåll och upplägg

Kursen består av fyra träffar under vardera 2,5 h. Samtal varvas med teoripass och övningar där vi fokuserar på kommunikationen och mönster vi har i parrelationen. Vi pausar med frukt och dricka.

Kurs 1 Måndagar eller tisdagar i Lt2:s lokaler på Lilla torget.

- Träff 1** Att vara människa med Känslor och Behov!
- Träff 2** Att skilja på Observationer och Tolkningar!
- Träff 3** Önskemål eller Krav – Värdet av frivillighet och tydlighet!
- Träff 4** Ärlighet och Empati – Dynamiken i samspelet!

Förståelse för och kontakt med mina och andras behov – Det är där det börjar!

Kostnad och anmälan

Kursen kostar 3500:-/par. Frukt ingår samt boken "Nonviolent Communication – Ett språk för livet" och ytterligare en bok. Kursavgiften betalas in 1 vecka före kursstart och då är anmälan är bindande. Vid senare avbokning kan inbetalad avgift användas till annan kurs eller enskild handledning. Max antal deltagare 4 par.



Andréa Nilsson heter jag som leder kursen. Jag är utbildad personalvetare och har gått två Årsprogram i Nonviolent Communication i Friare Livs regi.

Välkomna att kontakta mig!

Mejla eller sms:a för anmälan eller frågor!
andrea@wilhjak.se / 072-543 54 34