

Lyckade möten med besvärliga personer



Överallt finns dem. Och alla kan drabbas. Besvärliga personer, så kallade energitjuvar, kan dyka upp framför dig bland kollegor, kunder, patienter, leverantörer, samarbetspartners och externa kontakter.

Möten kan förvandlas till energidränage som kan få dig att läcka energi i timmar och dagar – helt i onödan! Lär dig att snabbare känna igen energitjuvans olika skepnader och plocka fram verktygen som avvärjar. Så att du kan behålla lugnet och arbetsglädjen – och framförallt din dyrbara energi.

Under föreläsningen tar vi del av vetenskaplig forskning och kunskap om hur du bygger din bästa bemötandestil och hur du effektivt hanterar energitjuvar. Du får konkreta verktyg, råd och tips som du kan tillämpa direkt i arbetsvardagen. Målet är att du ska få kompetens att behålla arbetsglädje oavsett vem du möter.

Ur programmet

- Vetenskaplig forskning – kommunikation, bemötande
- Fungerande mötesstrukturer
- Så bygger du din bästa bemötandestil
- Energitjuvans skepnader
- Tekniker som avvärjar
- Professionell med emotionell intelligens
- Vikten av medveten närvaro
- Styr samtal och möten effektivt
- Kom i balans efter tuffa möten
- Konkreta verktyg, triggers och praktiska moment
- Råd och tips på hur vi tillämpar kunskapen

Teori och praktiska moment varvas med personlig vägledning och dialog.

Allt detta får du och dina kollegor lära er till-sammans med Cecilia Åkesdotter. Tonvikten ligger på de praktiska momenten för att skapa lyckade möten trots energitjuvar - både internt på arbetsplatsen och i externa kontakter.

”Med hjälp av verk tygen kan jag äntligen styra och lyfta de nödvändiga mötena med den besvärliga kollegan.”

*”Tankeväckande med
aha-upplevelser!”*

*”Tack vare Cecilias
föreläsning kunde jag
stoppa skitsnacket i
teamet inom loppet av
en månad.”*

*”Väldigt trygg i sin roll
som föreläsare, Cecilia
hade kunnat föreläsa
hela dagen, så intressant!
Och hon lyfte det
negativa till något
positivt!”*



Cecilia Åkesdotter

är civilekonom, internationellt certifierad coach, författare till boken Heartfulness och en av Sveriges främsta experter inom mindfulness. Hon har utvecklat tusentals medarbetare i näringslivet och offentlig verksamhet inom stresshantering, bemötande, arbetsglädje och ledarskap.