

Lyckade möten

Verktyg för god kommunikation och positivt bemötande



Hur kommunicerar ni med varandra på arbetsplatsen?
Hur bemöter ni kunden eller den part som verksamheten finns till för?
Hur kan ni skapa bättre relationer som håller på sikt?

Arbetslivet handlar om möten mellan kollegor, med kunder, leverantörer, samarbetspartners och externa kontakter. Vi möts spontant, vi talas vid i telefon och vi träffas i planerade möten. Vi informerar, utbildar, inspirerar, förhandlar, beslutar, ger råd och hjälper varandra.

Hur kan alla dessa möten utvecklas så att vi trivs bättre tillsammans och når bättre resultat i verksamheten? Välkommen att få inspiration och konkreta verktyg för att nå lyckade möten anpassade till er verksamhet.

Ur programmet

- Mötesstrukturer i arbetslivet
- Bemötandestilar
- Vetenskaplig forskning – individ, relationer, bemötande
- Grundläggande tekniker som skapar lyckade möten
- Konkreta verktyg, triggers och praktiska moment
- Råd och tips på hur ni tillämpar kunskapen i arbetslivet

Föreläsningen ger dig verktygen för att

- Inge förtroende, närvaro och engagemang
- Få uppmärksamhet av din omgivning
- Ge uppmärksamhet i varje möte
- Stärka den du möter
- Skapa tydlig kommunikation
- Lyssna aktivt
- Styra samtal och möten
- Få den/de du möter att komma ihåg just dig
- Lyfta hela gruppen med 30-sekunders insats
- Sprida lugn och fokus
- Känna dig stolt över dina framsteg i möten

Allt detta får du och dina kollegor lära er tillsammans med Cecilia Åkesdotter. Tonvikten ligger på de praktiska momenten för att skapa gott bemötande, goda möten och goda relationer - både internt på arbetsplatsen och i externa kontakter. Teori och praktiska moment varvas med personlig vägledning och dialog.

*”Roligt och
upplyftande!”*

*”Användbara verktyg
som förändrat mina
relationer mirakulöst.”*

*”Spännande och
inspirerande!”*

*”Fantastisk föreläsning
med inspiration och
personliga inblickar
vilket gjorde det lättare
att granska sig själv.
Fantastisk talare med
mycket inspiration som
jag tar med mig i livet!”*



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.