

# Kostnadsfri frukostföreläsning!

## 29 januari 2019

**Vi serverar frukost från kl 7.15, föreläsningen startar kl 7.45-9.00**

### **Metakommunikation**

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.

Vi berättar vad Filtreringskompetens i Metakommunikation handlar om. 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.

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.

**Plats: MetaNoova Center, Götgatan 11 tre trappor i Stockholm (T-bana Slussen).**

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

Vi bjuder på kaffe, thé och smörgåsar i pausen!

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.

**Varmt välkommen!**  
**Lena Bergman**