



## *”Skapa framgång och gemenskap – lär dig kommunicera med kärlek på jobbet!”*

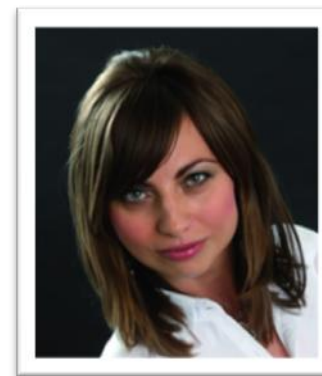
Inspireras och lär av retorikexperten Martina Skowronska och nätdejtingproffset Eva-Lotta Sigurdh, båda uppskattade författare och föreläsare. På ett underhållande och tankeväckande sätt lyfter de fram likheterna mellan kärlekens och arbetsrelationens kommunikationsmönster.

Att kommunicera rätt är vägen till en vänskaplig och respektfull arbetsrelation. Resultatet av givande och vänlig kommunikation skapar förståelse, bra arbetsatmosfär och framgång.

I deras föreläsningar och workshops guidar de publiken genom relations- och kommunikationskonstens trassliga snårskogar. De lyfter fram och synliggör situationer när arbetsrelationer och kommunikationen inte fungerar. De visar hur man når fram med och till hjärtat, liksom med och till förnuftet... Såväl i jobbet som i kärlekslivet!

### **DETTA FÅR MAN LÄRA SIG:**

Martina och Eva-Lotta gör er medvetna om kommunikationens signaler, vad som sänds och hur det tolkas av andra. De sätter fingret på hur man blir bättre på att kommunicera. Skrift, tal och kroppsspråk är deras tre huvudområden. Duon nuddar vid det generella för att sedan kunna uppehålla sig vid det specifika med exempel kring relationer, arbetsplats, kommunikation och en gnutta kärlek så klart!



*Martina Skowronska*



*Eva-Lotta Sigurdh*

### **MÅLGRUPP:**

*”Kärlekens kommunikation gäller även på din arbetsplats”* är en föreläsning/workshop för företag som vill höja antalet goda, glada och smidiga arbetsrelationer. Föreläsningen vänder sig till företag som tycker att den interna mellanmänskliga kommunikationen är minst lika viktig som företagets externa kommunikation. Dessutom leder ju det ena till det andra!

Föreläsningen/workshopen är speciellt framtagen för företag som värnar om sina anställda och som vill skapa ett vänligt och öppet arbetsklimat för sin personal.

*”Skapa framgång och gemenskap – lär dig kommunicera med kärlek på jobbet!”*



## INNEHÅLL:

Välj mellan en föreläsning eller en kombinerad föreläsning med workshop (praktiska övningar).

Innehållet kan i viss mån anpassas utifrån det enskilda företagets värderingar och kultur. Längden på föreläsningen/workshopen anpassas efter era önskemål och behov.

### *Föreläsning "Kärlekens kommunikation gäller även på din arbetsplats" (minst en timme)*

Exempel på innehåll (som är beroende på föreläsningens längd):

- Fem typiska situationer som finns på varje arbetsplats
- Facebook och sociala media på arbetsplatsen – nätverk eller huvudvärk?
- Vilka signaler vill jag skicka ut och hur gör jag det på ett tydligt sätt?
- Hur profilerar jag mig på ett tilltalande sätt och behåller lagandan i arbetsgruppen?
- Hur väcker jag intresse för mina tankar och idéer?
- Budskapet – att få kollegor att förstå, lyssna och ge det önskade gensvaret
- Säg det med kärlek – att uttrycka sig med omtanke och respekt

- Kroppsspråk – tyd signaler och undvik dubbla budskap
- Klädsel och röst för att förstärka sig själv och sitt budskap
- Kommunikation på arbetsplatsen och i kärlekslivet – viktiga likheter och skillnader

### *Föreläsning med Workshop (minst två timmar)*

Föreläsningens innehåll är som ovan. Exempel på praktiska övningar (antalet övningar beror på föreläsningens/workshopens längd):

- Speed dating på arbetsplatsen – skapa vänskap och gemenskap
- Slipp fnurror på tråden - smidig konflikthantering för alla konflikthinblandade
- Konstruktiv kritik - så uttrycker man det man vill utan att såra sin kollega

*"Skapa framgång och gemenskap – lär dig kommunicera med kärlek på jobbet!"*



## OM FÖRELÄSARDUON:

Martina och Eva-Lotta vet att bra kommunikation leder till bättre relationer – på jobbet liksom hemma. Med Eva-Lottas journalistbakgrund, med fokus på livsstil och relationer och Martinas gedigna utbildning i retorik, kompletterar de varandra på ett utmärkt sätt. De har hittat kommunikationen och relationer som sina beröringspunkter och vill nu visa er hur ni kan hitta era!

### **Eva-Lotta Sigurdh**

*Eva-Lotta Sigurdh är journalist, författare och gymnasielärare. Hon har arbetat i många år med muntlig och skriftlig kommunikation i olika former, både i undervisning och som reporter och skribent. Hennes främsta intresseområden som skribent är livsstilsfrågor och relationer.*

*När Eva-Lotta blev singel för några år sedan upptäckte hon snart nätdejtingens fantastiska möjligheter och, i viss mån, färor. Lärdomarna av de egna erfarenheterna, kombinerat med intervjuer med hundratals andra nätdejtare, resulterade så småningom i handboken Nätdejting.*

*Bakom "konsten att sälja in sig själv som kärlekspartner" kan hon konstatera att mekanismerna här i mångt och mycket är de samma som i all annan kommunikations- och marknadsföringskonst. För mer info om Eva-Lotta, se <http://www.l-publishing.se>*



### **Martina Skowronska**

*Martina Skowronska är retorikkonsult, föreläsare och författare. Hon visar hur man knäcker kommunikationskoden och hur man uppnår effektiv kommunikation med retorikens hjälp.*

*Martina tränar och utbildar företag, organisationer och privatpersoner i allt från presentationsteknik till hur man tyder signaler när man är på en dejt. Martina har gett ut boken "Kärleksretorik" (Ica Bokförlag, 2009) där hon delar med sig av smarta tips på hur man kan boosta sitt kärleksliv med värtalighet och retorik. För mer info om Martina, se <http://martinaskowronska.se>*



## KONTAKT:

Kontakta föreläsarduon om du har några frågor, vill ha en offert eller göra en bokning:

[evalotta.sigurdh@l-publishing.se](mailto:evalotta.sigurdh@l-publishing.se) & [martina@kommunikationskonst.se](mailto:martina@kommunikationskonst.se)

*"Skapa framgång och gemenskap – lär dig kommunicera med kärlek på jobbet!"*