



Utbildningen BLI SJÄLVKLAR

SJÄLVLEDARSKAP OCH EMPATISK KOMMUNIKATION

Lär dig att kommunicera genom empatisk kommunikation - en kommunikationsstil som gör det svåra samtalet mycket lättare.

En upplevelsebaserad utbildning där teori varvas med praktisk övning för fördjupat lärande.

BLI SJÄLVKLAR ger dig:

- tid för självreflektion, lärande och personlig utveckling
- förbättrade relationer med dig själv och andra
- tryggad förmåga att hålla empatiska samtal

VAR: Värmdö Yogacenter i Gustavsbergs Hamn alternativt så kommer vi till ditt företag.

NÄR: Enligt överenskommelse.

PRIS: Beroende på antal deltagare och plats - kontakta oss för offert.

Blir du nyfiken?

Kontakta oss för mer information och bokning.

Monica: 070-7141174

Katarina: 073-3309081 | info@opticmind.se

V a r m t v ä l k o m m e n !

Katarina & Monica



MONICA ELSINGA

*Jag jobbar med det jag gör för jag vill göra skillnad.
Min profession förutom träning, yoga och hälsa är inom coachning och organisationsutveckling. Jag vill bidra till ökad livskvalitet, mål och mening.*



KATARINA TÖRNQVIST

*Jag jobbar "för att alla ska vissla på väg till jobbet!"
Min profession är inom coachning, ledarskap- och organisationsutveckling. Att bidra till en välmående och sund relation till oss själva, andra och varandra är, för mig, att investera i livet.*