

Giraffen på jobbet PDF E-BOK

Henrik Fexeus



Giraffen på jobbet

*Arbetsbok i Nonviolent Communication
för ökad arbetsglädje*

Marianne Nummela



Författare: Henrik Fexeus
ISBN-10: 9789187489532
Språk: Svenska
Filstorlek: 2931 KB

BESKRIVNING

Den här arbetsboken är skriven för dig som vill lära dig använda Nonviolent Communication, NVC, på jobbet. Den innehåller övningar som hjälper dig att få en bättre kontakt med både dig själv och andra. Att uttrycka dig ärligt och lyssna med förståelse. Att skapa en arbetsplats där allas behov blir tillgodosedda. Förbättrade relationer i jobbet leder till större arbetsglädje, bättre samarbete, ökad effektivitet och ett mera tillfredsställande arbetsliv och liv. Giraffen fungerar som en symbol för kommunikationsmodellen i NVC och med hjälp av giraffspråket får du konkreta verktyg för att ? få större förståelse för dig själv och andra? lyssna med empati? uttrycka dig ärligt ? kunna avbryta med respekt? ge och ta emot uppskattning? ge konstruktiv feedback? lösa och medla i konflikter? planera din tid och undvika stress? lära dig säga och höra ?nej?? hålla effektiva möten? ändra begränsande föreställningar? göra målsättningar? leda dig själv? bli giraffen på din arbetsplats. Övningarna är utformade så att du kan göra dem ensam eller tillsammans med någon annan, kanske en arbetskamrat eller en god vän. Ingenting hindrar heller att du bildar en grupp på jobbet som övar tillsammans. Övningarna kan också tillämpas i andra situationer i livet.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

PDF Giraffen på jobbet Fria e-böcker - brownebombers.org

Här samlar vi alla våra artiklar om Giraff på CS Jobb.

Kaffe på jobbet | Gott kaffe för alla smaker

Är du den som alltid tar på dig projektledarrollen? Räds du inte att ryta till då kollegorna inte följer dina direktiv? Då är du ett lejon. E24 Kvinna har ...

Hyr en kaffemaskin och få gott kaffe på jobbet - Coffee Center

Fryser du på arbetet? Det finns regler för hur kallt det får vara på en arbetsplats.

GIRAFFEN PÅ JOBBET

LÄS MER