



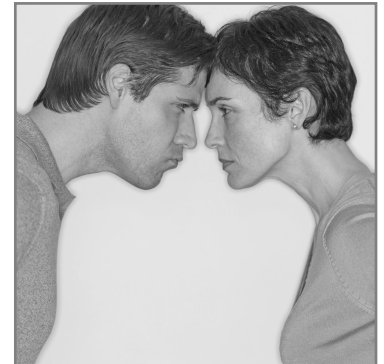
OPTIMER DIT PARFORHOLD

Emne: **KOMMUNIKATION i PARFORHOLD**

Hvem: **Alle vinterbadere, der er nysgerrig på emnet.**

Indhold: **Teori med dialogindlæg og inspirerende små øvelser**

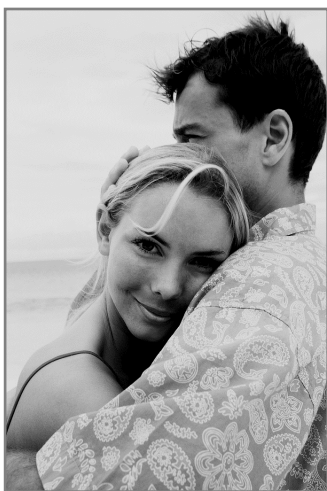
Udbytte: **Simple værktøjer til at forbedre din kommunikation i dit parforhold og med din omverden.**



Bagved: Henrik Falk er Exam. psykoterapeut med speciale i familie- og parterapi suppleret med uddannelse i coaching og kommunikation. Henrik arbejder bl.a. med coaching, terapi og holder foredrag om forskellige emner.

Dialogindlæg:

Med teori og simple eksempler kommer Henrik ind på, hvordan vi kan forbedre kommunikation i parforholdet og med omverdenen – og dermed få et bedre liv!



Emner:

- Lær at kommunikere hensigtsmæssigt
- Lær at skændes – Fra Flinkeskolen til Vredeskolen
- Lær at bruge din nysgerrighed til at skabe et mere værdifuldt forhold
- Lær at få tingene sagt i tide, minimer din 'Rabatbog'
- Lær metoden 'LAER'
- Lær lidt om Transaktionsanalyse, en simpel kommunikationsmodel

Ved hjælp af indsigt og simple øvelser kan du opnå et bedre parforhold og skabe mere værdi i dit liv. Øvelserne er simple – det er den personlige proces, der er udfordringen!

Se mere på: **www.SamtalerogTerapi.dk**

Se gode leveråd: **www.Et-Udbytterigt-Liv.dk**