

# Motivation och kommunikation

## – konsten att påverka

För att kunna fungera i olika roller som exempelvis chef, projektledare, coach och processledare är en fungerande kommunikation och motiverade medarbetare en viktig grundsten. Med hög motivation och god kommunikation kan ändrade förutsättningar i omvärlden hanteras på ett betydligt bättre och mer kreativt sätt. Med delaktiga och nöjda medarbetare finns också ökade förutsättningar för att få nöjdare kunder.

### Syfte:

Utbildningen syftar till att utveckla den människokunskap deltagarna behöver för att öka motivation och förmågan att kommunicera, såväl i sin egen arbetsvardag som strategiskt i organisationen. Utbildningen ska ses som en verktygslåda att använda ute i organisationen tillsammans med medarbetarna.

### Metod/agenda:

Under utbildningen varvas teori och praktik. Deltagaren erbjuds en mängd övningsstillfällen för att utveckla färdigheter för att påverka och motivera. För maximal inlärningseffektivitet används videokamera i flertalet övningar.

Följande moment behandlas under utbildningen:

- Förarbete med självskattningsformulär och enkäter för att få återkoppling
- Grundläggande arbetspsykologi med fokus på motivation
- Reaktionen på stress och förändring
- Verktyg för att förbättra kommunikation och påverkan
- Aktivt lyssnande som verktyg i ett konsultativt (och kundorienterat) förhållningssätt
- Påverkansstrategier i vardagen och i förändringsprocesser
- Konflikthantering
- Självkännedom

### Resultat:

Deltagarna ska efter genomgången utbildning:

- Kunna beskriva faktorer som påverkar motivation
- Förstå hur stress uppstår och hur människor reagerar på stress och förändring
- Känna till principer för påverkan, samt kunna tillämpa dessa på ett effektivt sätt i vardagen
- Kunna inspirera och motivera andra
- Kunna ge och ta emot återkoppling
- Kunna använda kommunikationsverktyg för att bättre hantera konflikter
- Ha fått en ökad självkännedom

### Utbildningsmaterial:

- Utbildningsdokumentation, som kan användas som verktygslåda vid egen arbetsplats.



**Omfattning:** 3-4 dagar  
**Målgrupp:** Chefer, ledare m.fl.

Upphovsrätten till *Motivation och kommunikation* innehas av Lorensbergs Organisationskonsulter AB