

# INTYG

Marianne Larsson

har deltagit på Friare Livs 1-årsprogram i Stockholm  
under tiden 2018-09-04 – 2019-05-22  
och deltagit på 18 dagars träning.

**Följande moment har ingått i kursen:**

- Kommunikation - Nonviolent Communication
  - Konflikthantering och medling
  - Kommunikation i ett grupperspektiv
- Hur våld och aggressioner kan hanteras
  - Självkännedom och inre ledarskap
  - Förebyggande konflikthantering
  - Hur hantera skam, skuld och ilska
  - Feedback - ärlighet med respekt
  - Värdegrund och motivation

**Kursen grundar sig på:**

NVC - Nonviolent Communication som är ett förhållningssätt för alla mellanmännsliga relationer i samtal både mellan individer och i grupp, för tydlig kommunikation, personlig utveckling, medling, stresshantering, konflikthantering och som en grund för bättre samarbete på arbetsplatser, en balans mellan att lyssna med empati och uttrycka sig ärligt med respekt.

Upplevelsebaserad inlärning är den huvudsakliga pedagogiska metoden i utbildningen. Den innebär att teoretiska kunskaper i varje ämnesområde har integrerats i praktiska övningar. Interaktivt arbete med övning i kommunikation, konflikthantering och medling.

Utbildningsansvarig  
Kay Rung