

Nettkurs – hvert kurs ca 45 min

«Personlig utvikling – metoder og tips»



1. Stressmestring i hverdagen
2. Den vanskelige samtalen
3. Forebygging av konflikter
4. Hersketeknikker
5. Konflikthåndtering
6. Hvordan gi og ta imot feedback
7. Hvordan motivere andre
8. Prinsipper for god ledelse
9. Teamutvikling og kommunikasjon
10. Ny som leder på et menneskelig plan
11. Hvordan beholde gnisten på jobb

Kursholder



Anne Marie Saxlund er dedikert og kunnskapsrik. Hun brenner for å formidle relasjonelle temaer på en enkel og frisk måte. I 2024 ble hun nominert til prisen for beste fremføring hos Videocation.

Hun er utdannet psykoterapeut, gruppeveileder og kreftsykepleier med videreutdanning innenfor ledelse og konflikthåndtering. Anne Marie har 20 års konsulenterfaring, hvor lederutvikling og konfliktløsning har vært fokusområder.

