

„Von der Kunst Nein zu sagen“



Ziele:

Das Erkennen und Wahren von eigenen Grenzen ist sowohl für unser Privat- als auch für unser Berufsleben von großer Bedeutung. Oft ist uns gar nicht bewusst, wie sehr unser Handeln von anderen Menschen beeinflusst wird. Mit Hilfe verschiedener Inputs aus dem Workshop wird es möglich, persönliche Verhaltensmuster zu erkennen, Strategien Anderer wahrzunehmen und dadurch eine bewusste Entscheidung für ein Ja oder Nein zu treffen. Ein liebevolles „NEIN“ ermöglicht ein gesundes „JA“.

Dieses Impulsseminar soll Ideen und Anregungen geben und das Interesse wecken, sich intensiver mit dem Thema zu beschäftigen

Inhalt:



- Wozu gibt es Grenzen
- Warum das Nein-Sagen manchmal schwer fällt
- Die Bedeutung der eigenen Einstellung
- Was verursachen Grenzüberschreitungen
- Verhaltensweisen beim Neinsagen
- Das Selbstverständnis bewusst „Ja“ oder „Nein“ zu sagen
- Wertschätzendes, konkretes Formulieren

Methodik:

Theorieinputs, Übungen, Einzel- und Gruppenarbeiten, Rollenspiele

Termin:

10. Juni 2010 (von 9 bis 17 Uhr)

Ort:

Mentor Consulting, 4020 Linz, Schererstr.



18

Trainerin:

Mag. Irene Schneiderbauer



Preis:

199,-- EURO + Ust

Anmeldungen bis 25.05.2010 an:

Telefon: 0732/370152-52 Telefax: 0732/370152-13 oder

per Email: carola.stollberg@mentor.at

Firma:
TeilnehmerIn:
Email:
Straße:
PLZ / Ort
Tel. / Fax:
Veranstaltung:
Unterschrift:

