

Impulsreferat

Nein-Sagen will gelernt sein

Zielgruppe

Arbeitnehmervertreter, Personalverantwortliche und Angestellte, die sich im beruflichen und privaten Umfeld besser abgrenzen möchten und sich oft darüber ärgern, dass sie von anderen überrumpelt werden.

Referatsziel

Sie erfahren, wie Sie sich selbst und Ihre Bedürfnisse besser beachten und mit gutem Gefühl nein sagen können.

Inhalt

- Vor- und Nachteile des Ja-Sagens und des Nein-Sagens
- Lernen, sich selbst und seine Bedürfnisse wichtig zu nehmen
- Die Harmonie-Falle vermeiden: Profil zeigen statt sich anpassen
- Entspannt und souverän nein sagen

Referentin

Gunhild Hinkelmann, Professorin Fachhochschule Nordwestschweiz

Dauer

Die Vortragsdauer wird durch Sie festgelegt.

In der Regel dauert ein Impulsreferat 45 – 90 Minuten (inklusive Fragerunde).

Datum, Kurszeiten und Ort

Frei wählbar

Preis

Für Mitglieder / Nichtmitglieder

CHF 1'000