Was „Nein“ sagen mit Ihrer Gesundheit zu tun hat.

Schnupper-Vortrag:

Mi., 26. November 2014 · 17 – 18 Uhr

Wo?
Trainingszentrum für Business und Karriere
Kleine Brüderstr. 2, 08412 Werdau

Anmeldung unter:
Telefon: 03762 7139392
oder E-Mail: uta.pleissner@gmx.de

Kommunikationscoach Uta Pleißner lenkt den Fokus auf die Macht der Worte. Wie wir sprechen, bringt unsere Meinung über uns selbst, über andere Menschen und über das Leben zum Ausdruck. „Nein“ sagen zu können, wenn es angebracht ist, erlaubt Grenzsetzung und bietet Schutz vor Vereinnahmung und psychischem Missbrauch. Und das dient unserer seelischen Gesundheit.
Eintritt frei

Praxis-Workshop:

Sa., 13. Dezember 2014 · 10 – 15 Uhr

Lernen Sie „Nein“ sagen

Workshop mit Kommunikationscoach Uta Pleißner. Sie lernen die Ursachen dafür kennen, warum „Nein“ sagen für viele Menschen unangenehm ist und sie es deshalb vermeiden. Sie erfahren, warum „Nein“ sagen können wichtig für Ihr Leben ist. Sie lernen Varianten kennen, wie Sie ab sofort leicht und ohne jemanden zu verletzen, „Nein“ sagen können.

Teilnahme: 60 EUR
Bitte bringen Sie Ihre Pausenverpflegung mit.
Kaffee und Tee kann vor Ort gekauft werden.

>>>
Uta Pleißner, Jahrgang 1962, studierte Journalistik und Medienmanagement, befasst sich seit 2005 mit Psychologie und Kommunikation. Weiterbildung in Systemischer Gesprächsführung, Mediation, Bewusster Sprache, Gewaltfreier Kommunikation und Systemischer Aufstellungsarbeit. JCI-Trainer-Zertifikat. Seit 2011 selbstständig als Kommunikations- und Persönlichkeitscoach.

In den Räumen des Trainingszentrums für Business und Karriere