



„Nein sagen“ mit Eleganz

„Nein Sagen“ – wo ist das Problem? In der Tat fällt es vielen Menschen in Alltag und Beruf schwer, sich im eigenen legitimen Interesse positiv abzugrenzen.

Dabei ist es wichtig, sich im sozialen Kontext darauf zu besinnen, wofür man steht und was einem in der jeweiligen Rolle entspricht. Das ist gerade in hierarchischen Organisationen nicht immer leicht, aber wichtig und erlernbar.

In diesem Training werden Möglichkeiten vermittelt, zu eigener Souveränität zu finden und situativ passend „Nein sagen“ zu lernen, ohne schlechtes Gewissen.

Elemente des Trainings sind:

- „Darf ich?“ - Innere Blockaden oder: Sich selbst die Erlaubnis geben
- „Will ich?“ - Zu eigener klarer Entscheidung kommen
- „Soll/Muss ich?“ - Abwägung von Bedeutung, Nutzen und Risiko
- „Kann ich?“ - Varianten und Stufenfolgen des „Nein Sagen“(s)
- Bearbeitung von Praxisfragen der Teilnehmende

Fachliche Inputs, praktische Anregungen und Übungen werden Sie für Ihre Praxis bereichern.

Zielgruppe:	Alle Mitarbeitenden
Termin:	Mittwoch, 07.05.2025, 9:00-17:00 Uhr
Ort:	Würzburg, Burkardushaus
Referent:	Matthias Mantz, MCTM: Mediation – Coaching – Training – Moderation, Eltville
Kosten:	50,00 € für Beschäftigte der Diözese Würzburg
Anmeldung:	Bis 09.04.2025 beim Fortbildungsinstitut