

**Martina Weisel**

**Telefon:** 06132-442577

**Mobil:** 0172-6140559

[mail@kluge-wege-gehen.de](mailto:mail@kluge-wege-gehen.de)



**Seminartitel: NEIN-Sagen will gelernt sein!**

**Abstract:**

Oft sitzen wir in der Falle! Wieder mal haben wir etwas zugesagt, eine Aufgabe übernommen, uns Arbeit aufgeladen, obwohl wir eigentlich so schon keine Zeit haben. Aber leider konnten wir wieder mal nicht NEIN sagen!

Wir beschäftigen uns mit den Gründen und Ursachen, warum es oft so schwer fällt nein zu sagen. Darüber hinaus geht es um das Ablegen alter Muster und Anregungen für neue Strategien.

**Tagesveranstaltung 10.00 – 17.00 Uhr**