



HaLeWo

## Vom NEIN zum JA zu sich selbst!!

**NEINJA2019**

**Die Kunst ohne Verletzung selbstbewusst NEIN zu sagen!**

Nein ist ein kleines Wort, was mitunter so viel Freiheit bringen kann. Nur in unserer momentanen Zeit ist das Wörtchen Nein so verpönt, dass es sich nur noch sehr wenige Mitmenschen aussprechen trauen. Und oft kommt es erst über die Lippen, wenn sich der Einzelne so in die Enge gedrängt fühlt, dass er nur noch diesen Ausweg sieht. Dies geschieht dann oft unverhofft und unwirsch mitunter verletzend. Oder das Gegenüber hat gelernt ein Nein über das schlechte Gewissen umzudrehen, in ein JA. Und um diese Fallen des Lebens zu sehen, verstehen und zu umschiffen geht es in diesem Seminar. Das fängt damit an, solche Situationen erkennen zu lernen, sich dann ehrlich zu beantworten, was man selber wirklich möchte und dies ruhig – jedoch bestimmt zum Ausdruck zu bringen. Natürlich ist an diesen 6 Tagen nur ein Beginnen möglich – das richtige Umgehen damit zeigt der Alltag. Nur wie immer steht am Anfang der erste Schritt in eine neue Ära.

### WANN:

24.05.2019 – 25.05.2019 **Teil I**, 28.06.2019 – 29.06.2019 **Teil II**, 26.07.2019 – 27.07.2019 **Teil II**

### Stunden je Gesamtseminar:

48 Stunden plus 6 Stunden Pause an allen Tagen: 8 Std. (9.00 - 13.00 - 14.00 - 18.00 Uhr) + Kaffeepausen

**WO:** Landshut oder individuell bei Firmenanfragen

### KOSTEN:

Preis pro Person und 2-Tages-Block incl. Getränke während der Seminarstunden und Raummiete regulär **in Landshut 320,00 €/Brutto** (genauer Ort wird den Teilnehmern bekannt gegeben – ferner kann auch eine Übernachtung auf Wunsch und eigene Kosten organisiert werden)

Gesamtpreis für die drei Blöcke normalerweise 960,00 € jedoch bei Einmalüberweisung lediglich 810,00 €

**Frühbucherpreis** = Anmeldung **und** Zahlung bis zum 30.04.2019 Teil I, 31.05.2019 Teil II bzw. 30.06.2019 Teil III statt 320,00 € lediglich 280,00 €

Preis bei Firmenanfragen individuell auf Anfrage

**ANMELDUNG:** ([Formular](#) [37 KB] )

HaLeWo – M. Schindler-Schumacher

Schriftlich : Eichendorffstr. 45, 84036 Landshut

Mail : [info@halewo.de](mailto:info@halewo.de)



**Mind. Teilnehmer:** 6 Personen - **Max. Teilnehmer:** 16 Personen

### Tagesthemen:

1. Tag: - Kennen lernen – Rundengespräch wie NEIN empfunden wird  
- Nein weckt auch die Kreativität
2. Tag: - Wie ist mein Selbstwert momentan bei Nein aufgestellt?  
- Habe ich bei Nein ein schlechtes Gewissen?
3. Tag: - Wie empfangen ich Nein von anderen? – Neuer Umgang mit dem Empfang von Nein
4. Tag: - Wie sage ich NEIN?? – Neue Möglichkeiten beim Aussprechen von NEIN
5. Tag: - Wann würde man gerne Nein sagen – Tatsächlich Nein sagen, wenn NEIN gemeint ist
6. Tag: - Praktische Nein-Sagen-Übungen und gegenseitige Lösungsleitfäden erarbeiten

### Mitzubringen sind:

- Decke und bequeme Kleidung
- Stifte und Block