



## **Bloß nicht zu nett für diese Welt: Mutig, respektvoll und wirkungsreich NEIN-sagen**

Wer nein sagt, gilt schnell als schwierig, als unzugänglich, als unkollegial.

Dabei haben Widerspruch und Gegenrede durchaus Sinn und Wert. Nein ist ein wichtiges Wort – gerade im Arbeitsalltag. Ein Nein zwingt uns, Position zu beziehen. Es ermöglicht, sowohl auf persönlicher als auch auf beruflicher und gesellschaftlicher Ebene eine Grenze zu ziehen. Und es ist ein gutes Tool, um mit Wertschätzung und innerer Leichtigkeit für sich selbst einzustehen, seine Selbstbehauptung zu leben.

Doch viel zu oft wird das Nein vermieden: aus Angst, den anderen zu verletzen, abgelehnt zu werden, sich nicht durchsetzen zu können, aus Angst vor den Konsequenzen. Dabei gibt es – beispielsweise über körpersprachliche Methoden und Formulierungshilfen – gute Mittel und Wege, um dem Fluch des Nettseins zu entkommen.

Entscheiden lässt sich lernen – und auch das Nein-Sagen. Wer mutig ist und es richtig anwendet, kann mit den vier Buchstaben viel Konstruktives bewirken.

Dr. Simone Richter ist freiberufliche Kommunikationstrainerin, PR-Beraterin und Coach. Sie begleitet und betreut Unternehmen und Institutionen aus verschiedenen Branchen sowie Bildungseinrichtungen, Kommunen und Ministerien. Durch ehrenamtliche Arbeit im Netzwerk junger Unternehmer kennt sie die Bedürfnisse von Mittelstand und Industrie.

Zum Vorabschnuppern und Kennenlernen ihrer Vita: [www.titania-pr.de](http://www.titania-pr.de) , [www.ichundmeingeist.de](http://www.ichundmeingeist.de)

Im Anschluss freuen wir uns darauf, mit Euch den Abend bei Getränken & Fingerfood ausklingen zu lassen.

**Termin:**

**Montag, 24.03.2025**

**Einlass: 18.15 Uhr Meet & Talk**

**Start Vortrag: 18.45 Uhr**

**Veranstaltungsort:**

**Kreissparkasse Böblingen**

**Wolfgang-Brumme-Allee 1**

**71034 Böblingen**

**Anmeldung bitte bis 14.03.2025**

E- mail: [ufh-calw@gmx.de](mailto:ufh-calw@gmx.de)

Eigenanteil 15€ direkt vor Ort

**Hinweis:**

Auf dieser Veranstaltung werden Fotos und Presseberichte erstellt. Sollte kein Widerspruch angezeigt werden, gebt Ihr mit Eurer Anmeldung die Erlaubnis diese zu verwenden.