

Danke Nein!

Kommunikation

Wie du freundlich deine Grenze ziehst

Wer lernt NEIN zu sagen, lernt JA zu sich zu sagen. Und ein gutes Nein hebt ein Ja.

Du darfst freundlich sein, ein gutes Herz haben, mitfühlend und hilfsbereit sein und trotzdem Neinsagen. Ein Nein an der richtigen Stelle, klar, freundlich – das ist eine Kunst. Keine Zauberei – die Freiheit und das Standing was du bekommst, das ist Magie. Die beste Art von Selfcare- und das gute ist: Einmalgelernt und umgesetzt, wirst du am Ende vielweniger Nein sagen und entspannter dein Leben genießen.

KURS INFOS:

Termin: 03/07/2026 13:00-16:30 Uhr | **Ort:** Online | **Gebühr:** € 92,- | **Punkte:** 4



Zum Kurs

<https://tri-med.de/danke-nein/>