



» Kurz bevor der « Kragen platzt

So bleibst du souverän bei deiner Meinung und überzeugst.

Was passiert eigentlich, wenn der Kragen zu platzen droht? Und wie gelingt es, emotional und kommunikativ gelassen zu bleiben? Im 4-stündigen DONNA-Workshop bekommst du Antworten und lernst das „ABC der Kragenplatzinterventionen“.

Einladung DONNA-Workshop »Kurz bevor der Kragen platzt“ am 06.09.2022

»Kurz bevor der Kragen platzt«

So bleibst du souverän bei deiner Meinung und überzeugst.

Was passiert eigentlich mit mir, kurz bevor mir der Kragen platzt? Und was ist anders, wenn ich schwierige Situationen souverän und gelassen meistere?

Diese beiden Fragen bilden den Ausgangspunkt dieses Workshops. Die bewusste Wahrnehmung der eigenen Signale macht es möglich, rechtzeitig einzugreifen, damit eine Situation – kommunikativ wie emotional – nicht aus dem Ruder läuft.

Mit dem „ABC der Kragenplatzinterventionen“ (Attitude, Breathing, Communication) erfährst du, wie du auch in schwierigen Momenten die Kontrolle über dein Handeln behalten oder wiedererlangen kannst und

überzeugend und souverän agierst. Dabei lernst du Strategien kennen, um dich in besonders herausfordernden Situationen oder bei „Grenzüberschreitungen“ jeglicher Art schnell und effektiv verbal durchzusetzen.

Deine Referentin

Esther Auer-Lammert ist Expertin für schnelle und nachhaltige Veränderungsprozesse und arbeitet als Trainerin für Persönlichkeitsentwicklung zu den Themen Resilienz, Work-Life-Balance und Self-Empowerment für Frauen und Kommunikation. Sie verspricht einen Workshop mit Herz, Humor und Verstand, der viel Raum für das eigene Erleben bietet.



Kurz bevor der Kragen platzt

Datum: Dienstag, 6. September 2022

Zeit: 17.00 -21.00 Uhr

Ort: Haus Opherdicke
Dorfstr. 29, 59439 Holzwickede

Kosten: 75,00 € inkl. Imbiss & Sekt
für DONNA Mitglieder frei

Veranstalterinnen

DONNA Unternehmerinnen Netzwerk
Westfälisches Ruhrgebiet e. V.
Telefon 02508-99 360 (Dagmar Lang)
E-Mail info@donna-netz.de
in Kooperation mit der WFG Kreis Unna

Anmeldung bis 01.09.2022

www.donna-netz.de/anmeldung