

# Können Sie auch nicht „Nein“ sagen?

Warum ist das so?

## 2 mögliche Gründe:

Wenn ich jetzt „Nein“ sage, mag mich der- oder diejenige möglicherweise nicht mehr...

Wenn ich bei meinem Chef oder Arbeitskollegen jetzt „Nein“ sage, hat das bestimmt beruflich negative Folgen für mich. Außerdem hätte mein Chef mir diese Aufgabe bestimmt nicht übertragen, wenn es nicht zumutbar wäre...

## „Nein“ sagen können ist der 1. Schritt zur Freiheit!

Wenn Sie lernen wollen dauerhaft und ohne negative Gefühle "Nein" zu sagen, können wir dies gemeinsam erarbeiten.

Rufen Sie mich jetzt an:

**06192 – 97 29 49**

Auf der Rückseite finden Sie einige Beispiele wie Sie leichter „Nein“ sagen können...

bitte wenden →



**RAINER RIEDNER**

BETRIEBLICHES GESUNDHEITSMANAGEMENT  
STRESS & BURNOUT COACHING