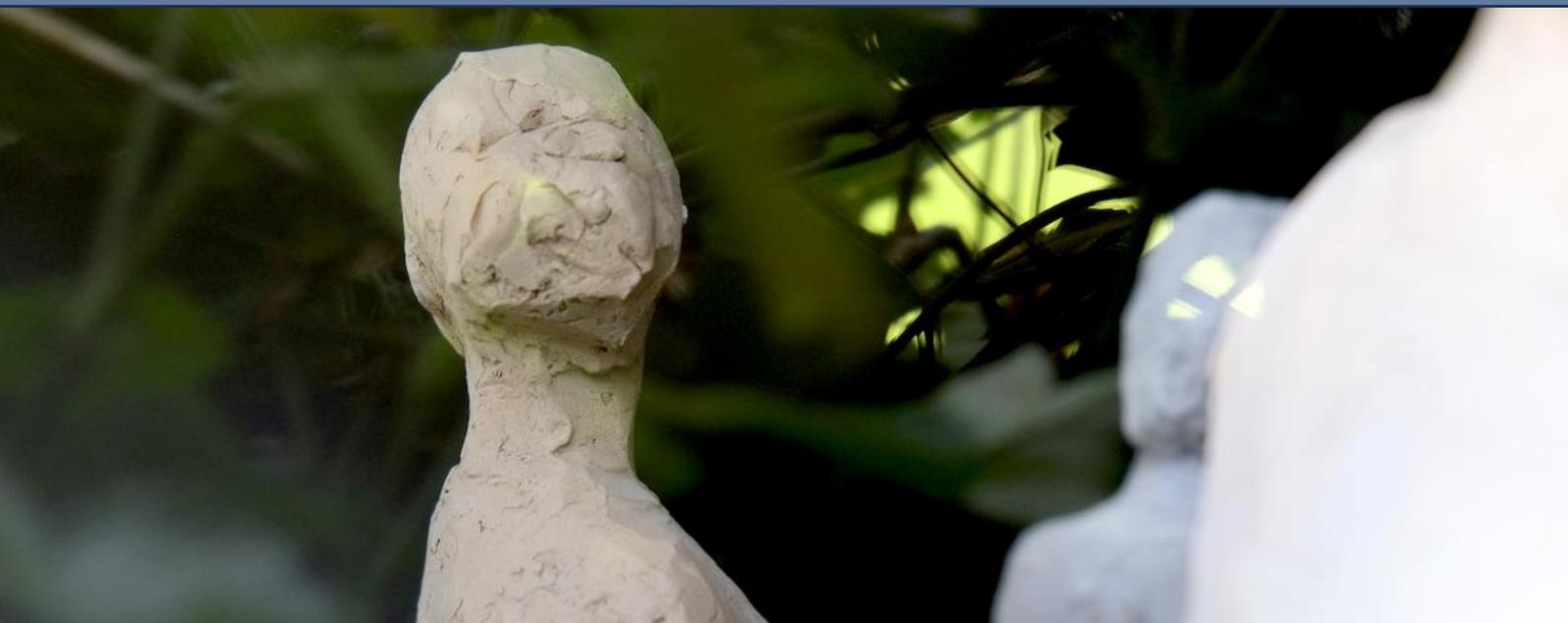




*Gelassen mit schwierigen
Menschen klarkommen
Wertschätzung & Selbststärkung
statt Schlag & Fertig*

*Fr 3. Oktober 2025, 18 Uhr bis
Sa 4. Oktober 2025, 17 Uhr*



Inhalt

Jeder kennt sie: Menschen, mit denen fast jede Begegnung zum Hürdenlauf wird, die ständig etwas missverstehen, herumrörgeln oder beleidigen. Was hilft bei solchen Menschen? Schlagfertigkeit? Ein dickes Fell? Ignorieren? Lernen Sie, wie man mit Wertschätzung, Empathie und einer guten Selbstfürsorge wohltuend auf sich und andere wirkt, und eignen Sie sich ganz nebenbei an, stacheligen Zeitgenossen mit herzlicher Gelassenheit zu begegnen! Es werden neuste Erkenntnisse aus der Psychologie und Neurobiologie sowie ausgewählte Instrumente aus dem Zürcher Ressourcen Modell (ZRM®) genutzt. Am Ende des Kurses wissen Sie, wie Eskalationen zu entschärfen sind. Sie haben verschiedene Soforthilfemassnahmen parat, um ruhig zu bleiben. Sie haben mehr Energie und weniger Stress, da Sie Grenzen setzen und Ihre Prioritäten verfolgen.

Kursleitung

Silke Weinig
Coach, Trainerin und Bloggerin für Selbstmanagement,
Potenzialentfaltung und Konfliktmanagement

Kurskosten

CHF 180

Pensionskosten

<https://www.antoniushaus.ch/essen-schlafen/zimmer>

Rabatt von CHF 15 pro Person/ Nacht auf die Pensionskosten bei Buchung zwei Monaten vor Kursbeginn
Ermässigung der Kurskosten für Kultur-Legi-Nutzende.



Anmeldeschluss Fr 12. Oktober 2025

Anmeldung an

Mattli Antoniushaus
Seminar- und Bildungszentrum
Mattlistrasse 10
6443 Morschach
www.antoniushaus.ch
info@antoniushaus.ch

