



## EEN 'NEE' IS EEN 'JA' TEGEN JE PRIORITEITEN

Je zel weer eens ja terwijl je to-dolijst ultpultt. Je verlangen om nee te zeggen, slk je in. Net ais dat goede idee - want wie wil dat nou horen? Ais je dit herkent, ga je je beter voelen ais je leert effectief assertief te zijn. Twee Management Support-trainers geven veel praktische adviezen over hoe je op een positieve manier meer inbreng kunt hebben op je werk.



## BEST PRACTICES: BEÏNVLOEDING & ASSERTIVITEIT

Twee ondersteuners vertellen hoe zij assertiever zijn geworden.

14

## ZO VERGROOT JIJ JE WERKGELUK

Optimaal functioneren op je werk kan alleen ais je plezier hebt in wat je doet. Helaas! open we allemaal weleens tegen obstakels aan, waardoor dit even niet lukt. Het goede nieuws: voor werkgeluk kun je ook zelf zorgen! Drie deskundigen vertellen hoe je dat doet. Want fluitend naar je werk, dat wil toch iedereen?

16



## EEN TEAMCONFLICT OPLOSSEN

Hoe goed je ook je best doet om teamconflicten te voorkomen, de meeste secretaresses, officemanagers en management-assistenten hebben er in hun werk weleens mee te maken gehad. Ben je echter samen met je collega's in staat constructief te werken aan het oplossen van een teamconflict dan kunnen jullie er sterker uit komen.

24