

NETZTECHNISCHE TRAININGS

Die innere Energiewende

Persönlichkeitsentwicklung mit positiver Psychologie

Zielgruppe

Mitarbeitende, die ihr Wohlbefinden und ihre Leistungsfähigkeit stärken, psychologische Energiequellen nutzen und eine positive, selbstwirksame Haltung entwickeln möchten

Ziel

Die Teilnehmenden gewinnen wertvolles Wissen und legen anhand praktischer Übungen und wissenschaftlich fundierte Tools aus der Positiven Psychologie die Grundlage, sowohl privat als auch beruflich nachhaltig zu wachsen

Inhalte

- Einführung in die Positive Psychologie: Ursprung, Nutzen und Anwendung
- Setzen eines persönlichen Maßstabs für das Wohlbefinden
- Nutzung der Energie positiver Emotionen
- Entwicklung einer optimistischen und positiven Weltsicht
- Entdeckung der individuellen Charakterstärken
- Arbeiten in Höchstform durch Fokus und Flow
- Erkennen der eigenen Motivationsfaktoren
- Stärkung und Vertiefung von Beziehungen
- Klärung der eigenen Werte und Prioritäten
- Aufbau von Resilienz in herausfordernden Zeiten
- Erreichen von Zielen durch Selbstwirksamkeit
- Weiterführung des persönlichen Entwicklungsweges

Abschluss

Teilnahmebescheinigung

Hinweis

Hybrides Format mit Online- und Präsenzveranstaltungen. Der Kurs ist in drei Module gegliedert, die jeweils einen Tag in Präsenz und einen Onlinetag beinhalten. Individuelle Kurse an unterschiedlichen Trainingsorten oder beim Kunden auf Anfrage möglich

Nummer	NSK06
Teilnehmer	8-12
Dauer	6 Tage
Preis	2200 €

Veranstaltungsmanagement

+49 711 289 52100

netztechnische-trainings@netze-bw.de

Termine und Orte

trainings.netze-bw.de