



After Work IMPULSE

... für mehr Wohlbefinden und Zufriedenheit bei der Arbeit

E: Engagement - STÄRKEN

nach dem PERMA-Modell der Positiven Psychologie

Donnerstag, 22.11.2018 von 18.30 - 20.30 Uhr

Offenbach-Kursräume, München-Pasing

Gibt Ihnen Ihre Arbeit Energie?

Mühen Sie sich ab mit Dingen, die Sie nicht gerne tun? Und kämpfen Sie damit, in Ihren Schwächen besser zu werden? Oder setzen Sie bereits auf Ihre Stärken, um Ihre Potenziale zu entfalten und aufzublühen?

Impulse des Abends

- Sie schnuppern rein in die Welt der Positiven Psychologie und der VIA Charakterstärken.
- Das **E** im PERMA-Modell der Positiven Psychologie steht für **Engagement**; hierzu zählen Flow, Achtsamkeit und Stärken. Wir wachsen, lernen und entwickeln uns am besten im Bereich unserer Stärken.
- Sie erfahren mehr darüber, welche Vorteile Ihnen Ihre Stärken bringen, und was die Wissenschaft sagt.
- Sie nehmen Impulse mit nach Hause, Ihre Stärken zu entdecken und zukünftig mehr anzuwenden.
- Sie erleben einen Abend in entspannter Netzwerk-Atmosphäre und treffen Gleichgesinnte.

Termin, Ort und Anmeldung

Donnerstag, 22.11.2018 von 18.30 - 20.30 Uhr

in den Offenbach-Kursräumen, Offenbachstr. 8, 81245 München-Pasing (Nähe Pasing Arcaden)

Anmeldungen bitte per E-Mail an Gaby Regler mail@gabyregler.de

Unkostenbeitrag

20 € für den Abend, inkl. Getränke & Snacks, zahlbar vor Ort

Wenn Sie alle fünf Abende besuchen, dann ist der letzte Abend für Sie kostenlos.

Ihre Impulsgeberinnen

„Unsere Begeisterung für die Positive Psychologie hat uns zusammengeführt und verbindet uns. Es ist uns ein Herzensanliegen, die Inhalte nach außen zu tragen und Menschen bei ihrer persönlichen Veränderung zu unterstützen.“ Wir freuen uns auf Sie.



Gaby Regler
Laufbahn- und Karriereberatung
www.gabyregler.de
mail@gabyregler.de
0151 - 12400 878



Michaela Nißler
Beratung & Coaching
www.begefo.de
post@begefo.de

Allgemeine Informationen zu den Impuls-Abenden

Kennen Sie schon das **PERMA**-Modell der Positiven Psychologie? Es wurde entwickelt von Martin Seligman, dem Begründer der Positiven Psychologie - der Wissenschaft vom gelingenden Leben und Arbeiten. Jeder der fünf Buchstaben steht für einen Bereich des (Arbeits-)Lebens, der wichtig ist für unser Wohlbefinden und unsere Zufriedenheit. Jedem Buchstaben widmen wir einen Themenabend.

Alle Themenabende sind in sich abgeschlossen. Sie können sie einzeln besuchen.

17.01.19: Relationships - Nehmen oder geben? Feind oder Freund? Investieren in **BEZIEHUNG**

21.02.19: Meaning - Frustriert? Ausgebrannt? Ohne Engagement? Oder arbeiten mit **SINN**

04.04.19: Accomplishment - Verbissen? Unter Druck? Aufgeben? Oder leichter ankommen am **ZIEL**

jeweils von 18.30 - 20.30 Uhr in den Offenbach-Kursräumen, München-Pasing.