



After Work IMPULSE

... für mehr Wohlbefinden und Zufriedenheit bei der Arbeit

R: Relationships - BEZIEHUNGEN

nach dem PERMA-Modell der Positiven Psychologie

Donnerstag, 17.01.2019 von 18.30 - 20.30 Uhr

Offenbach-Kursräume, München-Pasing

Lohnt es sich für Sie, Zeit und Mühe in gelingende (Arbeits-) Beziehungen zu investieren?

Wollen Sie mehr darüber erfahren, wie wichtig gute Beziehungen sind - für Ihr Glück und ein gutes Leben? Und darüber, was eine gute Beziehung wirklich ausmacht? Wollen Sie wissen, welche Kommunikationsmuster eine Beziehung schädigen oder zerstören? Und was es Ihnen bringt, zu geben - statt zu nehmen?

Impulse des Abends

- Sie schnuppern rein in die Welt der gelingenden Beziehungen und der Positiven Psychologie.
- Das **R** im PERMA-Modell der Positiven Psychologie steht für **Relationships**, also für Beziehungen und das Gefühl der Verbundenheit mit anderen Menschen.
- Sie erfahren mehr darüber, was die Wissenschaft zu Beziehungen und „Geben“ sowie „Nehmen“ sagt.
- Sie nehmen Impulse mit nach Hause, was Sie selbst aktiv für gelingende Beziehungen tun können.
- Sie erleben einen Abend in entspannter Netzwerk-Atmosphäre und treffen Gleichgesinnte.

Termin, Ort und Anmeldung

Donnerstag, 17.01.2019 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

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.

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.