



After Work IMPULSE

... für mehr Wohlbefinden und Zufriedenheit bei der Arbeit

M: Meaning - SINN

nach dem PERMA-Modell der Positiven Psychologie

Donnerstag, 21.02.2019 von 18.30 - 20.30 Uhr

Offenbach-Kursräume, München-Pasing

Wollen Sie mehr Sinn in Ihrem (Arbeits-)Leben finden?

Sind die vier Säulen eines sinnvollen und erfüllten (Arbeits-)Lebens bereits Teil Ihres eigenen Lebens? Wollen Sie mehr darüber erfahren? Und wie Sie diese Säulen in Ihr Leben holen, um Sinnlosigkeit und Frust hinter sich zu lassen - und etwas für Sie „Wertvolles“ zu tun? Kennen Sie bereits das Konzept des Job-Craftings? Wollen Sie wissen, wie Ihre wichtigsten Werte und Ihre zentralen Stärken mit Ihrer Berufung zusammenhängen? Und wie Sie diese besser in Ihr (Arbeits-)Leben integrieren?

Impulse des Abends

- Sie schnuppern rein in die Themen Sinn und Berufung - und in die Welt der Positiven Psychologie.
- Das M im PERMA-Modell der Positiven Psychologie steht für **Meaning**, also für das Gefühl, einen sinnvollen Beitrag zu leisten.
- Sie erfahren mehr darüber, was die Wissenschaft zur Sinnfindung im Beruf sagt, sowie über das wertvolle Konzept des Job-Craftings.
- Sie nehmen Impulse mit nach Hause, wie Sie Ihre Arbeit umgestalten, um mehr Sinn darin zu finden.
- Sie erleben einen Abend in entspannter Netzwerk-Atmosphäre und treffen Gleichgesinnte.

Termin, Ort und Anmeldung

Donnerstag, 21.02.2019 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.

04.04.19: Accomplishment - Verbissen? Unter Druck? Aufgeben? Oder leichter ankommen am **ZIEL** von 18.30 - 20.30 Uhr in den Offenbach-Kursräumen, München-Pasing.