

Online-Vortrag: Positive Psychologie

Glück, Optimismus und individuelle Stärken

„Was macht ein wirklich gelingendes und glückliches Leben aus? Diese Frage ist fast so alt wie die Menschheit selbst. Philosophen stellen schon seit Jahrhunderten die Frage nach dem gelingenden Leben und der Gestaltung einer Welt, in der jeder Anteil daran haben kann. Mit der Jahrtausendwende entwickelte sich der noch junge Forschungszweig der Positiven Psychologie. Im Fokus steht die Frage nach dem erfüllten Leben wissenschaftlich auf den Grund zu gehen.“

Termin

06.05.2025, 15:00 bis 16:30 Uhr

Zielgruppe

Mitarbeitende im Gesundheitswesen

Kursinhalte

- Einführung in die Positive Psychologie
- Positives Denken und Optimismus
- Übersicht von evidenzbasierten Übungen und Tätigkeiten
- Anwendungsbeispiel für den Alltag und Beruf

Dozentin

Saskia Glaas, Trainerin am LMU Center for Leadership and People Management, Wirtschafts-, Organisations- und Sozialpsychologie (M.Sc.), Psychologie (B.Sc.)

Kursgebühr

50,00 Euro

Anmeldeschluss

04.04.2025

Weitere Informationen

Fortbildungspunkte RbP: 2
Maximale Teilnehmerzahl: 14

Ort

Online-Veranstaltung über die
Plattform Zoom