

Halb voll oder halb leer

Wie Sie leichter das Positive sehen (Vortrag oder Webinar)

Ziel

„Schwer ist leicht was“ – so lautet der Titel eines Buchs des Kabarettisten und Schauspielers Ottfried Fischer. Und der Autor hat recht. Denn meistens sind wir viel schneller darin, das Schwierige oder Belastende in einer Situation zu sehen als das Positive. Das heißt allerdings nicht, dass wir keine Wahl hätten. Ganz im Gegenteil. In diesem Vortrag bzw. Webinar lernen Sie, wie Sie Ihre Aufmerksamkeit mehr auf das Positive lenken und alles etwas leichter nehmen können.

Zielgruppe

Mitarbeiter*innen und Führungskräfte

Inhalt

- Das Reptil in uns und die freie Entscheidung
- Das Gefühlsdreieck
- Die Bewertung macht den Unterschied
- „Fake it until you make it“
- Tipps zum Weiterlesen und Weitermachen

Methodik

Inputs zu den Konzepten und Modellen, Selbstreflexion, Anregung zu Praxisübungen und Transfer

Dauer

2 Stunden

Teilnehmer Inhouse-Seminar

Mindestens 8, maximal 15

(Gerne können 17–18 Teilnehmer*innen eingeladen werden, um Absagen auszugleichen.)

Gesamtinvestition

975 Euro inkl. Begleitmaterialien