



Psychotherapie

Positive Psychologie – der Methodenkoffer – Einführung

Die positive Psychologie befasst sich als Wissenschaft mit den positiven Aspekten des Menschseins.

Was macht das Leben lebenswert und welche begünstigenden Eigenschaften bereichern die Bedingungen des Wohlbefindens?

Die positive Psychologie ist teilweise bereits in der ressourcenorientierten Psychotherapie vertreten, hat aber zum Ziel, die Psychologie zu vervollständigen, indem sie bisher vernachlässigte Bereiche erforscht und sich beispielsweise mit Charakterstärken, Tugenden, Wohlbefinden, Lebenszufriedenheit, positiven Emotionen und Talenten befasst.

Lernen Sie in diesem Seminar alles über:

- Ursprung der PPSY
- PERMA - Modell
- Flow
- Wertekategorien und Selbstwirksamkeitswirkung
- Stärken und Selbsterkenntnis
- "Ein Mittel gegen Unzufriedenheit"
- Achtsamkeitsübungen
- gesunder Optimismus etc.

Dieses Seminar richtet sich an alle interessierten Berufsgruppen!

Termine

Mi, 12.05.2027

18:00-20:30 Uhr

Do, 13.05.2027

18:00-20:30 Uhr

Preis

120,00 €

Online-Seminar

Dieses Seminar findet online statt.

Seminarnummer

SSH111120527

Anmeldemöglichkeiten

- Bei jeder Akademie
- Per Fax: 0261-952 52 33
- Auf [unserer Webseite](#)



Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 18.12.2025

Dozent

Dozententeam

Dozenten werden noch bekannt gegeben.