



**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**

Mo, 30.08.2027

18:00-20:30 Uhr

Mo, 06.09.2027

18:00-20:30 Uhr

### **Preis**

120,00 €

### **Online-Seminar**

Dieses Seminar findet online statt.

### **Seminarnummer**

SSA111300827

### **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.