Psychotherapie

Positive Psychologie – Methodenlehre und Beratung

Erweitern Sie Ihr methodisches Repertoire: Lernen Sie in diesem Seminar, wie Sie die Aktivierung innerer Ressourcen fachgerecht in Ihre Beratungspraxis integrieren. Entdecken Sie praxisnahe Methoden der Positiven Psychologie – der Wissenschaft vom gelingenden Leben – um Ihre Klientinnen und Klienten in Veränderungsprozessen, bei der Stärkung der psychischen Widerstandskraft (Resilienz) sowie der persönlichen Weiterentwicklung professionell zu begleiten.

Das Seminar richtet sich gezielt an erfahrene Therapeuten/innen, Berater/innen sowie Coaches, die ihre praktischen Ansätze um evidenzbasierte und lösungsorientierte Interventionsmethoden erweitern möchten.

Inhalt:

• Das PERMA-Modell: Praxisbezogene Anwendung der fünf Dimensionen (Positives Befinden, Engagement, Beziehungen, Sinn- und Zielerreichung) zur Förderung individueller Potenziale
• Stärkenorientierung: Identifikation und Nutzung von Charakterstärken
• Resilienztraining: Konzepte zur Stärkung der psychischen Widerstandskraft
• Positive Emotionen: Methodische Integration in den Beratungsalltag
• Achtsamkeit und Flow: Erleben im therapeutischen und beratenden Kontext
• Dankbarkeit und positives Mindset: Interventionen für eine lösungsorientierte Haltung

Durch einen hohen Praxisanteil und interaktive Gruppenübungen erproben Sie die vorgestellten Tools direkt im Seminar. Dies ermöglicht Ihnen, das theoretische Wissen fachgerecht in Ihren spezifischen Berufsalltag zu transferieren und Ihre Klienten/innen prozessorientiert und ressourcenfokussiert zu unterstützen.

Hinweis zur Weiterbildung:

Nach Abschluss dieses Seminars haben Sie die Möglichkeit, Ihr Wissen mit dem Seminar „Positive Psychologie – Methodenkoffer“ zu vertiefen, das sehr praxisorientiert aufgebaut ist. Sie lernen dort zahlreiche weitere Techniken für eine handlungssichere Anwendung im beruflichen Umfeld kennen.

Termine

So, 31.10.2027
09:00-18:00 Uhr
Sa, 13.11.2027
09:00-18:00 Uhr

Preis

360,00 €

Schule

Paracelsus Heilpraktikerschule Augsburg
Oberbürgermeister-Dreifuß-Str. 1
86153 Augsburg
Tel. 0821-349 95 56

Seminarnummer

SSH89301027V2

Anmeldemöglichkeiten

- Bei jeder Akademie
- Per Fax: 0261-952 52 33
- Auf unserer Webseite

Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 08.11.2026

Dozentin

Corinna Bergemann

Corinna Bergemann ist Heilpraktikerin für Psychotherapie, ganzheitliche Ernährungsberaterin und Dozentin an den Paracelsus Heilpraktikerschulen. Nach intensiver fachlicher Ausbildung und eigener therapeutischer Entwicklung begleitet sie heute Menschen auf ihrem Weg zu mehr psychischer Gesundheit und innerer Stabilität. Im Mittelpunkt ihrer Arbeit stehen eine wertschätzende therapeutische Beziehung, lösungsorientierte Gesprächsführung sowie die Arbeit mit Ängsten, Selbstwertthemen und belastenden Denkmustern. Neben ihrer Praxistätigkeit bildet sie angehende Heilpraktikerinnen und Heilpraktiker für Psychotherapie aus. Ihr Anliegen ist es, psychologisches Wissen verständlich, praxisnah und mit Begeisterung zu vermitteln.