

KURSINFORMATIONEN

Wie geht glücklich sein?

Ansätze und Übungen aus der Positiven Psychologie

In dieser Fortbildung beschäftigen wir uns damit - wie wir nicht das kurzfristige Glück, sondern die Zufriedenheit wieder in unser Leben bringen. So viele Menschen haben derzeit das Gefühl nur noch zu funktionieren und nicht mehr so zu leben, wie sie es gerne würden.

Deshalb beschäftigen wir uns mit unseren Ressourcen und Stärken. Wir schauen was frisst bei uns die Energie.

Diese Fortbildung ermöglicht eine eigene Selbstreflexion. Die Positive Psychologie ist die Wissenschaft dessen, was Individuen, Organisationen und Gesellschaften dazu befähigt, sich bestmöglich zu entwickeln und aufzublühen (flourish). Positive Psychologie ist daher die Wissenschaft des gelingenden Lebens.

Am Ende des Seminars...

- kennen Sie Ihre Stärken und wissen, wie Sie sie am besten einsetzen.
- haben Sie Interventionen für ein zufriedenes achtsames Leben kennengelernt.
- hatten Sie Zeit sich wieder in den Blick zu nehmen und können gestärkt dem Alltag begegnen.

Zielgruppe

Pädagogische Mitarbeiter*innen in Tageseinrichtungen für Kinder

Hinweis

Bitte bringen Sie Kleidung für ein paar Übungen in der Natur mit.

Referent*in

Corinna Fahnroth, Staatlich anerkannte Erzieherin, Diplom-Pädagogin, Diplom-Religionspädagogin, Supervisorin und Coach, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Trainerin und Coach für Positive Psychologie (DGPP), REVT (Rationale Motive & Kognitive Verhaltenstherapie), Schema-Beratung und

SchemaCoaching, Kursleiterin für Waldbaden - Achtsamkeit im Wald®,
Dozentin an einer Fachakademie für Sozialpädagogik, Eggenthal

Datum

22. Juni 2027

Tagungsort

Exerzitienhaus St. Paulus, Krippackerstraße 6 in Leitershofen

Beginn / Ende

09:00 bis 16:30 Uhr

Kursgebühr

175,-- € inkl. Tagungsgetränke und Mittagessen

TERMIN

22.06.2027 - 22.06.2027

09:00 Uhr - 16:30 Uhr

KURSNUMMER

K12627

VERANSTALTUNGORT

Exerzitienhaus St. Paulus
Krippackerstraße 6
86391 Leitershofen

www.exerzitienhaus.org

ANSPRECHPERSON

Patricia Reith
+49 (821) 3156-282
fortbildung@caritas-augsburg.de

Jede Spende hilft!

DKM Darlehnskasse Münster
IBAN DE28 4006 0265 0010 0255 10
BIC GENODEM1DKM



Hinweis: Dieses Dokument wurde gemäß den Anforderungen des
Barrierefreiheitsstärkungsgesetzes erstellt.