VBE-Live-Online-Seminar: „Die Kraft der positiven Gefühle – Was ist und bewirkt die Positive Psychologie?“

Termine: jeweils Dienstag, 09., 16. und 23. März 2027 – jeweils 15:00 bis 17:00 Uhr

Fortbildungsbeschreibung:

Aktuelle Forschungsergebnisse belegen, dass Menschen, die sich gut, d.h. positiv fühlen, in der Regel gesünder sind und eine höhere Lebenserwartung haben. „Die landläufige Wahrnehmung von Glück als etwas, dass man unbedingt erreichen muss – andernfalls hat man im Leben versagt – ist nicht hilfreich.“ sagt jedoch der britische Neurowissenschaftler Dean Burnett. Deshalb sprechen viele Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler auf diesem Gebiet lieber von Lebenszufriedenheit. Lt. dem US-amerikanischer Psychologen Martin Seligman, Begründer der positiven Psychologie, trifft das Wohlbefinden viel besser den Kern des wahren Glücklichseins.

In diesem Live-Online-Seminar erhalten Sie einen ersten Einblick in die Denkansätze und Techniken der Positiven Psychologie, lernen einige ihrer Wirkmechanismen kennen und wie Sie persönlich davon profitieren können. Sie erleben in ausgewählten Übungen, wie Sie positive Gefühle und damit Wohlbefinden „trainieren“ und in Ihr tägliches Leben einbringen können. Sie erhalten Anregungen, wie Sie Ihre Stärken (noch mehr) nutzen und sich damit neue Ressourcen schaffen können, um Ihre Energiereserven wieder aufzufüllen und gleichzeitig Ihre innere Widerstandsfähigkeit zu steigern.

Fortbildungsinhalte:

- Einführung in die Grundlagen, Methoden und Interventionen aus der Positiven Psychologie
- Wirkmechanismen der Positiven Psychologie und Anregungen, wie die Teilnehmenden persönlich davon profitieren können
- Der 3:1 Quotient nach Barbara L. Fredrickson
- Empfehlungen zur Steigerung der Positivität und Verminderung der Negativität
- Das PERMA-Modell
- Die Wirkung der Meditation
- Stärken stärken stärkt – Das Charakterstärken-Modell

Zielgruppe: Lehrkräfte und Erzieherinnen und Erzieher

Fortbildungsmethoden:

- kompaktes Live-Online-Seminar in drei Modulen à 120 Minuten über das Videokonferenz-System Zoom
- interaktiv, praxisorientiert und abwechslungsreich, mit Techniken wie beim Präsenztraining
- Mix aus Input, Austausch und Reflexion – im Plenum aber auch in Einzel- und Kleingruppenarbeit

Videokonferenz-System und Voraussetzungen:

- Zoom
- Internetfähiges Gerät mit Audio- und Video-Zugang
- Den Link mit den Schulungsunterlagen wird vorab per E-Mail zugeschickt.

Referentin:

Kathrin Tietz, Business & Personal Coach und Trainerin: „Während meiner mehr als 15-jährigen Tätigkeit als Führungskraft in der Dienstleistungsbranche habe ich erfolgreich kleine Teams und auch mehr als 100 MitarbeiterInnen geleitet. Für mich zählen ein respektvoller und wertschätzender Umgang miteinander, eine Zusammenarbeit auf Augenhöhe und eine ausgeglichene Lebensbalance zu den Werten, die ich lebe und nun in meinen Seminaren an die Teilnehmenden weitergebe - praxisnah, nutzenorientiert und mit konkreten Handlungsempfehlungen. Meine Angebote als ausgebildete systemische Business- & Personal-Coach (ECA zertifiziert) geben Unterstützung im konkreten Umgang miteinander. Eine wichtige Rolle spielt die Entwicklung der Kommunikations- und die Erhöhung der persönlichen Konfliktlösungsfähigkeiten. Ich helfe den Teilnehmenden dabei ein unerwünschtes in ein gewünschtes Verhalten zu transformieren und bestimmte, immer wieder als belastend erlebte Situationen, besser managen zu können."

Teilnahmegebühr:

Die Teilnahmegebühr beträgt **89,00 € für VBE-Mitglieder** und **119,00 € für Nichtmitglieder**. Für **Teilnehmerinnen & Teilnehmer im Studium, Vorbereitungsdienst oder in der Ausbildung** beträgt die Teilnahmegebühr **69,00 € für VBE-Mitglieder** und **89,00 € für Nichtmitglieder** (Preise inkl. Informationsmaterialien und Tagungsunterlagen. Alle Preise sind inkl. MwSt.). Die Zahlung der Fortbildungsgebühr erfolgt auf Rechnung.

Anmeldung und Anmeldeschluss:

Bitte melden Sie sich bis zum 17.02.2027 an. Die Anmeldung zu den Fortbildungen ist ausschließlich online über unsere Homepage, www.vbe-bw.de/veranstaltungen möglich. Vertragspartnerin der Teilnehmerin bzw. des Teilnehmers der Fortbildung ist die VBE Wirtschaftsservice GmbH.

Sollten Sie nicht an der Veranstaltung teilnehmen können, ist eine Stornierung des Fortbildungsvertrages in Textform (E-Mail) möglich. Maßgeblich für die Fristwahrung ist der Eingang der Stornierung bei der VBE Wirtschaftsservice GmbH oder einer von ihr beauftragten Person. Die Stornierung ist per E-Mail an fortbildung-wirtschaftsservice@vbe-bw.de zu richten.

Es gelten folgende Stornierungsbedingungen:

- bis vier Wochen vor Veranstaltungsbeginn: kostenfreie Stornierung
- innerhalb von vier bis zwei Wochen vor Veranstaltungsbeginn: Erstattung von 70 % des Teilnahmebetrages
- innerhalb von zwei bis einer Woche vor Veranstaltungsbeginn: Erstattung von 50 % des Teilnahmebetrages
- innerhalb von einer Woche vor Veranstaltungsbeginn: Erstattung von 20 % des Teilnahmebetrages
- bei Nichterscheinen: keine Rückerstattung

Die Benennung einer geeigneten Ersatzteilnehmerin bzw. eines geeigneten Ersatzteilnehmers ist jederzeit vor Veranstaltungsbeginn möglich. In diesem Fall entstehen keine Stornogebühren; gegebenenfalls kann eine angemessene Bearbeitungsgebühr erhoben werden.

Teilnehmende, die Verbraucherinnen oder Verbraucher im Sinne des § 13 BGB sind, steht ein gesetzliches Widerrufsrecht zu. Gesetzliche Rücktritts- und Widerrufsrechte bleiben von den vorstehenden Stornierungsbedingungen unberührt.

Für die Buchung gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) der VBE Wirtschaftsservice GmbH sowie die Widerrufsbelehrung, die Sie auf der Homepage des Wirtschaftsservices unter http://www.vbe-wirtschaftsservice.de/agb lesen und downloaden können.

Kontakt bei Rückfragen:

Verband Bildung und Erziehung Baden-Württemberg e.V.
Annika Jung
Referentin Fortbildung und Medien

im Auftrag der **VBE Wirtschaftsservice GmbH**
E-Mail: fortbildung-wirtschaftsservice@vbe-bw.de
Telefon: 0711 22931478

VBE Wirtschaftsservice GmbH
Heilbronner Str. 41 I 70191 Stuttgart
Telefon.: 0621 4815497
E-Mail: wirtschaftsservice@vbe-bw.de

Homepage: https://www.vbe-wirtschaftsservice.de/
Geschäftsführung: Alexandra Vock
Amtsgericht Stuttgart, HRB 24315
Sitz der Gesellschaft: Stuttgart