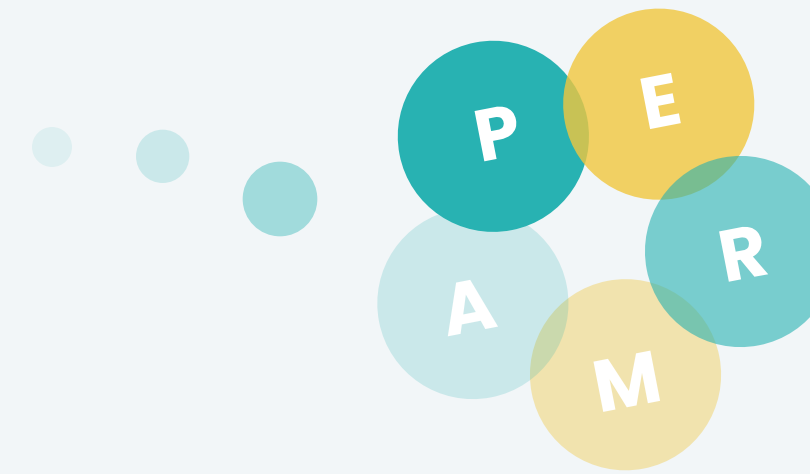


# Aufblühen statt Ausbrennen

## Seminar: Glückliche Menschen in erfolgreichen Organisationen



### ZIELGRUPPE:

- Führungskräfte und Projektleiter, die sich in ihrer Leiterfunktion positiv weiterentwickeln möchten
- Verantwortliche unterschiedlicher professioneller Couleure in Organisationen, die sich stärken und entwickeln möchten
- Scrum-Master, Product-Owner, Design-Thinker oder NewWork-Collaborators, Personal- und Organisationsentwickler, HR-Partner und HR-Mitarbeitende, die Interesse an
  - Positiver Entwicklung von Mitarbeitenden und Organisationen haben
  - Stärken- und beziehungsorientierte Zusammenarbeit in ihrer Organisation haben
  - Neuen Erkenntnissen und Erfahrungen im Bereich Positive Psychologie für sich und Ihre Organisation haben und diese nutzstiftend dort einbringen wollen

### ZIELSETZUNG & INHALT:

Nach der Seminarreihe haben Sie das Wissen und die Werkzeuge, wie Sie die vielfältigen, wissenschaftlich erwiesenen positiven Effekte der Positiven Psychologie im beruflichen Alltag erlebbar machen – für Sie selbst und in Ihrer Organisation.

Sie erlernen,

- wie Sie Resilienz aufbauen,
- konkrete Ziele setzen und mit Freude erreichen,
- Ihre Selbstbestimmung und Motivation zu fördern und
- positive Beziehungen zu gestalten.

Somit können Sie MitarbeiterInnen und Führungskräfte bestmöglich bei der Erreichung der Unternehmensziele unterstützen. Zudem lernen Sie, wie Sie soziale Aspekte bei der Umsetzung eines gezielten und systemischen Wandels in einer Organisation entsprechend berücksichtigen. Die Kombination von Präsenztraining, Peergroup-Austausch und Online-Follow-Up sorgt für eine nachhaltige Wirkung und einen gelingenden Transfer in die Praxis.

### METHODIK & DIDAKTIK:

- Präsenz-Training mit qualifiziertem fachlichem Input, intensivem Austausch unter den Teilnehmerinnen und der Arbeit an eigenen Fragestellungen und Zielsetzungen;
- Entwicklung konkreter Konzepte zur direkten Umsetzung im eigenen (beruflichen) Umfeld inkl. Beratung und qualifiziertem Feedback;
- Blended-Learning Elemente mittels moderner „Positive Tools“ (Jahreslizenz von TalentCoach inklusive)
- Zertifizierung am Ende der Ausbildungsreihe
- Optional zubuchbar: Individual-Coaching

### IHRE REFERENTINNEN:



#### **Bettina Hantmann-Willmes**

Referentin | Coach, Trainerin, Beraterin,  
Inhaberin Hantmann Consulting  
bettina@hantmann.com  
+49 151 17 22 66 77

- Mehrjährige Führungs- und Geschäftsführungserfahrung in Wirtschaftsunternehmen
- Seit 1998 Beraterin, Trainerin und Coach für Führungskräfte und Organisationen im Profit- und Non-Profit Bereich und der öffentlichen Verwaltung
- Lehraufträge an Hochschulen



#### **Markus Pollhamer**

Referent | Trainer, Coach,  
CEO von Innoviduum  
markus.pollhamer@innoviduum.at  
+43 660 4927887

- Mehrjährige Erfahrung im Bereich Innovationsmanagement in Industrieunternehmen
- Gründer und Geschäftsführer der Innoviduum GmbH
- Lehrbeauftragter an Universitäten und Fachhochschulen

**1. Tag: 10:00-18:00**

GER, MA 27.06.2022 | AUT, NÖ 04.05.2022

### Grundlagen der Positiven Psychologie

Seligmanns PERMA-Modell: 5 Faktoren für ein gelingendes Leben; Bedeutung vom Erkennen und gezielten Einsetzen individueller Stärken für die eigene Entwicklung, Potenzialentfaltung, Wohlbefinden und Erfolg, Wohlfühlglück/Werteglück, Resilienz

### Wirkung von Positiven Emotionen

Aufwärtsspirale der positiven Emotionen, Achtsamkeit, Übungen zu positiven Emotionen; Regelmäßiges Erleben von Positiven Emotionen trägt dazu bei, dass Mitarbeitende sich an ihrem Arbeitsplatz wohlfühlen, Freude und Zufriedenheit bei der Arbeit erleben

### Erkennen und Fördern individueller Stärken

Engagement, Stärken, Flow als natürlicher Ausgleich für Stress; Erkennen individueller Stärken und Fähigkeiten mit dem Online-Tool TalentCoach (Selbst- und Fremdbild, Auswertung, Entwicklung) ermöglicht, diese im (Arbeits-)Alltag gezielt einzusetzen und sie weiter auszubauen

**2. Tag: 10:00-18:00**

GER, MA 28.06.2022 | AUT, NÖ 05.05.2022

### Aufbau und Pflege förderlicher Arbeitsbeziehungen

Feedback, Psychologische Sicherheit, aufblühende Teams, positive Kommunikation, Tandempartner; Gegenseitige Unterstützung, wertschätzender Umgang und Team-Erleben schafft tragfähige Beziehungen und ermöglicht es, die "beste Version von sich selbst" zu werden;

### Sinn am Arbeitsplatz erleben und ermöglichen

Aufwärtsspirale der positiven Emotionen, Achtsamkeit, Übungen zu positiven Emotionen; Regelmäßiges Erleben von Positiven Emotionen trägt dazu bei, dass Mitarbeitende sich an ihrem Arbeitsplatz wohlfühlen, Freude und Zufriedenheit bei der Arbeit erleben

### Verfolgen und Erreichen von Zielen und Erleben von Selbstwirksamkeit

Engagement, Stärken, Flow als natürlicher Ausgleich für Stress ;Erkennen individueller Stärken und Fähigkeiten mit dem Online-Tool TalentCoach (Selbst- und Fremdbild, Auswertung, Entwicklung) ermöglicht, diese im (Arbeits-)Alltag gezielt einzusetzen und sie weiter auszubauen

**Online-Follow-Up:**

Terminvereinbarung im Präsenz-Setting

### Umsetzung in die eigene Praxis

Abschluss, Zusammenfassung, Konkrete Umsetzung im eigenen Arbeitsalltag, Projektpräsentationen, individuelle Zielsetzung, Zertifizierung

PERMA-Modell der  
Positiven Psychologie



**DAUER:** 2 Tage Präsenz-Training plus 1/2 Tag Online-Follow-Up

**INVESTITION:** € 1.950.- exkl. Ust; Kosten für die Verpflegung während des Seminars sind enthalten. Weitere Verpflegung sowie mögliche Übernachtung sind von den TeilnehmerInnen selbst zu tragen.

**TEILNEHMERINNEN:** Dieses Angebot ist auf 20 TeilnehmerInnen begrenzt.

### KONDITIONEN:

Mit dem Abschicken Ihrer formlosen Anmeldung an [service@innoviduum.at](mailto:service@innoviduum.at)

und der Überweisung der Anzahlung in Höhe von EUR 150.- melden Sie sich verbindlich zur genannten Veranstaltung an. Die restliche Teilnahmegebühr ist bis zwei Wochen vor Seminarbeginn fällig. Wenn Plätze für die aktuellen Termine frei sind, erhalten Sie von uns Ihre Anmeldebestätigung und die Rechnung über Ihre Teilnahmegebühr. Sollte die Seminarreihe bereits ausgebucht sein, informieren wir sie gerne über die nächsten Termine.

Kostenfreier Rücktritt von Ihrer Anmeldung ist innerhalb von 14 Tagen nach Ihrer Anmeldung möglich.

Danach fallen folgende Stornokosten an:

- Wenn ein Teilnehmer von der Warteliste nachrücken kann oder Sie einen Ersatzteilnehmer stellen: keine Stornokosten
- bei Abmeldung bis 6 Wochen vor Seminar-/ Ausbildungsbeginn: EUR 150
- bei Rücktritt bis vier Wochen vor Seminar-/ Ausbildungsbeginn: 50% der Teilnahmegebühr
- bei späterem Rücktritt: 100 % der Teilnahmegebühr

Falls das Seminar unsererseits abgesagt werden muss, erstatten wir Ihnen die bezahlte Teilnahmegebühr unverzüglich zurück. Weitere Ansprüche können nicht geltend gemacht werden.

Die Seminarreihe dient der beruflichen Fortbildung. Sie ersetzt keine Psychotherapie und setzt eine normale psychische und physische Belastbarkeit voraus.

Um Ihre Anmeldung bearbeiten zu können, speichern wir Ihre Daten. Wir garantieren Ihnen, dass wir Ihre Daten nur für kursinterne Zwecke nutzen und sie nicht weitergeben.