

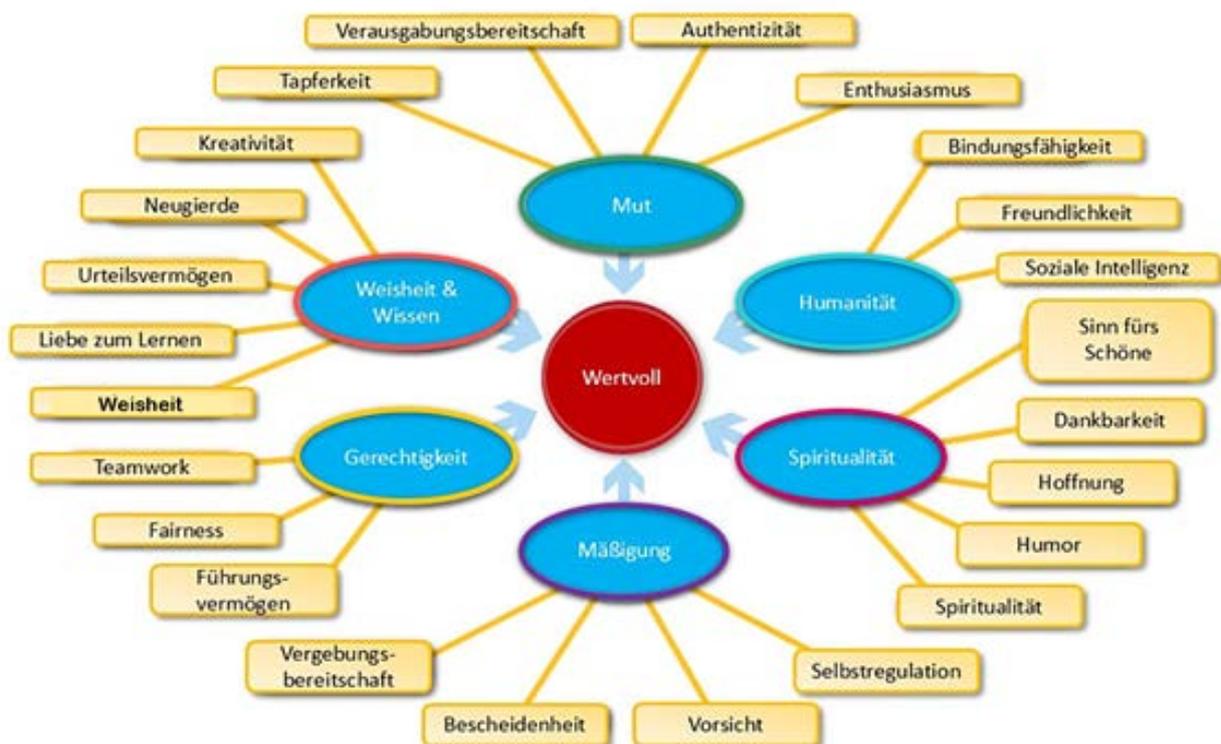
Signaturstärken – Training

Mit Jytte von der Heide am 03.12.2021 (online)

Worum geht`s?

Die stärkenorientierte Begleitung von Menschen ist ein Ansatz aus der Positiven Psychologie. Die Positive Psychologie richtet den Blick auf alles, was empirisch gesichert das Wohlbefinden von Menschen steigert und damit das „Aufblühen“ fördert.

Signaturstärken basieren auf den Arbeiten von Christopher Peterson und Martin Seligman. Die beiden renommierten Psychologen haben zu Beginn der 2000er eine Klassifizierung positiver menschlicher Eigenschaften herausgebracht, die zu einem erfüllten Leben beitragen.



Dabei haben sie herausgefunden, dass jeder Mensch eine individuelle Kombination aus Stärken besitzt (die sogenannten Signaturstärken), die ihn auszeichnen. Der Unterschied zwischen Stärken, die wir im Laufe unseres Lebens erlernen und Signaturstärken ist das Gefühl von Authentizität („Das bin wirklich ich“). Es geht nicht nur darum, was wir gut können, sondern was in uns angelegt ist, uns authentisch fühlen lässt und Energie gibt. Studien zeigen, dass der Einsatz von Signaturstärken nicht nur unsere Leistung steigert und uns erfolgreicher macht, sondern auch unsere Resilienz erhöht und uns erfüllter sowie glücklicher fühlen lässt.

Das Wissen um die persönliche Stärkenkombination eines Menschen, erweitert unser Verständnis für ihn. Wir bekommen ein Gefühl dafür, wer er ist, was ihn ausmacht und in welchem Umfeld er oder sie am besten seine Anlagen leben kann.

Inhalt des Trainings:

Im Online-Seminar erhalten Sie zunächst eine Kurzeinführung in das Thema Positive Psychologie. Anschließend geht es darum, Ihre ganz eigenen Signaturstärken zu erforschen. Im dritten Teil der Veranstaltung lernen Sie, wie Sie Signaturstärken auch in anderen erkennen und für deren Entwicklung einsetzen können – wir trainieren also auch dabei Ihre Methodenkompetenz als Trainer / Dozent, denn Sie können dieses Thema weitertragen.

Ihr Nutzen:

Sie gehen mit einem tieferen Verständnis für sich selbst aus dem Seminar und bekommen viele praktische Anregungen, wie Sie Menschen zukünftig stärkenorientiert begleiten können.

Zielgruppe:

- Führungskräfte, Trainer/Dozenten, Personaler
- Alle, die Menschen in ihrer Entwicklung begleiten

Termin:

- **Freitag, 03. Dezember 2021**
- **online über Zoom**
- **10:00 – 16:00 Uhr mit analogen Pausen und Übungen**

Veranstaltungsnummer:

- V-047955

Preis:

- 325€
 - Inklusive Handout
 - und persönlichem Signaturstärkentest
-

Signaturstärken-Einzelcoaching im Nachgang – Optional buchbar

Falls im Anschluss ein Seminargast ein individuelles Coaching zu seinem Profil möchte, um die eigenen Signaturstärken noch genauer herauszuarbeiten und/oder weitere Methodenkompetenz zu erlernen, kann nach dem Seminar ein zusätzliches Einzelcoaching für **295 € für 1,5 Stunden** (via Zoom) buchen.

Ihre Trainerin:

- **Jytte von der Heide aus Hamburg**

... ist Organisationsentwicklerin, Wirtschaftspsychologin, Coach, Strategie- und Umsetzungsberaterin mit Stationen in verschiedenen Unternehmen und Branchen. In dieser Rolle begleitet sie Einzelpersonen, Teams und Organisationen in herausfordernden Situationen und Umbrüchen.



Im Fokus ihrer Arbeit liegen die Themen stärkenorientierte Führungskräfteentwicklung, die Gestaltung von Veränderungsprozessen sowie New Work – die Zukunft der Arbeit. Im Rahmen Ihrer Formate rund um die Positive Psychologie beschäftigt sie sich mit der Frage, welche Faktoren sich positiv auf die Gesundheit, Leistungsfähigkeit und Sinnhaftigkeit von Menschen auswirken. Sie ist gebürtige Hamburgerin mit einer großen Leidenschaft für die Entwicklung von Menschen.

Ihr Ansprechpartner an der NOSA:

- Andra Hammerschmidt
- Tel. 0331 97925-221 oder 0151-15174751
- andra.hammerschmidt@nosa-online.de