



Seminarinhalte:

Optimierung der Arbeitsumgebung in der Chefetage durch positive Psychologie

Allgemein:

Insgesamt kann die Kenntnis und Anwendung der Positiven Psychologie Assistenzen dabei unterstützen, nicht nur ihre eigene Leistung zu verbessern, sondern auch indirekt dazu beitragen, dass ihr Chef/ihre Chefin positiv geführt wird und eine produktive und harmonische Arbeitsumgebung entsteht.

- 1. Teil:** „Stark im Sturm - Praxisimpulse für mehr Wohlbefinden am Arbeitsplatz mit Positiver Psychologie!“
 - kennenlernen der Grundprinzipien der positiven Psychologie
 - erkunden von konkreten Strategien und Werkzeugen der Positiven Psychologie, die das eigene Wohlbefinden am Arbeitsplatz steigern
 - Entdeckung der eigenen individuellen Stärken

- 2. Teil:** "Secret Leaders: Wie Assistenzen mit positiver Psychologie ihre Chefs positiv „führen“ können!“
 - Erkundung effektiver Kommunikationsstrategien für eine positive Zusammenarbeit mit Vorgesetzten
 - Tipps und Techniken zur Schaffung eines Vertrauensverhältnisses und zur Förderung von gegenseitigem Respekt.
 - Diskussion über die Bedeutung einer positiven Arbeitsumgebung für die Leistungsfähigkeit und das Wohlbefinden aller Teammitglieder.
 - Ideenentwicklung und Brainstorming für die Schaffung einer unterstützenden und motivierenden Arbeitskultur durch Assistenzen

Referentin: Jenny Eggeling, Inhaberin der [Positive Leadership Company](#)