

Mental fit für die VUKA-Welt mit POSITIVE INTELLIGENCE® (PQ)

Nächster Termin: 20. Oktober 2021, 15:30-18:30



Volatil, unsicher, komplex und ambivalent (VUKA) – die Begriffe prägen unsere Lebensrealitäten immer stärker. Mentale Fitness und Positive Intelligenz sind Schlüssel zu einer produktiven Haltung und einem optimistischen und konstruktiven Umgang mit den Anforderungen unserer Zeit.

Warum Sie teilnehmen sollten

- Jede und jeder von uns erlebt es jeden Tag: unsere Umwelt und Arbeitswelt, unser Sozial- und Lebensraum verändern sich immer schneller und dynamischer. Die Welt ist VUKA und wir wollen lösungsorientiert darauf reagieren.
- Die eine richtige Lösung gibt es nicht mehr. Es braucht flexible und innovative Ansätze, um die Herausforderungen erfolgreich zu jonglieren und Möglichkeiten zu nutzen.
- Mentale Fitness ist eine wichtige Grundvoraussetzung, um erfolgreich durch unseren Alltag zu navigieren. POSITIVE INTELLIGENCE® (PQ) führt zu erhöhter Produktivität bei mehr Gelassenheit.

Was Sie davon haben

- Reflektion und Erkenntnis eigener destruktiver Dynamiken als essentielle Grundlage für Veränderung.
- Einblick in und Verständnis des Konzeptes der POSITIVE INTELLIGENCE® als Schlüssel für mehr Gelassenheit und Leistungsfähigkeit.
- Hilfestellung zur Gewinnung von Stabilität und Sicherheit im Umgang mit den VUKA-Phänomenen.
- Neue Impulse zur Positiven Haltung gegenüber einem selbst und anderen.

Die Inhalte

Der halbtägige Workshop ist ein pragmatischer und umfassender Einstieg in mentales Fitnessstraining zur individuellen Stärkung im Umgang mit den VUKA-Herausforderungen.

- Überblick über das Modell der POSITIVE INTELLIGENCE® für mentale Fitness.
- Erkennen der eigenen negativen Dynamiken (Saboteure) und gemeinsamer Austausch zu ihrer Wirkung und einem positiven Umgang mit ihnen.
- Erlernen von einfachen Techniken, um die Saboteure im Alltag zu steuern und die positiven Kräfte unmittelbar zu stärken.

Moderation

Patrizia Tonin, Gruppendynamikerin, VUKA-Facilitatorin, PQ Coach in Wien.

Juliane Weymann, Organisationsberaterin, Lauftrainerin und VUKA-Facilitatorin in Berlin.

Workshop-Modalitäten

- Dieser Workshop wird online durchgeführt
- Maximale Teilnehmer*innen-Anzahl: 12
- Kosten: 49 Euro exkl. MwSt (ermäßigt für zertifizierte VUKA Facilitatoren: 39 Euro exkl. MwSt)

Nächster Termin:

20. Oktober 2021, 15:30-18:30

Dieser Workshop wird via zoom durchgeführt.

Anmeldung unter: info@vukateria.de