

# Zusatzmodule für Praxisanleiter:innen



## Das PERMA Care Modell



# Positive Psychologie für die Anleitung

## Das PERMA Care Modell (16 UE)

Positive Psychologie ist die Wissenschaft dessen, was Individuen, Organisationen und Gesellschaften dazu befähigt, sich bestmöglich zu entwickeln und aufzublühen. Positive Psychologie ist daher die Wissenschaft des gelingenden Lebens.

Im Zentrum steht die empirische Erforschung von menschlichen Ressourcen, Stärken und Potenzialen, sowie des Wohlbefindens. Die Forschungsfelder sind weitreichend: Sie führen von den Auswirkungen positiver Emotionen auf Psyche und Physis, über Flow-Erfahrungen, unterstützende soziale Beziehungen bis hin zu Fragen der Motivation, Achtsamkeit, Leidenschaft und des Sinn-Erlebens.

Sind dies nicht genau die Punkte, die in der heutigen Arbeitswelt und für junge Nachwuchskräfte wichtig sind? Die Antwort lautet schlicht und ergreifend: „JA“.

### Das PERMA Care Modell

PERMA-Care ist ein Modell entwickelt aus der positiven Psychologie, welches darauf ausgerichtet ist, ein Arbeitsklima zu schaffen, das die Stärken und Talente von Mitarbeiter\*innen und Auszubildenden fördert und ihnen erlaubt, diese in ihrer Arbeit einzusetzen und auszubauen. Es geht also darum, dass Mitarbeiter\*innen und Auszubildende ihr Potenzial vollkommen im Unternehmen entfalten können.

PERMA-Care basiert auf dem PERMA-Modell von Martin Seligman – Pionier der positiven Psychologie. PERMA ist demnach ein Akronym, dessen fünf Buchstaben für die fünf Faktoren stehen, die (zunächst unabhängig vom Arbeitskontext) dem "Aufblühen" eines Menschen zugrunde liegen:



### Workshop – Inhalte:

- ✓ Grundlagen der Positiven Psychologie
- ✓ Angewandte Positive Psychologie (PERMA)
- ✓ Achtsamkeit: Sinn und Werte als zentrale Dimensionen
- ✓ Stärken erkennen
- ✓ PERMA Care Modell\* in der Praxis anwenden

### Workshopdauer:

- 16 UE (à 45 Minuten) Online

### Weiterbildungspunkte:

- 16 Punkte (Präsenz oder Online)
- Zertifikat

### Referenten:

- **Friedrich Schneider**,  
Wirtschaftspsychologe M.A.  
Interkultureller Trainer (FH)

### Kosten:

278 Euro / TN zzgl. MwSt.

### Ihre Ansprechpartnerin:

Institut IGM

Frau Yvonne Kubitschek

Tel. +49(0)9428-949 612 7

E-Mail: [anmelden@institut-igm.de](mailto:anmelden@institut-igm.de)

### Termine:

29./30.04.2024 jeweils von 09.00 - 16.00 h

17./18.10.2024 jeweils von 09.00 - 16.00 h

[www.institut-igm.de/praxisanleitung](http://www.institut-igm.de/praxisanleitung)  
Dort geht's auch direkt zur Anmeldung