



## **Einladung zur Fortbildung**

### **„Herr Rossi sucht das Glück – Wie Sie mit Aspekten der Glücksforschung das Wohlbefinden stärken“**

**Referentin:** Yvonne Michel (Diplom-Sozialpädagogin)

Seminar-Nr. 2022-0505

Alle Menschen streben irgendwie nach Glück. Doch im beruflichen und privaten Alltag oder gerade in Zeiten der Coronapandemie ist es nicht immer ganz einfach, Glücksgefühle zu spüren. Zufriedener und glücklicher leben, die eigenen Stärken einsetzen, stressresistenter werden... dafür bietet die Positive Psychologie – auch Glücksforschung genannt – hilfreiche und gut erforschte Ansätze. Die Teilnehmenden lernen im Seminar praxisnahe Übungen der Positiven Psychologie kennen, die leicht für sich selbst und mit anderen im Alltag integriert werden können.

#### **Inhalte:**

- Was ist Glück überhaupt?
- Was macht uns Menschen glücklich?
- Welche Eigenschaften und Strukturen sind dazu nötig?
- Welche positiven Auswirkungen hat Glück?
- Was können wir aktiv tun, um ein höheres Wohlbefinden zu erlangen?
- Wie können wir Schülerinnen und Schülern beim Heranwachsen zu glücklichen, gesunden Menschen begleiten?

**Ort:** Leonardo Boutique Hotel, Oststraße 128, 40210 Düsseldorf

**Termin:** Donnerstag, 5. Mai 2022

**Uhrzeit:** 09:00 bis 16:30 Uhr

**Kosten:** 130 EUR für *lehrer nrw*-Mitglieder, 180 EUR für sonstige Teilnehmer

**Anmeldung** bis 30. März 2022 online: [Fortbildungsübersicht – Lehrer NRW](#)

Für die Bewirtung mit Speisen und Getränken sorgt *lehrer nrw*. Die Übernahme von Fortbildungskosten können die Teilnehmerinnen und Teilnehmer an ihren Schulen beantragen. Reisekosten können Sie auf dem Dienstweg bei Ihrer Bezirksregierung beantragen, um die verauslagten Reisekosten aus einem gesonderten Budget erstattet zu bekommen.