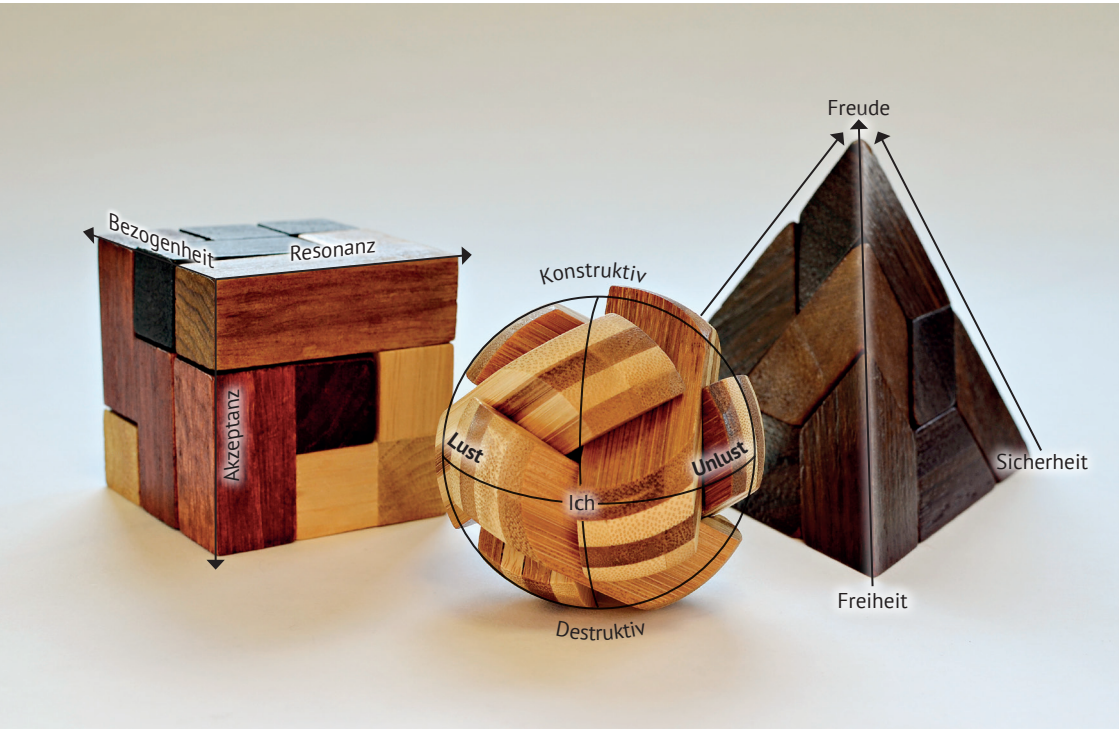
FRITZ-SCHUBERT-INSTITUT
für Persönlichkeitsentwicklung

Schulfach Glück



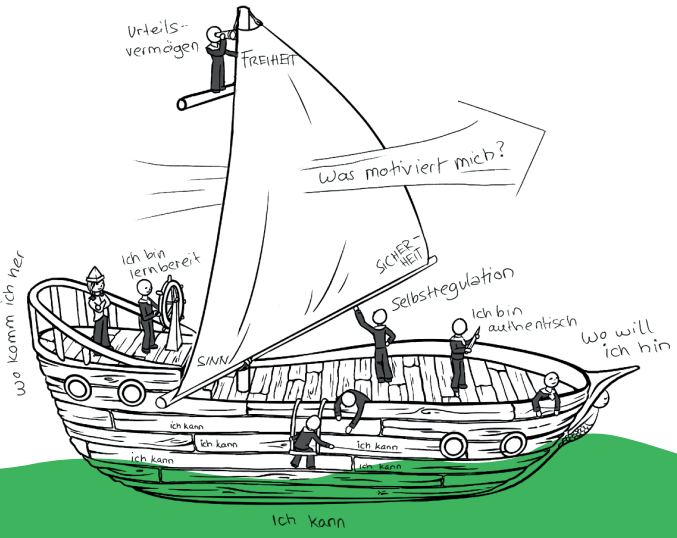
Ziel der Weiterbildung

Glück, im Sinne eines hohen psychologischen Wohlbefindens verbunden mit der dafür notwendigen Lebenskompetenz, wirkt sich wissenschaftlich nachgewiesen positiv und nachhaltig auf Resilienz, Lebenserwartung, Lernfähigkeit, Lebensgestaltung und Lebenszufriedenheit aus. Ebenso belegt sind die gesundheitsstärkenden Auswirkungen einer langfristigen und positiven Entwicklung der Beziehung zu sich selbst und anderen.

Dieses „Glück" lässt sich aber nicht über standardisierte Manuale oder einfache Repetition von Übungen erlangen. Es erfordert eine bewusste Selbstreflexion, gefolgt von kontinuierlicher, oft anstrengender Persönlichkeitsentwicklung. Dies sind daher auch die Kerninhalte, welche das Glücks-Konzept in den Vordergrund stellt.

Mit einem Verständnis für die Individualität von Entwicklung können wir andere dabei unterstützen, ein gelingendes Leben anzustreben und dieses aktiv und selbstverantwortlich zu gestalten. Egal ob dies in Bildung, Führung oder dem eigenen Leben angestrebt wird. Unser Konzept basiert auf den Forschungsergebnissen, wissenschaftlichen Grundlagen und der langjährigen Erfahrung des Fritz-Schubert-Instituts für Persönlichkeitsentwicklung. Die Struktur verschiedener Modelle und ihre Zusammenhänge werden in unseren Kursen handlungsorientiert, lebens- und praxisnah vermittelt und in Selbsterfahrung erlebbar gemacht.

In der didaktischen und methodischen Umsetzung des Handlungskonzepts geht es nicht nur um die Steigerung des subjektiven Wohlbefindens, sondern vor allem um die Entwicklung eines stabilen Selbstwertgefühls, einer gestärkten Selbstwirksamkeit und die Verbesserung sozialer und personaler Kompetenzen.



Inhalte, Termine & Struktur der Weiterbildung

1. Stärken I	Überblick und Grundhaltung; Wertschätzung, Stärken entdecken und konkretisieren; Empathie & Impathie erfahren
2. Stärken II	Ressourcen und Potenziale entdecken, mit Schwächen umgehen; Charakterstärken erkennen; psychologische Grundbedürfnisse und emotionale Literalität; Konsistenzgefühl
3. Visionen I	Zukunft öffnen, Motive des eigenen Handelns erkennen, Arbeit mit Bildern; Gestaltungspotenziale verstehen, Komfort- und Potentialzonen; Individuationswürfel
4. Visionen II	Pfadabhängigkeiten überwinden; Antreibermodell; Voraussetzungen für Selbstentfaltung und Gestaltung einer attraktiven Zukunft schaffen; intrinsische Motivation verstehen
5. Entscheiden I	Entscheidungsverzerrer verstehen; Neurohaptik; ganzheitliche Entscheidungen treffen, Wertekugel; eigene Werte ermitteln
6. Entscheiden II	Entwicklungsziele definieren; Qualität von Zielen; intrinsische Motivation verankern; Kohärenzgefühl und Selbstkonzept
7. Planen I	Planungshorizonte abstecken; Bedürfnisorientierung und Szenariosicherheit; Priorisierung; Pivot-Punkt-Planung; Emotion als Metrik für Erfolg; infinite Strategien; Kompetenzaufbau
8. Planen II	Hindernisse als Herausforderungen verstehen; eigene und fremde Ressourcen aktivieren; Gestaltungspotentiale nutzen
9. Umsetzen I	Kompetenzen im Jetzt konkretisieren; Stressprävention; Kommunikation; Konfliktdynamik
10. Umsetzen II	Gesundheit erhalten; Gruppendynamik verstehen und nutzen; Erlebnispädagogik
11. Reflektieren I	Reflexionsmethoden strukturell verstehen; Reflexion in Gruppen; Reflexionsraute; kompetent Scheitern; Tetraedermodell
12. Reflektieren II	Abschied und Trauer; Containern; Trauer gut bewältigen; Wertigkeit der Zeit und bewusstes Verankern; Lust auf die Zukunft generieren

Informationen zur Weiterbildung

Dozenten

Lehrtrainer des Fritz-Schubert-Instituts

Supervision

Fritz-Schubert-Institut



Weiterbildungsdauer

Die Weiterbildung dauert ein Jahr aufgeteilt auf 12 Module:

Freitag: **17-21 Uhr**
Samstag: **09-17 Uhr**

Kosten

Der Kurs kostet: € 2.600.-
für 12 Module, zahlbar in 4 Raten.
Einzelmodule können nicht gebucht werden.

Unterbringung und Verköstigung sind nicht im Preis enthalten. Versicherung ist Sache der Teilnehmer.

Veranstaltungsort

Lernstudio der
Fritz-Schubert-Stiftung,
1. Stock,
Hebelstraße 14,
69115 Heidelberg

Veranstalter

Fritz-Schubert-Institut für
Persönlichkeitsentwicklung GmbH

Info & Anmeldung:
Tel.: +49 6221-6507725
Email: anfragen@fritz-schubert-institut.de
Web: Fritz-Schubert-Institut.de

Wir freuen uns auf Sie!