

Seminar Psychologie-Grundlagen

Menschen besser verstehen und ihre positive Entwicklung fördern

Lernziele

- Sie können Grenzen besser ziehen und Hypothesen klarer bilden,
- Sie können Verhalten von Einzelpersonen und Teams hinsichtlich psychologischer Faktoren besser einschätzen,
- Sie können Gelerntes auf die eigene Arbeit übertragen,
- Sie haben konkrete Interventionen und Tools für den Umgang mit herausfordernden Situationen an die Hand bekommen,
- Sie haben sich auch selbst besser kennengelernt und vielleicht blinde Flecken auf sich oder andere geöffnet.

Zeit- und Inhaltsplan

| Zeit | Inhalt | Lernziele |
|--|---|--|
| ERSTER TAG | | |
| <i>Menschen (besser) verstehen und Hypothesen bilden: Die Grenzen zwischen Genie und Wahnsinn leichter ziehen</i> | | |
| 10.00-11:00 | Der erste und der zweite Eindruck: Zuschreibungen von Hypothesen unterscheiden | Verständnis für die Wirkung des ersten Eindrucks |
| 11.00-12:00 | Psychologie des Individuums und der Gruppe – worauf muss ich achten? DANACH 15 MIN. PAUSE | Hintergrund für die folgende Arbeit erklären, die stets erst auf das Ich und dann auf das Wir schaut |
| 12:00-13:30 | Gesunde Grenzen ziehen: Ist mein Klient coachbar, mein Mitarbeiter stabil? Wann ist ein Team funktional? Sie bekommen Tools, um psychische Instabilität auszuschließen | Hypothesen für psychische Gesundheit fundiert bilden |
| 13.30-14:30 | Mittag | |
| 14.30-16:00 mit Pause | Zwischen Genie und Wahnsinn: Umgang mit Grenzfällen am Beispiel des Narzissmus DAMACH 15 MIN. PAUSE | Verständnis von Narzissmus |
| 16.15-18:00 mit Abschluss | Genie und Wahnsinn: Weitere Persönlichkeitsstörungen und Psychosen | Unterscheiden lernen |
| ZWEITER TAG | | |
| Die Reise der Menschen zu mehr Glück und Zufriedenheit: | | |

| Die Grundlagen für positive Entwicklung legen | | |
|---|---|---|
| 9:00-11:00 | Positive Psychologie I: Von der Defizitorientierung zu Glück und Stärken DANACH 15 MIN. PAUSE | Grundlagen vermitteln und damit einen Überblick über die Geschichte der Psychologie |
| 11:15-13:00 | Positive Psychologie II: Wie hilft sie mir in meiner Arbeit ganz konkret? DANACH 60 MIN. PAUSE | Tool für die konkrete Arbeit mit Ressourcen |
| 13.00-14:00 | Mittag | |
| 14:00-15.30 | Growth Mindset und wie die Haltung des Coachs/Beraters/der Führungskraft Entwicklung fördert oder stoppt DANACH PAUSE 15 MIN | Bedeutung des Mindsets ist deutlich geworden, ebenso wie Handlungsansätze in der eigenen Arbeit |
| 15:45-17.00 | Die innere Reise der Menschen - Entwicklungspsychologie nach Loevinger | Das Modell ist in den Grundzügen verstanden |
| DRITTER TAG <i>Menschen an Übergängen abholen: Konkrete Tools und Vorgehensweisen, die voranbringen</i> | | |
| 9:00-11:00 | Menschen emotional berühren: Die sieben Schritte der Wahrnehmung DANACH 15 MIN PAUSE | Die Bedeutung von Emotionen für die Entwicklung, konkretes Tool kennengelernt |
| 11:15-13:00 | Bei der Selbstentwicklung helfen, Übergänge erkennen DANACH PAUSE 60 MIN | Verstehen, was eine Einzelperson oder ein Team braucht, der/das einen Entwicklungsschritt macht |
| 13.00-14:00 | Mittag | |
| 14:00-15.30 | Double Loop Coaching 1: Neue Handlungsmöglichkeiten für Menschen und Teams DANACH PAUSE 15 MIN | Unterschied zum zielorientierten Coaching, Grenzen, Gefahren, praktisches Üben |
| 15:45-17.00 | Double Loop Coaching 2: Mit Geschichten, Wendepunkten und Märchen arbeiten DANACH PAUSE 15 MIN | Das Modell ist in den Grundzügen verstanden |