

Arbejdsglæde Optimisme Overskud

POSITIV PSYKOLOGI LET ANVENDELIGT FOR ALLE

Det videnskabelige studium af positive erfaringer og positive individuelle træk, og de handlinger, som løfter din udvikling.

Dit udbytte er:

- MERE OVERSKUD I HVERDAGEN
- MERE KREATIV OG FLEKSIBEL
- OPTIMERING AF DIN HVERDAG
- FOKUS PÅ DET, DU ER BEDST TIL
- MERE PASSION OG LIDENSKAB

Coaching og forandringsledelse med Positiv Psykologi skaber motivation og størst mulig glæde. Øger optimismen, nysgerrigheden, begejstringen og trivslen på din arbejdsplads og i dit privatliv. **Når du vil andet. Når du vil mere. Når du vil meningen med livet!**

Positiv Psykologi - når du vil det optimale med dit liv.

I privatlivet

Positiv psykologi sætter fokus på nærvær og opbygning af tætte relationer og de styrker, som vi kan hente her. Den nedsætter risikoen for stress, giver fornuftig kontrol af følelser og større beslutsomhed.

Du bliver bedre til at håndtere udfordringer fra flere sider, og du får øget styrke til at klare den modgang, som vi alle møder i livet.

På arbejdspladsen

Positiv Psykologi er med til at bygge motivationen op indefra. Positiv Psykologi øger den sociale kapital og medarbejdertilliden. Åbner op for en mere autentisk dialog. Den fokuserer på og udvikler den enkelte medarbejders styrker.

Positiv psykologi øger arbejdsglæden, kreativiteten og tilliden. Den enkelte medarbejder vil oftere føle et større flow og "work smarter - not harder"! Positiv Psykologi styrker kulturen på arbejdspladsen!

ja!



Optimisme

Fokus, fokus og atter fokus på det som virker. Du bliver dedikeret og vil ofte føle et drive og opleve et flow.

Glæde smitter

Når du får implementeret værktøjerne fra Positiv Psykologi i hverdagen, giver det arbejdsglæde, hvor begejstringen er i højsædet. Det er alt andet noget sjovere, at være på en arbejdsplads, når man har god følelse dybt inde.

Alle fortjener lidt mere lykke

At få mere glæde, velvære og trivsel i hverdagen, på jobbet, sammen med familien, venner og bekendte er ret så nemt at opnå. Men det er ikke et quick fix og smart-i-en-fart, men en proces, som tager sin tid. Det kræver at du dedikerer dig, er fokuseret.



Niels Moestrup | Walk & Talk® | Arbejd med glæde

www.facebook.com/positivpsykologi | 2820 Gentofte | +45 4040 9547 | Niels@andtalk.dk | www.AndTalkdk