

Psychologie des Erfolgs

<u>Fach-Nr.:</u>	AW-0 0 4660.M
<u>ECTS-Punkte:</u>	3
<u>Workload:</u> (1 ECTS Punkt = 30 h)	90 h
<u>SWS:</u>	2 SWS
<u>Lernziele:</u>	Seine Lebensziele erfolgreich verwirklichen – im Privatleben, in der Ausbildung und im Beruf
<u>Inhalte:</u>	<p>Das Angebot der Psychologie, das Erfolg bewirkt.</p> <ul style="list-style-type: none">• Positive Psychologie• Emotionsmanagement• Mentale Stärke• Motivation und Fokus• Achtsamkeit und Bewusstheit• Resilienz und Regeneration• Gewohnheiten: schlechte abbauen/gute aufbauen• Selbstwirksamkeit für maximales Selbstvertrauen• Selbstregulation für Disziplin• Erfolgs-Mindset und Vision• Befreiung von limitierenden Glaubenssätzen• Befreiung von Zeitvampiren und Erfolgsblockierern• Entwicklung eines unterstützenden sozialen Netzwerkes• ...und mehr
<u>Lehrmethode:</u>	Seminaristischer Unterricht
<u>Voraussetzungen:</u>	Interesse am Fachgebiet
<u>Unterrichtssprache:</u>	Deutsch
<u>Material:</u>	Wird zum Unterrichtsbeginn bekanntgegeben
<u>Teilnehmerzahl:</u>	max. 20
<u>Leistungsnachweis:</u>	Schriftliche Prüfung/PStA