

Thinking in positive alternatives

Möchtest du mit geöffnetem Blick, innerer Ausrichtung und friedvollem Herzen deinen Lebensweg gehen? Möchtest du mehr Positivität in dein Leben integrieren und mehr die Fülle und das Potenzial sehen als das Defizit?

In der heutigen Zeit sind wir oft im Autopilot-Modus gefangen. Dadurch öffnen wir uns nicht für den Moment, erkennen nicht die Möglichkeiten in alltäglichen Situationen und leben nicht aus unserem Herzen heraus. Statt des Automatismus und dem Tunnelblick wünschen wir uns Weite und einen offenen, liebevollen Blick. Dafür brauchen wir die Bewusstheit über unser Innenleben, einen klaren Geist und die Verbindung zu uns selbst und mit unserem höchsten Potenzial. So kommen wir in ein erfülltes Erleben von Kohärenz und Stimmigkeit.

„Thinking in positive alternatives“ ist ein ganzheitlicher Ansatz für die eigene Ausrichtung, Gutmütigkeit und Lebenszufriedenheit. Er hilft dabei, sich in den eigenen Denkmustern zu klären, mehr Positivität im Leben zu verankern und aus der höchsten Version seiner selbst zu handeln. Dabei arbeitet „Thinking in positive alternatives“ immer lösungs- und potenzialorientiert. Der Ansatz bietet so einen Zugang zu der inneren Lösungsvielfalt und aktiviert neue Handlungsenergien.

> Termine

Eine Übersicht aller aktuellen Termine für die einzelnen Module von Thinking in positive alternatives befindet sich auf der IOS Akademie Website unter www.ios-schley.de



IOS Prof. Schley & Partner GmbH
Institut für Organisationsentwicklung &
Systemische Beratung

> Modulinhalte

Modul 1: Awareness (Awareness)

Zuerst braucht es Bewusstsein darüber, aus welchem Modus dem Tag begegnet wird. Im ersten Modul liegt der Fokus auf der Bewegung von automatischen Bewertungen alltäglicher Situationen hin zu einer bewusst freundlichen, mitfühlenden Haltung. Für diese Transition richtet sich der Blick auf alltägliche Denkmuster, auf den Raum zwischen externem Reiz und eigener Reaktion, mit der Intention, diesen Raum zu vergrößern und, anstatt zu reagieren, absichtsvoll zu antworten.

Modul 2: Positive Emotionen (Positivity)

Im zweiten Modul liegt der Fokus auf den täglich erlebten Emotionen. Momente der Reflexion erlauben Klarheit über die eigene Gefühlswelt zu erlangen und diese zu akzeptieren und wertzuschätzen. Darauf folgend wird der Blick auf positive Emotionen gerichtet. Es wird Raum geschaffen, um bewusst positive Gefühle in das Leben einzuladen. In coachender Form wird exploriert, in welchen Handlungen, Aktivitäten oder Gesten sich die neue Gefühlswelt widerspiegelt, um langfristig Zufriedenheit und Lebensglück zu stärken.

Modul 3: Potenziale entfalten (Potential)

Das dritte Modul lädt dazu ein, den eigenen Stärken und Potenzialen zu begegnen und diese zu entfalten. Es wird ein Zugang dazu geschaffen, welche Schätze in einem selbst liegen und wie sie - mit Blick in die Zukunft - ausgelebt werden können. Es wird der Raum zur höchsten Version des Selbst geöffnet.

> Weiterbildungsrahmen

Dauer: 2,5 h pro Modul

Preise je Modul (alle Preise inkl. MwSt.)

Privatzahler:innen: 250,00 €

Geschäftskund:innen: 290,00 €

Bundle-Preis (Teilnahme an allen 3 Modulen)

Privatzahler:innen: 690,00 €

Geschäftskund:innen: 790,00 €

Jedes Modul ist einzeln buchbar.

Digitale Durchführung