



Erschienen am 19.10.2022
75 Seiten, Kartenset
Format: 10.5 x 15.0
ISBN: 978-3-7495-0374-2

Daniela Blickhan

Menschen beim Wachsen begleiten

Coaching mit Impulsen aus der Positiven
Psychologie
75 Karten

Impulse für ein wachstumsorientiertes Coaching

In diesem Kartenset finden sich 75 Interventionen zu zentralen Themen der Positiven Psychologie: Emotionen, Ziele, Stärken, Werte, Grundbedürfnisse & Motivation, Stress & Selbstregulation, Selbstmitgefühl, positive Beziehungen und gelingendes Leben. Die Positive Psychologie erforscht, was Menschen stärkt und woran sie wachsen können, und ist damit eine ideale Basis für modernes, ganzheitlich verstandenes Coaching.

Ihre Interventionen können jeden Coachingprozess bereichern und inspirieren.

Sie zielen zum einen darauf ab, das Positive im Leben zu fördern; zum anderen zeigen sie Wege, um gut mit Belastungen und Widrigkeiten umzugehen.

- Jede Karte stellt eine Intervention der Positiven Psychologie vor, die sich im Coaching leicht in den Gesprächsprozess integrieren lässt.

- Über die Bilder auf der Rückseite lassen sich Ressourcen, Ziele oder andere relevante Aspekte im Coachingprozess verankern.

Die Karten ergänzen Daniela Blickhans Buch „Positive Psychologie und Coaching“, sie können aber auch eigenständig verwendet werden.

Autorenprofil

Daniela Blickhan

Dr. Daniela Blickhan, Dipl.-Psychologin, MSc, leitet seit 1991 das Inntal Institut, das Ausbildungen in Positiver



Psychologie, NLP und Systemik für Training und Coaching anbietet. Sie arbeitet seit mehr als 30 Jahren als Trainerin und Coach und ist als Lehrtrainerin und Lehrcoach von verschiedenen Berufsverbänden akkreditiert (DCV, DACH-PP, DVNLP). Sie studierte Psychologie in Würzburg, Positive Psychologie in London und promovierte in Positiver Psychologie an der Freien Universität Berlin bei Prof. Michael Eid. Seit 2013 vertritt sie als erste Vorsitzende den Deutschsprachigen Dachverband für Positive Psychologie. Daniela Blickhan gilt in Deutschland als führende Expertin im Bereich Coaching mit Positiver Psychologie.

Pressestimmen

"Die Kartenbox lohnt sich für alle Coachs, die Interventionen der Positiven Psychologie vermehrt in ihre Praxis einbauen möchten"- Silvia Balaban, Training aktuell