Positiv psykologi

Dato: Den 23. maj 2012
Sted: Lærernes a-kasse, Hestemøllestræde 5, 1464 København K.
Tid: Kl. 12.30-15.30

Kom til inspirationsmøde om positiv psykologi og lær, hvordan du vender ledighed til en positiv udvikling.
Du har måske sendt mange ansøgninger og været til jobsamtaler, uden at dine anstrengelser har båret frugt. Det kan være dybt frustrerende og kræve en stærk psyke. På mødet får du konkrete inputs til, hvordan du får vendt en negativ spiral og lært at bruge positiv psykologi i både privat og arbejdsmæssig sammenhæng.

- **Kan vi overhovedet, som et af verdens rigeste lande, tillade os at jage lykken, når mange millioner mennesker verden over lider og dør af sult, tørst og mangel på medicinsk behandling?**

- **Kan vi overhovedet tillade os at klage og være utilfredse, når alt for mange mennesker oplever krig og ødelæggelser, og når kvinder og børn hver dag bliver mishandlet og udsat for krænkelser og uretfærdigheder?**

- **Er vores higen efter lykke blot et udtryk for forkælelse af dimensioner? Måske.**

- **Men det ændrer ikke på det faktum, at uanset hvordan vi har det, vil vi altid gerne have det bedre. Og forkælelse – ja, måske er vi forkælede. Men måske er vores jagt på lykken også et udtryk for, at vi i vores del af verden ikke er så lykkelige endda, når det kommer til stykket?**

- **Lykkelige mennesker har en række fællestræk som dels viser at vi alle sammen har forudsætningen for at blive lykkelige og dels viser at det at blive lykkelig er noget, der kan læres.**

- **Derudover vil foredragsholderen komme ind på lykkeforskning og ikke mindst dens overraskende resultater i forhold til hvad vi forbinder med lykke og hvad der rent faktisk gør os lykkelige.**

Underviser: Forfatter og foredragsholder Thomas Milsted. Tidligere direktør i Center for stress og tidligere generalsekretær i Stressfonden.