

## MCT Wittekindt – Themenpark

### Thema 12



### **Erfolg und Misserfolg – die Kultur des Scheiterns**

Methodik: 1 Tag e-learning (9 Unterrichtseinheiten)

Kurzvorträge, Einzel- und Gruppenarbeit, Fallbeispiele

Unterrichtszeiten: werktags (Samstag) 09:00 – 16:30 Uhr

Trainer: Frank Wittekindt

Vorkenntnisse: nicht erforderlich

Anzahl Teilnehmer: 3 Teilnehmer min. / 20 Teilnehmer max.

Zielgruppe: alle Personen mit Interesse an diesem Thema

Leistungen: Zertifikat, umfangreiche Seminarunterlagen

### **Beschreibung**

Viele Menschen haben große Ziele im Leben und träumen von großen Erfolgen. Doch auf dem Weg zum Erfolg vermasseln wir immer mal etwas, manchmal sogar die großen Projekte des Lebens. Ist das schlimm? Ja, sagen die meisten. Für viele ist der Misserfolg Anlass das geplante Vorhaben zu begraben und seinen Zielen und Träumen nicht weiter nachzugehen. Wer will schon gerne Verlierer sein. Dabei ist der Misserfolg wichtig. Lernen Sie eine positive Fehlerkultur und wie man die Erfahrung des Scheiterns für einen weiteren erfolgreichen Lebensweg umsetzen kann.

### **Lernziele und Inhalte des Seminars**

Scheitern ist ein Begriff, der oft verwendet wird, um den Misserfolg oder das Nicht-Erreichen eines angestrebten Ziels oder Ergebnisses zu beschreiben. Es kann in verschiedenen Lebensbereichen auftreten, sei es in persönlichen Beziehungen, Bildung, Beruf, Sport oder anderen Aktivitäten. Scheitern ist eine natürliche und häufige Erfahrung im menschlichen Leben. Es ist wichtig, zu verstehen, dass Scheitern ein Teil des Lebens ist und dass niemand vor ihm gefeit ist. Der Umgang mit Scheitern kann eine wichtige Fähigkeit sein, die Menschen im Laufe ihres Lebens entwickeln. Die Art und Weise, wie man mit Scheitern umgeht, kann einen erheblichen Einfluss auf die persönliche Entwicklung und das langfristige Wohlbefinden haben.



## **Inhalte**

### **Ursache des Scheiterns – das unversicherte Leben**

- Die Krisen- und Überforderungsgesellschaft
- Über gefühlte und reale Bedrohungen
- Grundannahmen über uns und die Welt
- Wie sich Profis auf Gefahrensituationen vorbereiten
- Warum wir intuitiv nicht immer das Richtige tun und wie uns unser Gehirn manipuliert
- Die drei Phasen des Erlebens
- Das Notfallprogramm unserer Psyche

### **Akzeptanz des Scheiterns – weiterleben, bloß wie**

- Die Fähigkeit, nach dem Scheitern wieder aufzustehen und weiter zu machen
- Erste Hilfe für die Seele
- Ein Unglück trifft selten einen allein
- Was Sie über Traumata wissen müssen
- Warum Verdrängen alles noch schlimmer macht
- Sechs Bewältigungskiller, acht Bewältigungsstrategien
- Wenn Katastrophen eine ganze Gesellschaft erfassen

### **Persönliches Wachstum – Die Kunst in Krisen zu bestehen und daran zu wachsen**

- Wir sind keine Marionetten des Schicksals
- Acht Schritte, sich zu wappnen
- Scheitern als Anfang von neuen Chancen und Möglichkeiten
- Perspektiven erweitern und neue Wege einschlagen
- Charakter, Entschlossenheit und Selbstvertrauen stärken