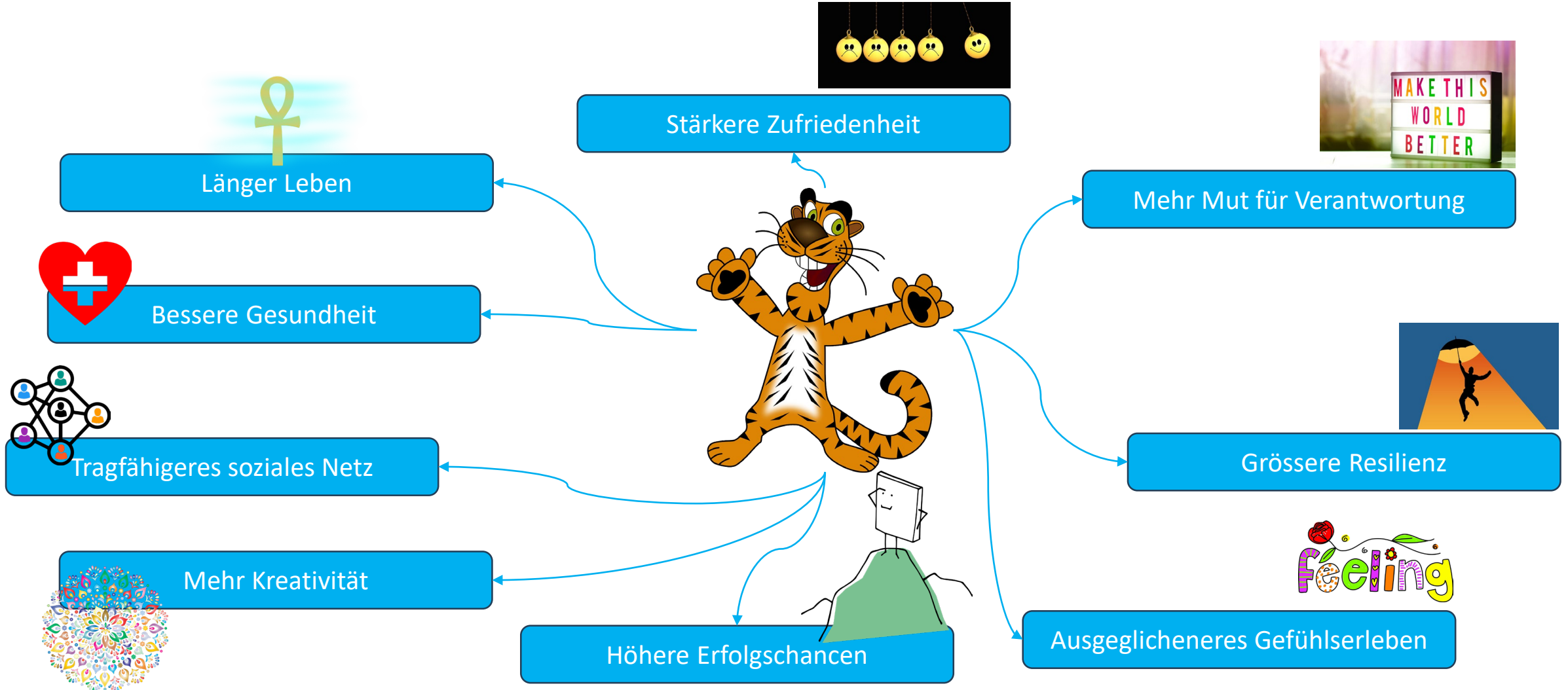


**Resilienz: Stärke deine innere Power**  
Gesundheitsaktion bei BASF in der Schweiz  
umgesetzt von «Gsünder Basel»  
in Kooperation mit Synop-Sys OE

 **BASF**  
We create chemistry

# Neun Vorteile einer optimistischen Haltung



# Auswirkungen der positiven Psychologie auf die Kultur, Führung und auf Arbeitsbeziehungen

- **Weisheit und Wissen (kognitive Stärken)**  
Kreativität, Neugier, Aufgeschlossenheit, Lernfreude, Perspektive
- **Courage (emotionale Stärken)**  
Tapferkeit, Beharrlichkeit, Integrität, Vitalität
- **Menschlichkeit (interpersonale Stärken)**  
Liebe, Freundlichkeit, soziale Intelligenz
- **Gerechtigkeit (zivile Stärken)**  
Soziale Verantwortung, Fairness, Führungsstärke
- **Mäßigung (Stärken, die gegen Exzesse schützen):** Vergeben und Mitleid, Demut und Bescheidenheit, Besonnenheit, Selbstregulation
- **Transzendenz (spirituelle Stärken, die mit Bedeutsamkeit zu tun haben):** Wertschätzung von Schönheit und Exzellenz, Dankbarkeit, Hoffnung, Humor, Spiritualität.





We create chemistry