





Einfach machen!

Keine Angst vor Veränderungen

Die Welt dreht sich immer schneller – und wir mit ihr. Wir müssen uns in zunehmend kürzeren Abständen mit Veränderungen auseinandersetzen und heute ständig hinzulernen. Dennoch fällt es uns oftmals schwer, Komfortzonen aufzugeben und gut ausgetretene Trampelpfade zu verlassen. Denn wir lieben zwar den Fortschritt, nicht jedoch den Wandel. Typischerweise stehen uns zwei Hürden beim Versuch einer Anpassung und Neuorientierung im Weg: Gewohnheiten, die uns unbeweglich machen, und Ängste, die jede Bewegung lähmen können.

Doch die Störung ist der Motor des Lebens: Der Vortrag beschreibt Veränderungs- und Lernprozesse aus neurowissenschaftlicher Sicht. Sie erfahren, wie Sie die Leistungen und Fähigkeiten Ihres Gehirns entwickeln können, wenn Sie sich neuen Herausforderungen stellen und Neues lernen. Der Vortrag bricht mit Ihren Gewohnheiten und stiftet Sie an zu gelegentlichen Revolutionen gegen sich selbst. Er verrät, warum Neugierde und Spontaneität im Leben so wichtig sind. Der Vortrag unterstützt Sie außerdem beim konstruktiven Umgang mit Ängsten und Sorgen und zeigt, wie Sie sie hinterfragen und abschwächen können. Fordern Sie sich neu heraus. Lernen Sie dazu. Bleiben Sie geistig hungrig und neugierig. Ein schöneres Geschenk können Sie Ihrem Gehirn gar nicht machen...

Typ	Vortrag oder Kurzseminar, jeweils präsent oder online
Stichworte	Lernen, Wachsen, Veränderungen, Gewohnheiten, Ängste
Zielpersonen	Unternehmen, Mitarbeiter/Führungskräfte, Allgemeinbevölkerung
Länge (<u>Empfehlung</u>)	30min, 45min, <u>60min</u> , <u>75min</u> , <u>90min</u> , <u>120min</u> , 150min

Humor		<input type="range" value="70"/>
Emotionen		<input type="range" value="80"/>
Wissenschaft		<input type="range" value="90"/>
Praxistipps		<input type="range" value="85"/>

Die Vorträge werden fortwährend überarbeitet bzw. dem aktuellen Forschungs- und Wissensstand angepasst. Die Beschreibung des Inhalts und die übrigen Angaben gelten somit immer unter einem gewissen Vorbehalt. Konkrete Wünsche bzw. Veränderungsvorschläge können im Vorfeld einer Veranstaltung darüber hinaus gerne besprochen und ggf. berücksichtigt werden.