

Wollen muss man können –





Wie wir unser Verhalten verändern, um Ziele zu erreichen

Wir haben heute viele Ziele, aber oftmals mangelt es an Kraft oder der cleveren Strategie, sie auch zu erreichen. Das betrifft sowohl unternehmerische Veränderungen im Rahmen von Change-Prozessen als auch eigene Veränderungswünsche im Privatleben, wie bspw. eine gesündere Lebensführung. Warum fällt es uns so schwer, Dinge zu verändern, selbst wenn sie dringend notwendig sind? Wissen wir nicht, wie? Wollen wir es nicht? Oder können wir schlichtweg nicht? Die Antworten auf diese Fragen zu kennen ist wichtig, denn nur so können wir geeignete Maßnahmen ableiten, mit denen wir unsere Ziele erreichen.

Der kurzweilige und praxisnahe Vortrag verrät Ihnen aus der Sicht der Neurowissenschaft ein paar gehirngerechte Strategien zur erfolgreichen Verhaltensänderung: Finden Sie die richtigen Ziele. Laden Sie sie mit der richtigen Kraft auf. Entdecken Sie die Macht starker Bilder. Und erfahren Sie, wie ein Plan aussieht, der Sie an Ihr Ziel bindet.

Erfahren Sie, was Geist und Gehirn brauchen, um Dinge in Bewegung zu bringen. Sie werden sehen, Motivation ist machbar...

Typ	Vortrag oder Kurzseminar, jeweils präsent oder online
Stichworte	Eigenmotivation, Zielerreichung, berufliche/private Veränderungen
Zielpersonen	Unternehmen, Mitarbeiter/Führungskräfte, Allgemeinbevölkerung
Länge (Empfehlung)	30min, 45min, <u>60min</u> , <u>75min</u> , <u>90min</u> , 120min, 150min

Humor		<input type="range" value="80"/>
Emotionen		<input type="range" value="60"/>
Wissenschaft		<input type="range" value="85"/>
Praxistipps		<input type="range" value="75"/>

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.