

Einfach machen!





Keine Angst vor Veränderungen

Die Welt dreht sich immer schneller – und wir mit ihr. In zunehmend kürzeren Abständen müssen wir uns heute mit Veränderungen auseinandersetzen und permanent hinzulernen. Dennoch fällt es uns oftmals schwer, Komfortzonen aufzugeben und gut ausgetretene Trampelpfade zu verlassen, denn Menschen lieben meist nicht den Wandel. Typischerweise stehen uns dabei zwei Hürden im Weg: Gewohnheiten, die uns bequem machen, und Ängste, die eine Bewegung in die richtige Richtung lähmen.

Dabei ist die Veränderung das schönste Geschenk, das Sie Ihrem Gehirn machen können. Der Vortrag beschreibt nämlich aus neurowissenschaftlicher Sicht, was Veränderungen Positives bewirken. Sie erfahren, wie Sie die Leistungen und Fähigkeiten Ihres Gehirns entwickeln können, wenn Sie sich neuen Herausforderungen stellen und Neues lernen. Der Vortrag macht Lust auf Veränderungen und stiftet Sie zu kleinen Revolutionen gegen sich selbst an. Zudem unterstützt Sie der Vortrag beim konstruktiven Umgang mit Ängsten und zeigt, wie Sie sorgenvolle Gedanken hinterfragen und abschwächen können.

Lernen Sie Veränderungen neu kennen; auf eine Weise, von der Sie bislang noch nie gehört haben. Die stärkste Stimulation für das Gehirn ist die Überraschung...

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="75"/>
Emotionen		<input type="range" value="75"/>
Wissenschaft		<input type="range" value="75"/>
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.