

Inhouse-Training

Gehirngerecht arbeiten – Der Schlüssel für beruflichen Erfolg

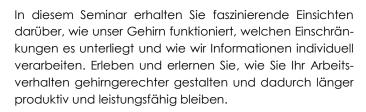
Neuste neurowissenschaftliche und motivationspsychologische Erkenntnisse aus der Forschung für effektives, effizientes und motiviertes Arbeiten

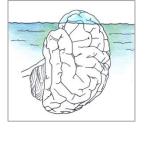


Einleitung

Unsere Arbeit wird immer komplexer und vernetzter, das Tempo steigt, und wir sind ständig auf vielen Kommunikationskanälen erreichbar. Auch wenn moderne Technologien für viele einen Segen darstellen, wird der Umgang mit ihnen für manche doch zum Fluch. Viele Menschen sind überfordert und haben die Grenzen der Belastbarkeit überschritten. Arbeiten wir noch effektiv und effizient? Wissen wir noch, was wesentlich ist oder hetzen wir von Termin zu Termin, von Aufgabe zu Aufgabe?

Unser Gehirn ist nicht geschaffen für die Anforderungen der heutigen Arbeitswelt. Auch wenn unser Denkorgan sehr anpassungsfähig ist, müssen wir mit den natürlichen Einschränkungen und der Funktionsweise unseres Gehirns umgehen lernen.





Kursziele

- Sie verstehen, wie unser Gehirn funktioniert und wie sich das auf unser Arbeitsverhalten auswirkt
- Sie erfahren, wie Sie Ihre Gehirnressourcen bei der Arbeit bewusster und schonender einsetzen können
- Durch gehirngerechtes und damit effektiveres und effizienteres Arbeiten erhalten Sie mehr Zeit für das Wesentliche



- Was unser Gehirn leistet
- Wie unser Gehirn arbeitet
- 7 Goldene Regeln für gehirngerechtes Arbeiten
- Herausforderungen im Alltag meistern
- Persönliche Umsetzungsstrategie



Kurzreferate und Inputs, Kleingruppen- und Einzelarbeiten, Erfahrungsaustausch und viele Übungen.

Zielgruppe

Für Fach- und Führungskräfte, die ihre Effektivität und Effizienz steigern möchten.

Dauer, Rahmen, Ort

Je nach Bedürfnis des Unternehmens 2-3 Tage.

Gruppengrösse von 12-20 Teilnehmenden.

Kosten

Daten und Kosten werden individuell festgelegt.

Seminarleitung

Slavica Sovilj, lic. phil. I Dipl. Coach IAP

Literatur

Zum Einstieg eignet sich: Sander, C. (2012): Change! Bewegung im Kopf. Ihr Gehirn wird so, wie Sie es benutzen. Göttingen, Business Village.

Kontakt

Potenzial Plus GmbH Slavica Sovilj Marktgasse 12 8001 Zürich

+41 76 335 51 15 info@potenzialplus.ch www.potenzialplus.ch

