

Fit im Beruf: Sie können besser denken als Sie denken

Die Anforderungen im Beruf und Privaten steigen. Stress und Hektik schaden Ihrer geistigen Leistungsfähigkeit. Anspannung, Unkonzentriertheit, verengtes Denken und negative Stimmungen nehmen zu.

Die moderne Gehirnforschung hat erkannt: Wenn Sie Ihr Gehirn sich selbst überlassen, entwickelt es sich nicht optimal. Was gilt es also zu tun?

Ziel des Seminars ist es zu vermitteln, wie Sie Ihre geistige Leistungsfähigkeit optimieren, Ihre Ziele erreichen und mehr Freude am Leben haben.

Zielgruppe: Alle Menschen, die produktiver denken und effektiver handeln wollen.

Programm

- Neuste Erkenntnisse der Neurobiologie
- Anspannung, Calm-Energie, Leistungszonen
- Wie Sie Ihre Leistungsfähigkeit optimieren
- Produktives Denken
- Selbstbewusstheit, Selbstvertrauen, Selbstdisziplin, Selbstverantwortung
- Falsche Glaubenssätze erkennen
- Gewohnheiten ändern, Impulskontrolle
- Gefühle und Stimmungen lenken
- Vorstellungsvermögen und Kreativität steigern
- Geistig flexibler ein, um schneller auf unterschiedliche Situationen zu reagieren
- Wie Sie Kraft Ihres Unterbewusstseins nutzen
- Techniken zur Erhöhung der Konzentrationsfähigkeit
- Erinnerungsvermögen verbessern
- Ressourcen aktivieren
- Wie Sie Ihre Handlungskompetenz und Ausdauer erhöhen
- Die Faszination der großen Ziele
- Fallbeispiele, Übungen

Seminarleiter:

Prof. Dr. Heinz Ryborz



Postfach 2104
D-51574 Reichshof

Tel.: (0 22 65) 9232
Fax: (0 22 65) 9354
E-Mail: info@ryborz-seminare.de
Internet: www.ryborz-seminare.de