

FOREDRAG

HJERNEN PÅ OVERARBEJDE



Mindworks foredrag er af, om og til hjerner. Det faglige niveau er lige så højt som energiniveauet, og ethvert foredrag har fokus på, hvordan viden og strategier kan implementeres i hverdagen.

Med udgangspunkt i deres storsælgende bog "Hjernen på overarbejde – derfor er compassion vores vej til et bæredygtigt liv og samfund" præsenterer Vibeke Lunding-Gregersen og Henrik Tingleff årsagerne til og konsekvenserne af ubalance i menneskehjernen. Og anviser helt konkrete strategier til at give hjernen bedre arbejdsbetingelser – til at sikre, at vi er gode kollegaer frem for komodovaraner.

Deltagernes udbytte

Et foredrag om "Hjernen på overarbejde" giver deltagerne netop det, de behøver for at kunne give deres egen hjerne bedre arbejdsbetingelser i en hverdag med fokus på både trivsel og performance:

- » Indsigt i den gamle menneskehjerne – og dens betydning i det moderne arbejdsliv.
- » Viden om den evolutionære vinderstrategi compassion – baseret på den nyeste forskning.
- » Konkrete strategier, som kan implementeres med det samme – både privat og professionelt.
- » Forståelse for nødvendigheden af at ændre vores tilgang til performance og resultatskabelse.
- » Overskud til at skabe nødvendige forandringer – både for sig selv og sammen med kollegaer.

Indhold

Indholdet kan tilpasses, men vi gennemgår altid de vigtig-

ste pointer om, hvordan det moderne arbejdsliv sender hjernen på overarbejde, hvordan vi præsenterer og leverer bedre, når vi trives – og hvordan vi både sammen og hver for sig sikrer, at vi så ofte som muligt er den bedste udgave af os selv. Derudover kan foredraget handle om:

- » Hvordan spotter vi en hjerne i ubalance.
- » Hvorfor hakker salgsafdelingen på udviklingsafdelingen.
- » Hvordan kan det være, at flere pauser gør dig mere effektiv.
- » Hvorfor arbejdspladser med fokus på compassion har lavere medarbejderomsætning – og skaber bedre resultater.
- » Hvorfor mennesket som det mest sårbare af alle dyr alligevel er endt som det klogeste.
- » Hvordan viden om menneskehjernen kan skabe balance i hverdagen både privat og professionelt.

Mulige vinklinger

Vi kan tilpasse foredraget efter din gruppes behov og interesser. Nogle af de mest efterspurgte emner er:

- » *Forandringer*: Hvordan giver vi hjernen de bedst mulige arbejdsbetingelser før, under og efter forandringsprocesser.
- » *Travlbhed*: Hvordan trives vi i travlbhed.
- » *Kriser*: Hvordan reagerer menneskehjernen på kriser – og hvordan håndterer vi det.
- » *Performance gennem trivsel*: Hvordan øger vi performance ved at øge trivsel.
- » *Samarbejde*: Hvordan bruger vi viden om menneskehjernen til at øge samarbejdet og blive den bedste udgave af os selv?

DET LAVPRAKTISKE

Varer efter aftale 60-120 min.

Kan leveres både på dansk og engelsk.

Pris efter varighed, indhold og aftale.

BOGPAKKER

5-50 eksemplarer	20 % rabat
51-100 eksemplarer	30 % rabat
+100 eksemplarer	40 % rabat

Løssalg: 20 % rabat (MobilePay).

BOOKING

Du kan booke et foredrag ved at sende en mail til info@mindwork.dk eller ringe på tlf. 20 75 16 16.