



Foredrag: Skab forandring - udnyt din historie og hjerne

Der er en tæt forbindelse mellem den måde vi forholder os til os selv, den måde vores hjerne reagerer på og de muligheder vi ser i livet. Foredraget sætter fokus på den måde vi forholder os til det som er sket i vores liv, og kobler det med indsigter fra den seneste hjerneforskning. Arbejder vi aktivt med den måde vi ser på vores personlige historie - det vi fortæller os selv og andre om, hvad der er sket - kan vi skabe hjerneprocesser hos os selv, der sætter os i stand til at præsterer bedre og tage gode og kloge beslutninger.

Vidste du f.eks. at uvished behandles som frygt i hjernen? Når der er ting i vores liv, der er meget usikre - om det så er det forhold vi er i, situationen efter en fyring eller sygemelding eller et psykisk dårligt arbejdsmiljø, så aktiverer det områder af hjernen der hindrer os i at tænke klart og klogt samt tage gode og konstruktive beslutninger.

Hen over foredraget sættes der blandt andet fokus på:

- Hvordan din personlige historie influerer på de muligheder du ser
- Hvordan vores fokus er afgørende for det vi ser
- Grundlæggende hjerneprocesser når vi er under pres
- Hvordan vi kan arbejde aktivt med vores personlige historie
- Hvordan vi kan udnytte hjernens naturlige måde at arbejde på
- Hvordan vi gør forandring mulig ved at udnytte hjernens måde at arbejde på

Simon Bendfeldt er cand. mag. i historie og filosofi, certificeret coach hos EMCC, certificeret hos The NeuroLeadership Institute og NeuroBusiness Group i USA, der aktivt anvender indsigter fra hjerneforskningen i coaching og ledelsessammenhænge. Simon har i dag mere end 2500 coachingsamtaler bag sig, hvor fokus er alt fra optimering af ledelse til håndtering af PTSD for hjemvendte veteraner. Simon er selv blind efter nærkontakt med en eksploderende landmine for mere end 20 år siden, mens han gjorde tjeneste i forsvaret.

Simon Bendfeldt
M: (+45) 27 82 40 80
E: sb@brainaware.dk
W: brainaware.dk