



Seminar: Styr fri af skærene under forandringer

Det kan være vanskeligt at holde kursen, når hverdagen byder på større omvæltninger. Det bliver ikke lettere, hvis forandringsprocessen strækker sig ud over lang tid. Indsigt i hvordan vores hjerner reagerer under forandringer kan dog gøre det langt lettere og mindre udfordrende at komme ikke bare helskindet men også styrket igennem det. Hen over seminariet sættes fokus på:

1. Hvad sker der hos den anden og os selv når forandringerne er over os
2. Konkrete kommunikative og mentale værktøjer til at skabe en opbyggelig kultur og sikre trivslen
3. Tilgang til forandringer som vilkår og mulighed for vækst i hverdagen

Mange ting står så uendeligt meget klarere, når vi forstår hvad der sker, og det giver os mulighed for at agere i forhold hertil. Organisatoriske forandringer bringer f.eks. ofte hjernen i en krisetilstand - og særligt hvis vi ikke oplever at have nævneværdig indflydelse på, hvordan det hele ender. Seminariet sætter fokus på, hvad der sker når vores hjerne er i krise, og hvordan vi kan bruge viden om hjernen til at styrke vores personlige formåen og overskud.

Vidste du f.eks. at uvished behandles som frygt i hjernen? Oplever vi at der er rod i økonomien, vores forhold er truet, fremtidige arbejdssituation er uklar eller fysiske/psykiske helbred kunne være meget bedre sætter det hjernen i alarmberedskab og gør det vanskeligt for os at tænke klart og klogt.

Hen over seminariet sætter vi også fokus på de sociale faktorer, der påvirker os i mødet med andre mennesker, og hvad det betyder for vores præstationsevne og mentale overskud. I relation hertil får du mulighed for at tilegne dig værktøjer, der kan styrke din evne til at holde skruen i vandet i hverdagen under langvarige forandringsprocesser.

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.

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