

INOVÁCIA - KREATIVITA - INŠPIRÁCIA

WORKSHOPY

ROZVOJ ĽUDSKÉHO MOZGU

SMART BRAIN

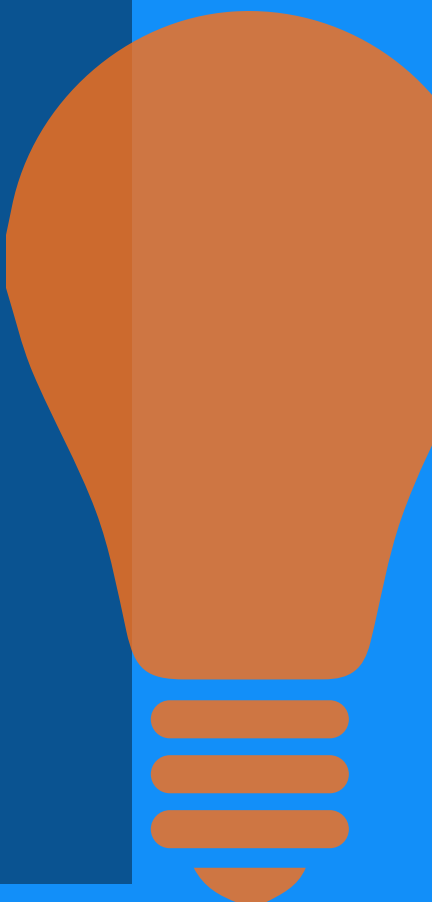


NAJNOVŠIE VÝSKUMY NEUROVEDY A BEHAVIORÁLNE
PRÍSTUPY APLIKOVANÉ V PRACOVNEJ A MANAŽÉRSKEJ
PRAXI

Spoznajte najnovšie výskumy
neurovedy o fungovaní ľudského
mozgu v službách manažérov

MOZOG RIADI NÁŠ ŽIVOT

... riadi naše správanie, konanie, emócie, je
zodpovedný za naše myšlienky a
rozhodovanie, pripravuje našu budúcnosť a
vytvára vízie





ROZHODUJE SA MOZOG
LOGICKY ALEBO NA ZÁKLADE
POCITOV?

90%

ROZHODNUTÍ VYCHÁDZA Z
NÁŠHO PODVEDOMIA A
EMÓCIÍ, NIE Z LOGIKY...

**Náš mozog je výrazne racionalizujúci,
nie racionálny**

Čo to znamená pre manažérov?

Napriek častému presvedčeniu, že sa manažéri rozhodujú na základe faktov a logických argumentov - ich rozhodnutia vychádzajú z ich nevedomých pocitov. Keďže myslenie je energeticky veľmi náročný proces, cieľom mozgu je hľadať vzorce a automatizovať ľudské rozhodnutia a konanie.





SUPER MOZOG - AKO ZÍSKAŤ ZO SVOJHO MOZGU MAXIMUM

JEDINEČNÝ WORKSHOP O SPOZNANÍ VLASTNÉHO MOZGU

spoznáte revolučné zistenia v chápaní fungovania ľudského mozgu

- zistíte kedy a prečo nás mozog klame a ako sa zbaviť sa škodlivých manažérskych návykov
- spoznáte toxické následky stresu na vašu pamäť a mozog a prečo tak rýchlo zabúdame
- odhalíte mýty a fakty - MULTITASKING, motivácia, dopamín, oxytocín a tímová práca
- naučíte sa ako dokážeme aktívne podporovať zdravie mozgu a vplyv fyzickej aktivity

#1

TRÉNING MOZGU - POSILNITE SVOJ MOZOG

*praktické kroky a návody
aktívneho rozvoja schopností
vášho mozgu podľa neurovedy*

- zistíte ako efektívne a aktívne podporovať zdravie vášho mozgu
- odhalíte ako cielene stimulovať váš mozog a vybrané mozgové funkcie
- zistíte ako predchádzať zhoršujúcemu sa stavu vášho mozgu a ako podporiť vaše kognitívne schopnosti
- spoznáte najnovšie výskumy neurovedy, ktoré vysvetľujú naše emocionálne reakcie a správanie



#2

NEUROLEADERSHIP V PRAXI - LÍDEŘSKÉ SCHOPNOSTI A NEUROVEDA

- spoznáte prečo robia aj rozumní lídri neracionálne až hlúpe rozhodnutia
- zistíte prečo sa rozhodujeme na základe našich starých - historických mozgových máp
- zistíte ako podporiť realizáciu zmeny podľa princípov fungovania ľudského mozgu
- spoznáte kľúčové princípy fungovania mozgu potrebné pre efektívneho lídra
- pochopíte prečo mozog potrebuje vzory a prečo rešpektujeme authority

EMOCIONÁLNA INTELIGENCIA - EQ

odhalíte ako emócie ovplyvňujú naše rozhodovanie

- spoznáte ako emócie riadia náš život a ovplyvňujú manažérsku prácu
- zistíte ako efektívne a prakticky zvýšiť svoju emocionálnu inteligenciu - EQ
- spoznáte najnovšie výskumy neurovedy, ktoré vysvetľujú naše emocionálne reakcie a správanie
- zistíte prečo emócie odlišujú úspešných ľudí od priemerných a lepšie pochopíte prekážky v živote

#4



AKO SA EFEKTÍVNE SÚSTREDIŤ

"KONCENTROVANÝ MOZOG"

- zvýšenie schopnosti koncentrácie na náročné úlohy a v náročných situáciach
- ako funguje mozog pri koncentrácii a ako efektívne podporovať schopnosť sústredenia
- možnosti a schopnosti ako udržať pozornosť v kľúčových momentoch a ako rozvíjať pozornosť
- zistíte aké predpoklady musia byť splnené, aby ste sa dokázali cielene sústrediť na danú vec
- najnovšie výskumy mozgu a ako vplývať na efektívnosť mozgu a dosahované výsledky

PRACOVNÁ PAMÄŤ

- ako funguje naša krátkodobá pamäť a jej vplyv na koncentráciu
- ako dlho dokáže mozog udržať koncentráciu
- mozog a vitalita, potreba energie, správna strava
- mozog a potrebný oddych počas práce

#5

Aktívny super mozog

čo nám bráni a čo nás podporuje v rozvoji

spoznáte ako dopamín podporuje a vyvoláva závislosti - sladké jedlá, sex, drogy

spoznáte prečo sa bojíte zmeny a prečo sa držíme STATUS QUO

získate nové fakty o učení, fungovaní pamäti a rozvoji mentálnych schopností

spoznáte najnovšie trendy v oblasti starostlivosti o ľudský mozog



#6

Aktívny a výkonný mozog zvyšuje kvalitu nášho života

pochopíte ako mozgové mapy riadia náš život - konanie, naše emócie,
rozhodovanie

spoznáte nové princípy učenia mozgu a zmeny mozgových máp

pochopíte ako a kedy multitasking ohrozuje naše životy

pochopíte ako neuroplasticita mozgu mení váš život

spoznáte vybrané top objavy neurovedy a ich aplikáciu v manažérskej praxi

MODERNÝ MOZOG - MOZOG ZMENY

odhalíte prečo ostávame pri starých veciach, aj keď nám už nevyhovujú

-
- spoznáte prečo nemáme radi zmeny a pochopíte prečo sa nechceme meniť
 - zistíte prečo je zmena tak ťažká a náročná a ako zabrániť degradácii mozgu
 - zistíte ako a prečo len 5% nášho fungovania mozgu je naozaj autentické a nové
 - naučíte sa ako vplýva dopamín na proces realizácie zmeny v manažérskom živote

#7

SOCIAL BRAIN WORKSHOP

**ĽUDSKÝ MOZOG V DIGITÁLNO
SVETE A V SOCIÁLNYCH MÉDIACH**



spoznáte proces vzniku závislostí na sociálnych médiach a technológiach
pochopíte našu potrebu nasledovania davu a potešenie mozgu z pravidiel
moderné média a mozog - ako sa mení vnútorná štruktúra nášho mozgu
sociálna konformita a nasledovanie davu, kopírovanie okolia a sociálne média

#8

Princípy učenia podľa neurovedy - vzdelávanie v manažérskom živote

- spoznáte čo potrebuje vedieť úspešný líder a manažér o procese učenia
- naučíte sa ako dokážete využiť neuroplasticitu a dosiahnuť efektívne učenie
- ako reaguje mozog na sociálne učenie a ako sa mení jeho neuro-hormonálna aktivita
- princípy a objavy neurovedy - "must have" úspešného manažéra a lídra



#9



NEURO COACHING

EFEKTÍVNY COACHING Z POHĽADU NEUROVEDY

- efektívne techniky, metódy a prístupy moderného coachingu podľa najnovších výskumov neurovedy
- len 5% nášho fungovania mozgu je naozaj autentické a nové
- šokujúce zistenie: zabúdame 90% informácií do 30 dní od ich prijatia
- ako vplýva dopamín na proces coachingu a učenia, kedy nás prostredie blokuje
- neuroplasticita odhalila aký významný vplyv má na vývoj nášho mozgu prostredie a impulzy, ktoré nám prostredie poskytuje

#10

Efektívny mozog

menej
stresu a
lepšie
výsledky

hacknite základné princípy vášho mozgu

- prekvapujúce a šokujúce zistenia o našom fungovaní počas práce
- spoznáte najnovšie výskumy neurovedy, ktoré vysvetľujú naše emocionálne reakcie a správanie
- odhalíte ako sa zbaviť sa škodlivých manažérskych a pracovných návykov
- spoznáte toxické následky stresu na vašu pamäť a mozog a ako vznikajú manažérske stereotypy



#11

Najnovšie výskumy neurovedy a ich aplikácia vo firemnej praxi

MOZGOVÉ CENTRÁ A VÝZNAMNÉ FUNKCIE

PREDNÁ MOZGOVÁ KÔRA

centrum rozmyšľania, rozhodovania,
logiky - vedomé reakcie, premyslené
stratégie a cielené konanie

LIMBICKÝ SYSTÉM

amygdala: centrum prežitia - strach, emócie,
inštinktívne konanie „ÚTOK ALEBO ÚTEK“,
„flight or fight“

„PLAZÍ MOZOG“

najstaršia, primitívna časť mozgu zodpovedná za
automatické procesy - základné životné funkcie
(dýchanie, činnosť srdca, trávenie...)



viac na webe



Human friendly company

Powered by
COMM PASS



COMM-PASS

...enjoy your change

zmeňte život vašej firmy

tréningy a poradenstvo | www.commpass.sk

Marián Minárik | +421 907 400 392

minarikm@commpass.sk | www.commpass.sk

