Program szkolenia

„Umysł jutra - czyli kompetencje jakich potrzebujesz dziś i jutro by robić swoje i nie zwariować”

1. Dlaczego jutro zaczyna się dziś, czyli kompetencje jutra to nie odległa przyszłość a nasza rzeczywistość.

2. Jakie są kompetencje jutra i dlaczego są takie a nie inne.

3. Rezyliencja i zwinność kognitywna: czym są style myślenia, neuroplastyczność i czy stawianie na określny typ kompetencji osłabia inny.

4. Szukanie sensu i znaczenia: oszczędność energetyczna mózgu a sens i znacznie, sens i znacznie w badaniach naukowych, praca bez poczucia sensu - czy grozi wypaleniem?

5. Budowanie relacji i porozumienia - jak wzmacniać mózg społeczny, mózg społeczny a zaufanie, czy umiesz je budować, język przyjazny dla mózgu z jakiego powodu warto się uczyć?

6. Kreatywność i innowacja - co oszczędność energetyczna mózgu ma do kreatywności, czy kreatywność się ma czy można się jej nauczyć?

7. Prospekcja - planowanie jako sposób redukcji stresu ale i blokada działania, warto się temu przyjrzeć.

8. Podsumowanie szkolenia.