



DENK LABOR

„Cogito ergo orior!“ (Helmut SIHLER, Vorstandsvorsitzender HENKEL)

Im on-line Denk-Labor finden Sie Video-animierte Unterstützung für die Durchdenkung Ihrer eigenen Themen und Anliegen. Insgesamt stehen Ihnen 20 Denkrouten (11 Allgemein + 9 Beruf) mit einer Gesamtspielzeit von 10 Stunden zur Verfügung.

Merkmale des Denk-Labors:

- Jederzeit on-line verfügbar
- Anonym
- Holistischer Zugang
- Unmittelbare Ergebnisse
- Spielerisch und relevant

Als Basis dient die Methodik **BRAIN SURFING®** (www.brain-surfing.org): Eine Kombination von Denken + Körperarbeit + Gegenwärtigkeit (No-Mind)!

Gedankenfitness® meint in diesem Zusammenhang die Steigerung Ihrer Fähigkeit, sich auf offene Fragestellungen auch etwas denken zu können. (Gedächtnistraining meint die Fähigkeit, sich Daten, Zahlen, Inhalte besser merken können)

„Vorstellungsvermögen ist wichtiger als Wissen!“ (Einstein)

Ziele:

- 1) Die Verbesserung Ihres Vorstellungsvermögens!
- 2) Entwicklung besserer Lösungen!
- 3) Auffinden neuer Einsichten!
- 4) Bewusstseins-Steigerung

ABLAUF:

Teil 1:

1. Vorbereitung (ungestört, energetisch ausgeglichen, Handy aus, etc.)
2. Eingrenzung Ihres Themas, welches Sie durchdenken wollen
3. Auswahl des dafür passenden Denk-Modules (Denk-Route)
4. Start und Durchdenkung der Fragestellungen, MIT Schreibzeug
5. Ende: Mind-Map (Gedankenspeicher)

Teil 2:

6. Nach dem Ende ca. 40 min. Körperarbeit

Teil 3:

7. Gegenwärtigkeitsübungen durchführen (No-Mind, d.h. Aussteigen aus dem Denken)

*„Wer besser nach- und vorausdenken kann hat Vorteile
in einem von Veränderungen geprägten (Arbeits-) Leben.“ (Rauchenwald)*