Neurobiologe, Autor & Experte für mentale Gesundheit

Dr. Bernd Hufnagl



Bernd Hufnagl ist Wiener, Neurobiologe und Unternehmensberater. Vor allem aber ist er einer der spannendsten Hirnforscher unserer Zeit. Die revolutionärste These des Bestsellerautors und Keynote-Speakers: Nehmt euch mehr Zeit zum Tagträumen! Dafür hat er simple aber effektive Tipps wie wir aussteigen, um wieder einsteigen zu können: Das Smartphone weglegen, aus dem Fenster schauen und immer wieder Micro-Pausen einplanen. Alles, nur nicht zielgerichtet denken. Kurze Pausenphasen hält er sogar für wichtiger als zwei Wochen Urlaub. „Tagträume machen uns leistungsfähiger“ Hufnagl widmet sich seit 20 Jahren dem Zusammenhang zwischen Gesundheit und Arbeitswelt und greift bei seinen Vorträgen auf Forschung und Erkenntnisse aus…

Themen

Employer Branding & Human Resources, Führung & Recruiting, Gesellschaft, Gesundheit & Ernährung, Megatrends & Bildung, New Work & New Culture, Resilienz & Stress-Management, Robotik & Künstliche Intelligenz, Trends, Zukunft & Wissenschaft, Zukunftsbeirat

Sprachen

Deutsch, Englisch

LEADING MINDS GmbH
Gerstäckerweg 3a | 14089 Berlin (Deutschland)
+49 (0)30 640 777 42 | contact@leading-minds.com | leading-minds.com