

Zielgruppe	alle Mitarbeiter/-innen aus öffentlichen Verwaltungen	
Ihr Nutzen	Ja, ich will, aber das Fleisch ist schwach. Schluss mit faulen Ausreden! Hier gibt's wissenschaftlich fundierte Strategien, um vom Wollen zum Handeln zum Ziel zu gelangen. Mit Neuem aus Neurologie, Psychologie und der Kraft von mehr als 100 Milliarden Superhelden. Sie müssen nur wollen.	
Inhalt	1. Schau mir ins Gehirn, Kleines - Was geschieht unter unserer Schädeldecke - Fatale Folgen von täglich Tausenden Entscheidungen - Von Verführern und Verführten (wir) - Der Willensmuskel – abends ein abgeschlafte Muskelchen 2. Körper und Psyche Hand in Hand - Biologische Reaktionen auf Willens-Muskelschwäche - Schlaf und Stress und Ihr Einfluss auf die Willenskraft - Starker Körper, starke Muskeln, starker Wille 3. Willens-Muskel-Mucki-Bude - Selbst ist die Regulation - Die Kraft der Emotionen (auch für Männer) - Vom Gedanken-Karussell zur Gedanken-Autobahn - Trainings-Einheiten vom Willens-Coach	
Dozent	Dr. Jens Kegel	
Nummer	L-01-23/26	
Termin	17. September 2026 von 9:30 bis ca. 16:30 Uhr	
Ort	SKSD, Schulgasse 2, 01067 Dresden (Raum s. Infotafel 5. Etage)	
Entgelt	128,00 €	Mitglieder des Zweckverbandes
	166,00 €	Nichtmitglieder

Zu allen neuen Veranstaltungen, neuen Terminen und Last-Minute-Angeboten können Sie sich auf www.sksd.de informieren.