

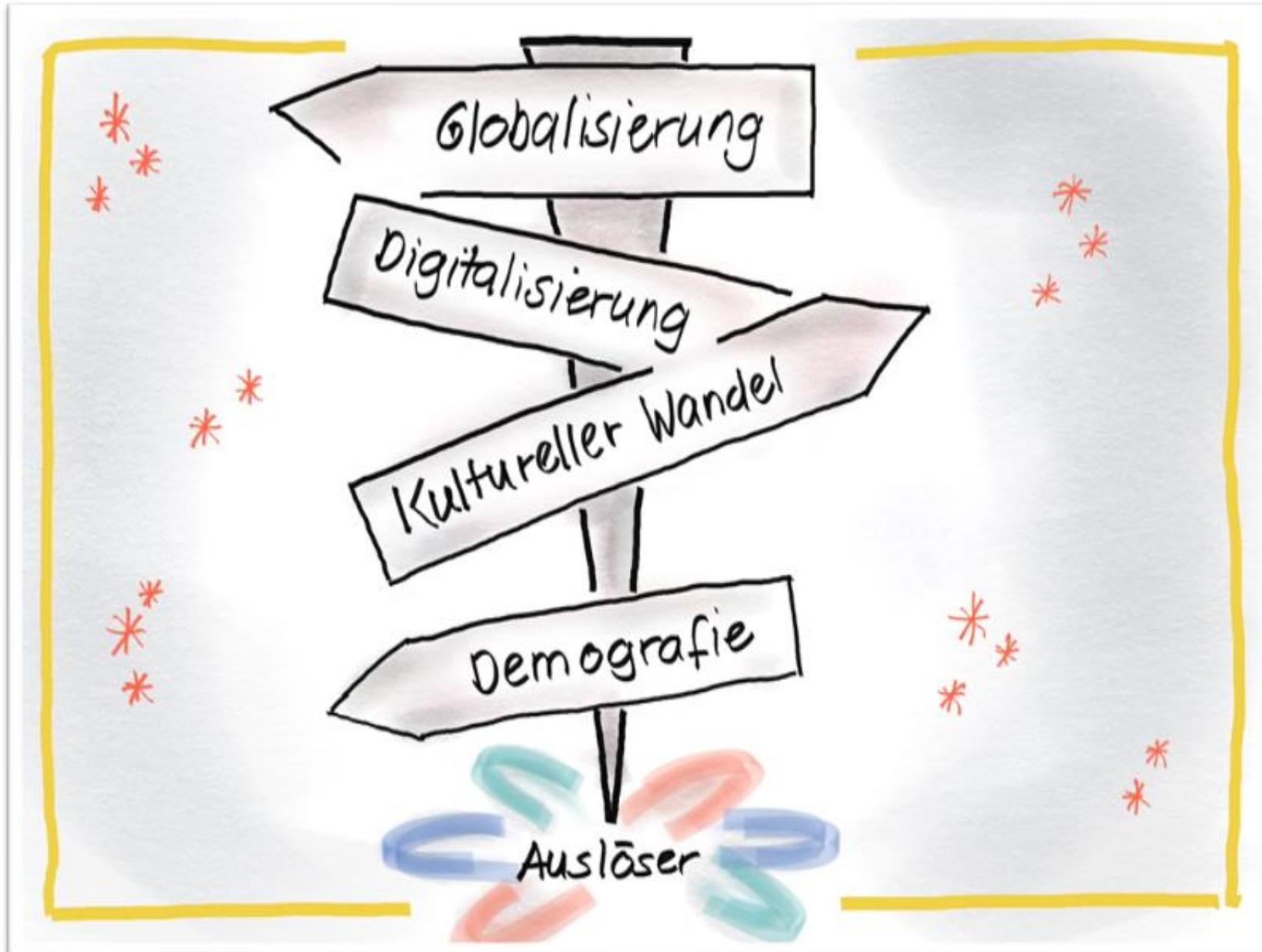
# **Kraftvoll durch Herausforderungen**

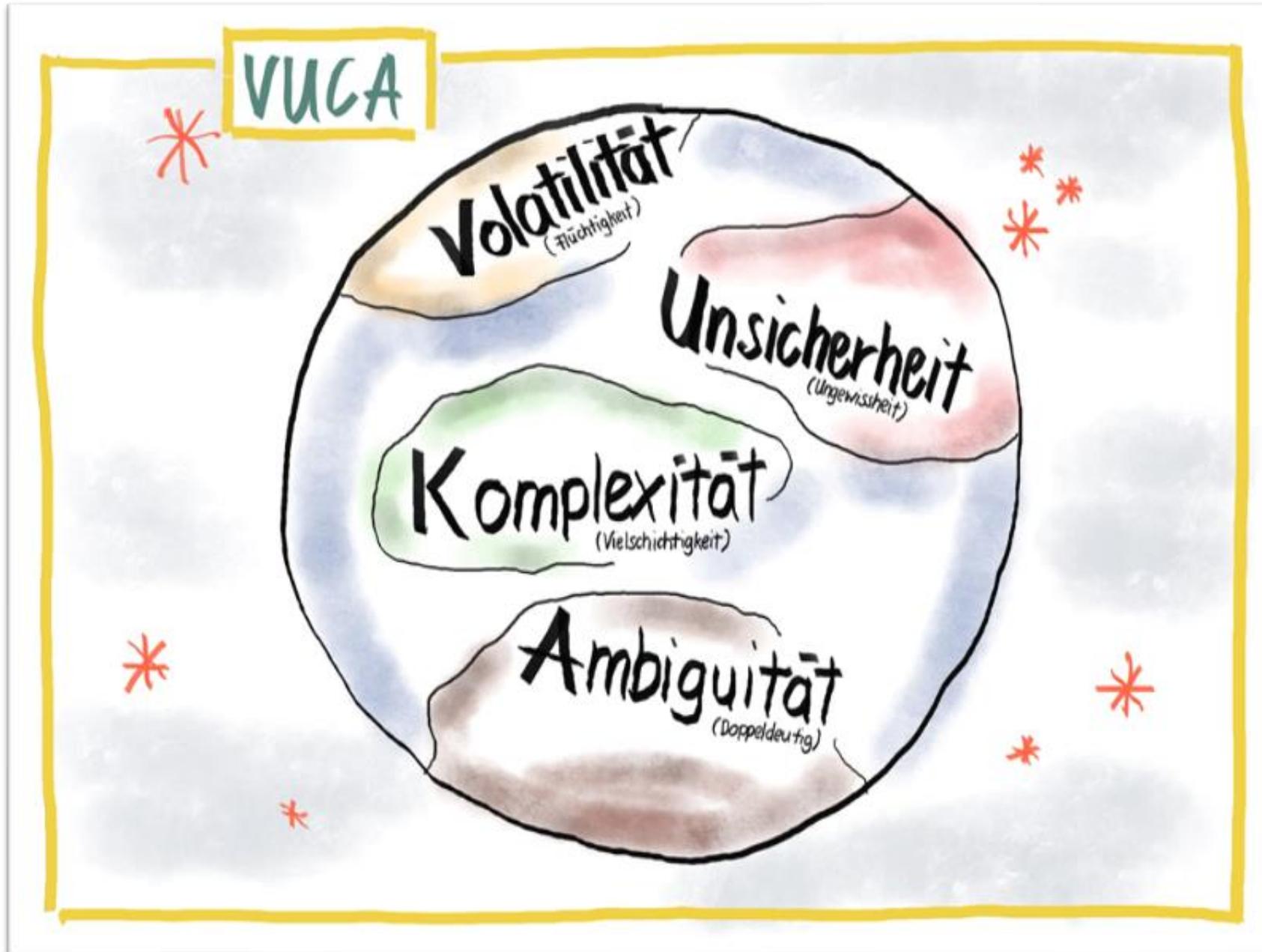
## **Impulse für mentale Stärke und Zuversicht**

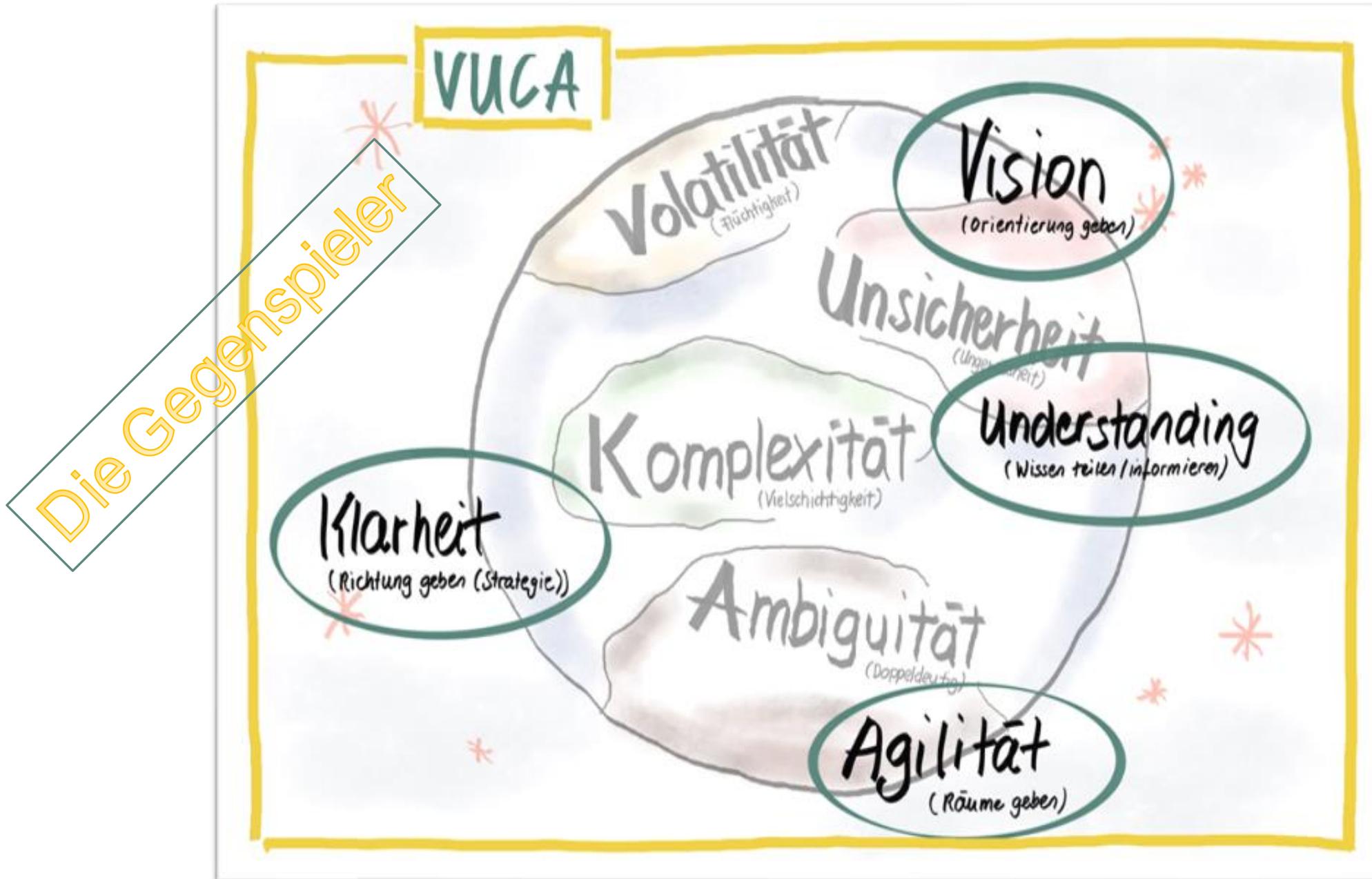
**Tilo Mannert**

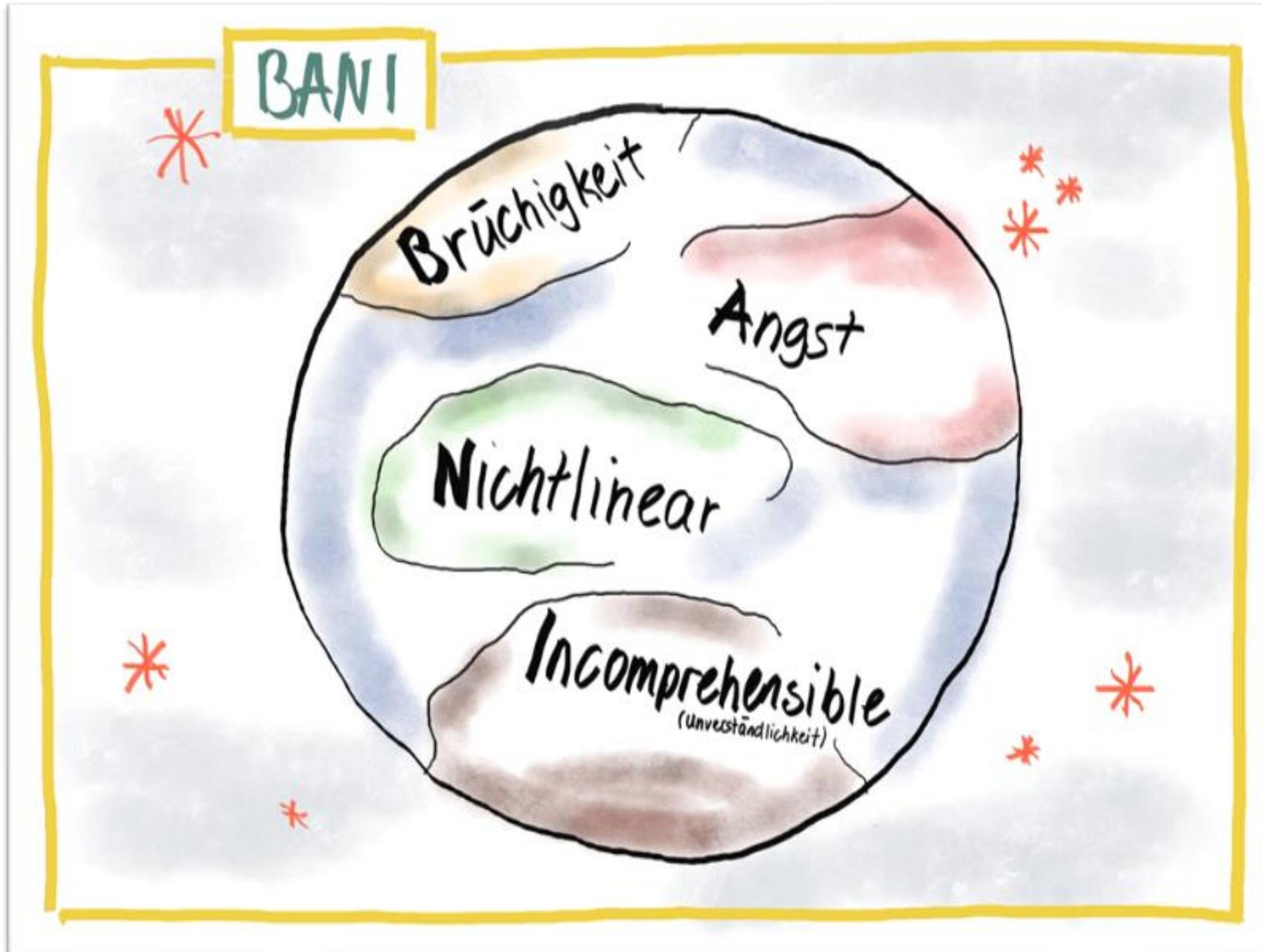
Dipl.-Ing. (FH), M.A.  
Oberbaurat, BNB-Koordinator  
Trainer der Didaktik, eLearning-Autor  
[info@tilo-mannert.de](mailto:info@tilo-mannert.de)  
[www.tilo-mannert.de](http://www.tilo-mannert.de)

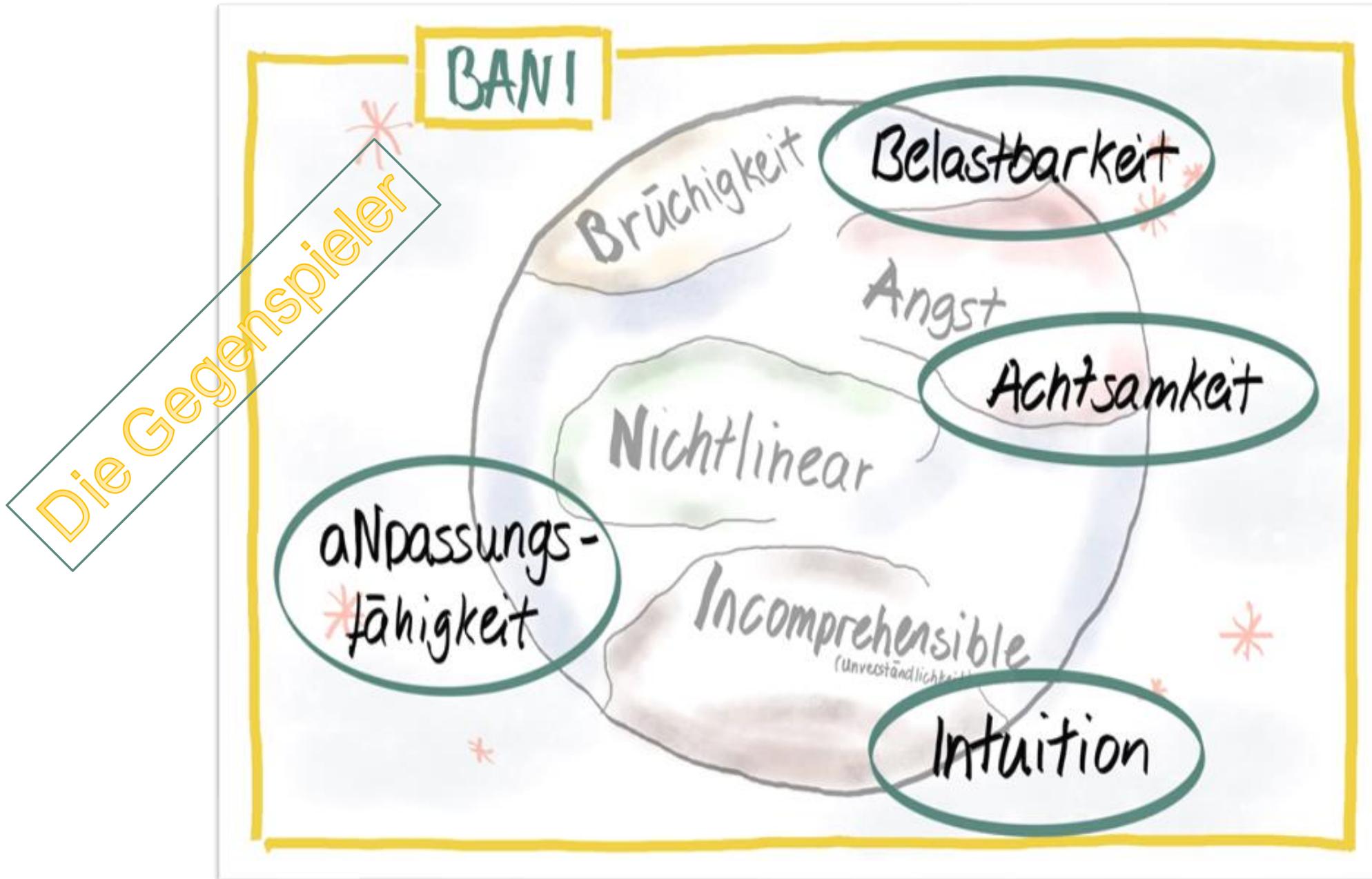












**Lassen Sie uns gemeinsam ein**  
**Experiment**  
**durchführen**

Was glauben Sie, wie oft blicken wir am Tag in die Zukunft?

20

20

60

35

2

15

10

2

Ein Auszug  
Ihrer Antworten



Im Schnitt blicken wir alle 3 Minuten in die Zukunft!

Das verursacht die Unsicherheit.



Wie viele Erbsen vermuten Sie in diesem Glas?

850

4743

35000

5000

18500

10000

5000

8000

Ein Auszug  
Ihrer Antworten



## Es sind etwa 8.000 Erbsen!

- Wir Menschen schätzen überhaupt nicht gut.
- Generell Überschätzen wir das Negative.
- In 80% der Fälle kommt es nicht so schlimm wie erwartet.
- Oder positiv formuliert: Die meisten Dinge kommen besser als man denkt!



Wie oft lacht ein Kind durchschnittlich pro Tag?

200

600

1000

50

Alle 3 Minuten

500

50

20

Ein Auszug  
Ihrer Antworten



Kinder lachen rund 400-mal pro Tag!

Das ist so toll!



Wie oft lacht ein Erwachsener durchschnittlich pro Tag?

200

20

50

200

5

2mal

200

58

Ein Auszug  
Ihrer Antworten



# Erwachsene lachen hingegen nur durchschnittlich 15-mal pro Tag!

Das zeigt, dass wir weniger fröhlich sind, damit auch weniger gelassen und frei in unseren Köpfen. Ideenreichtum und geistige Flexibilität ist daher kaum möglich. Wie können wir neue Ideen und Lösungen entwickeln, wenn wir verbittert und eingefahren sind

Lassen wir doch einfach das innere Kind öfter raus!



Wie viel mehr Informationen verarbeiten unsere Gehirne heute im Vergleich zu Menschen, die vor etwa 100 Jahren lebten?



13%

2x mehr



16%

10x mehr



13%

50x mehr



58%

100x mehr



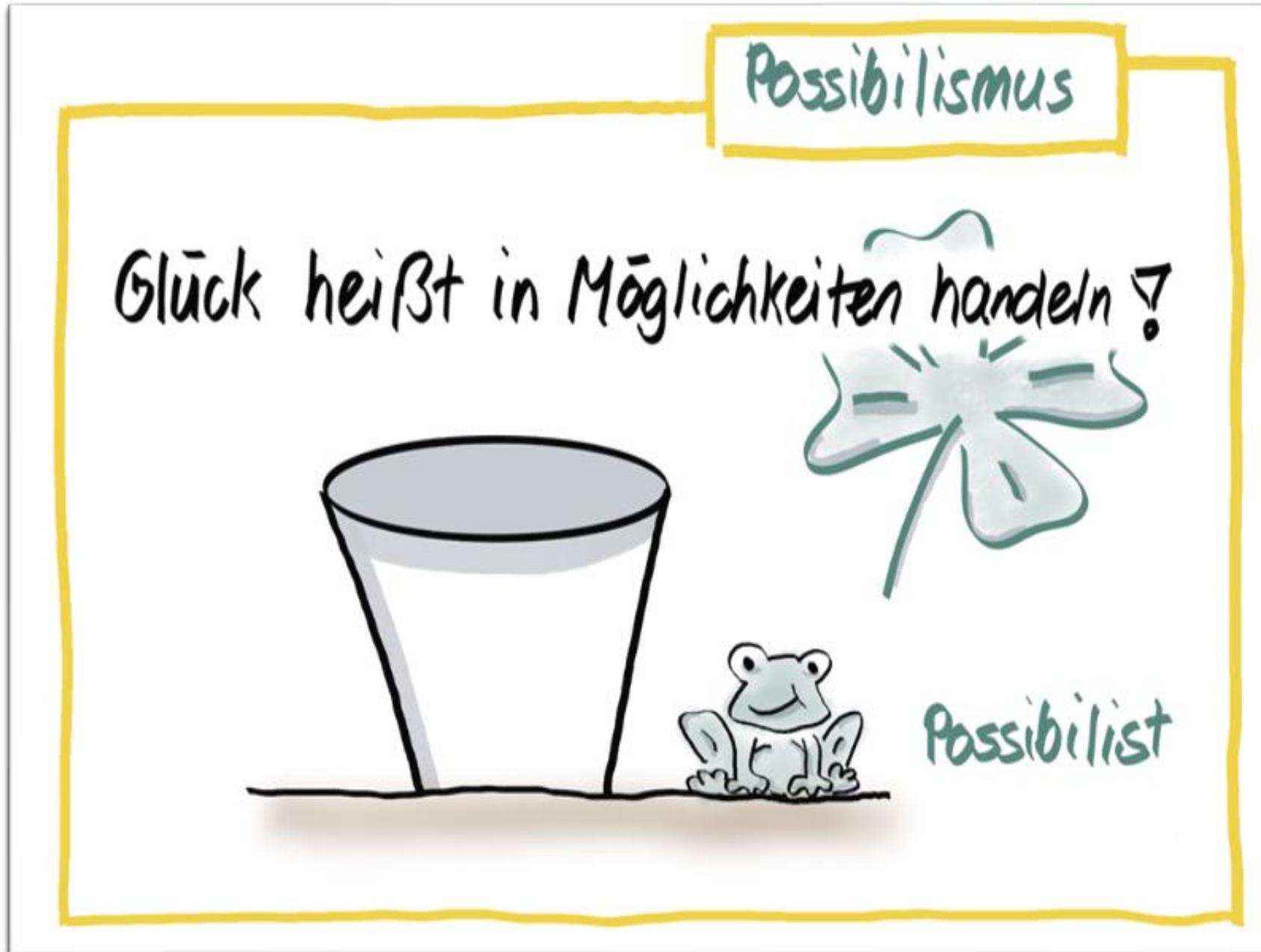
## ca. 100x mehr - entspricht 30-40 Gigabyte

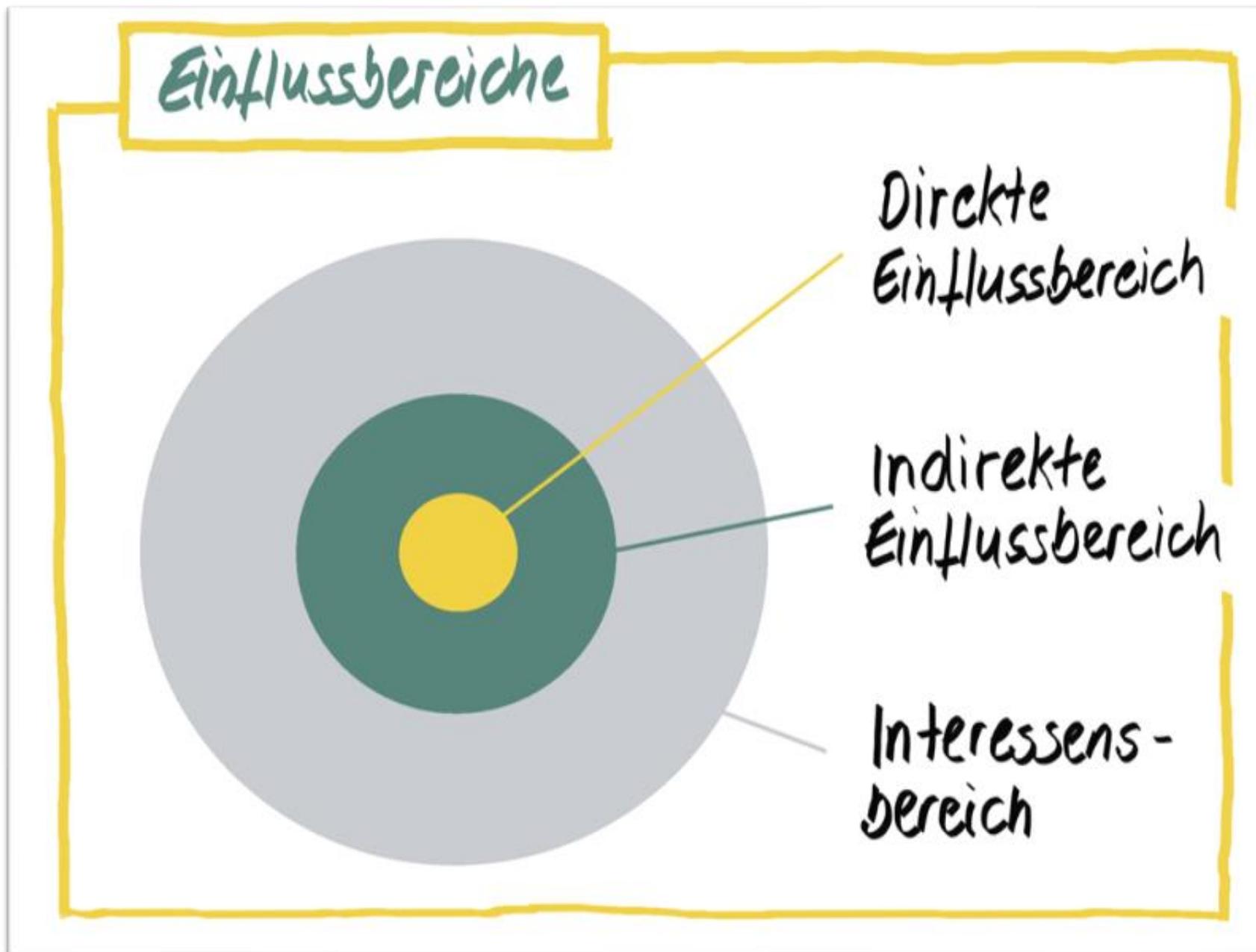
Vor 100 Jahren gab es weder Smartphones, Tablets, Computer noch das Internet mit Social Media und globalen Informationen jederzeit griffbereit. Heute verarbeiten unsere Gehirne etwa 100-mal mehr Daten pro Tag – das entspricht zwischen 30 und 40 Gigabyte an Informationen täglich!

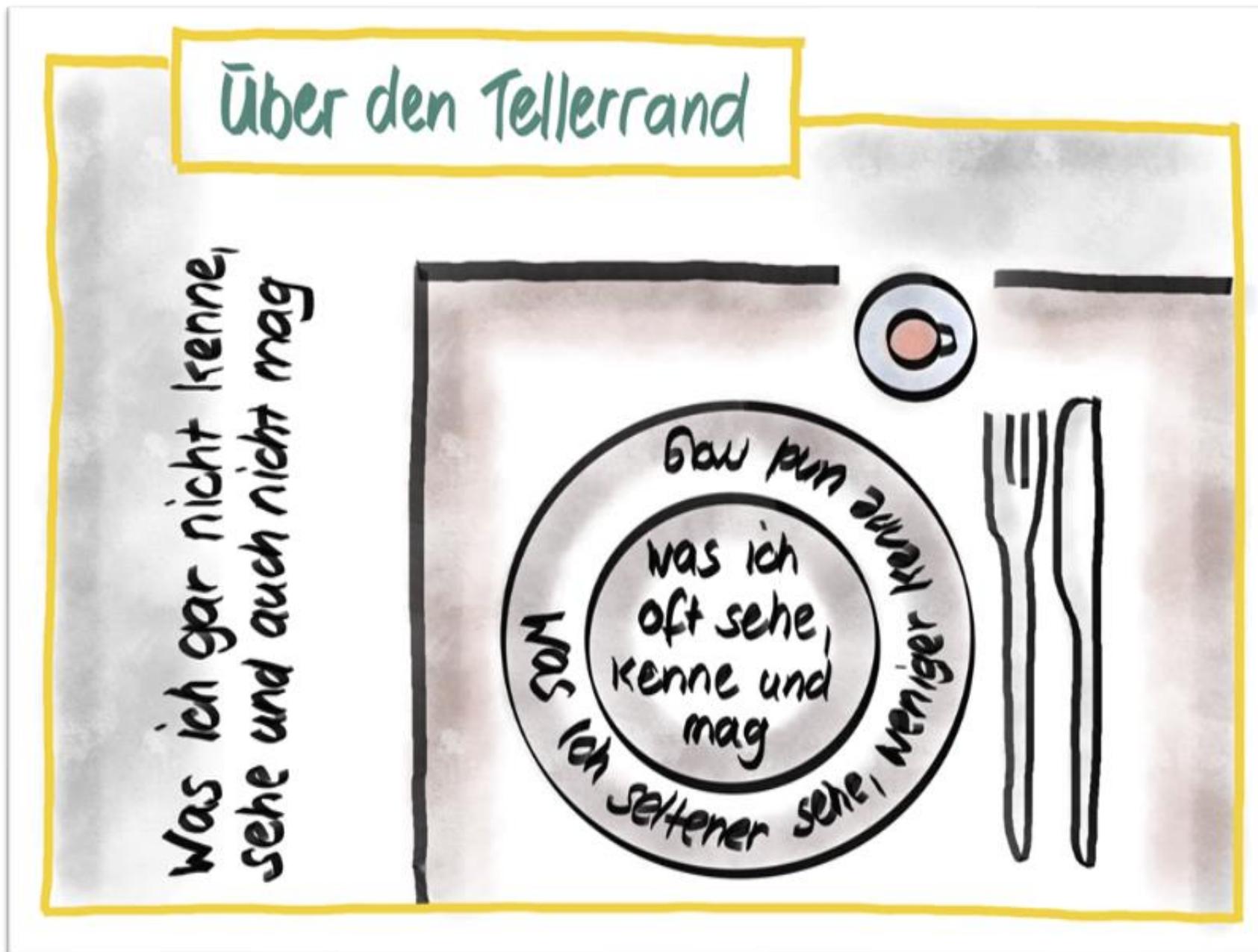


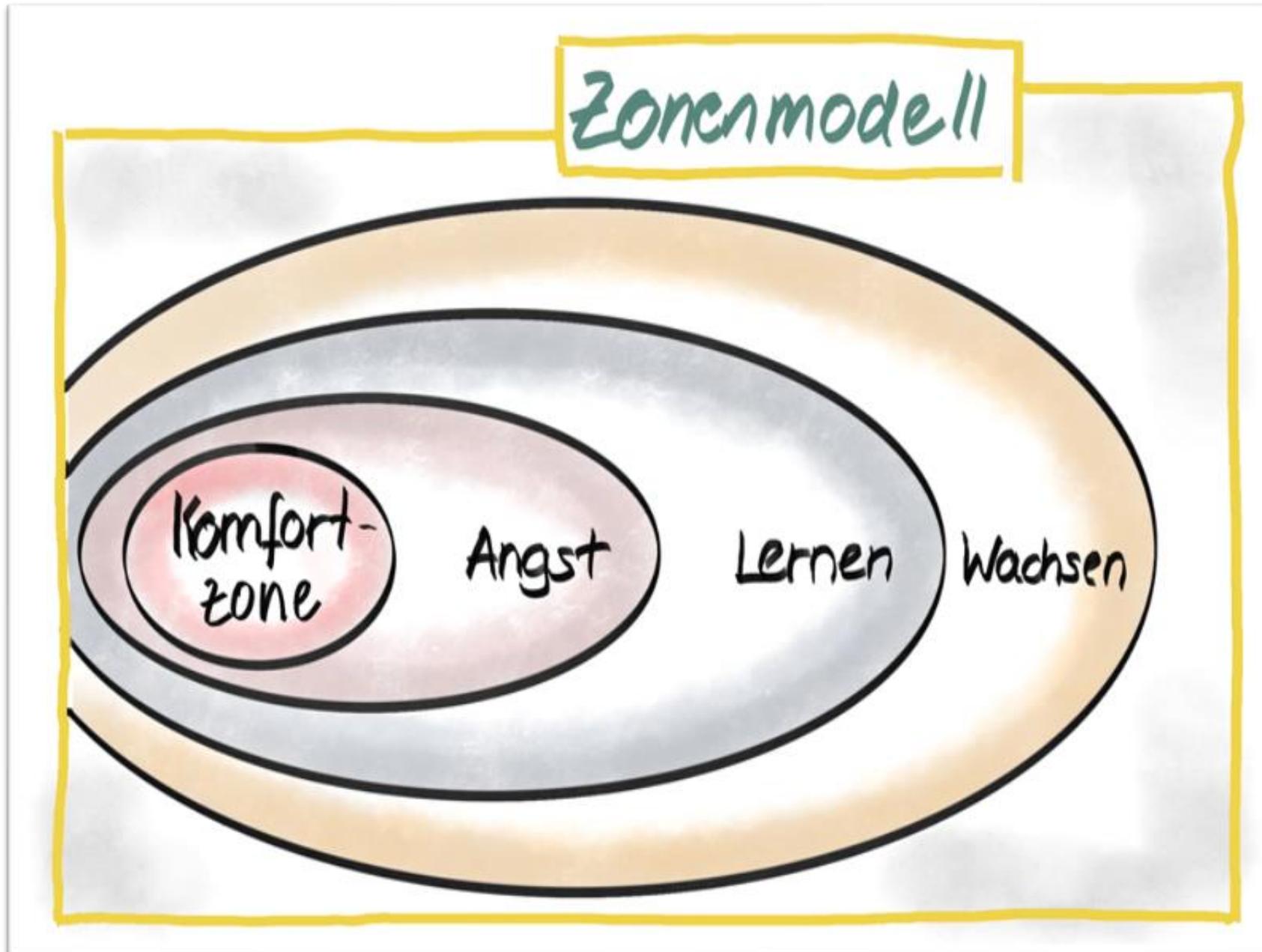
# Drei Frösche

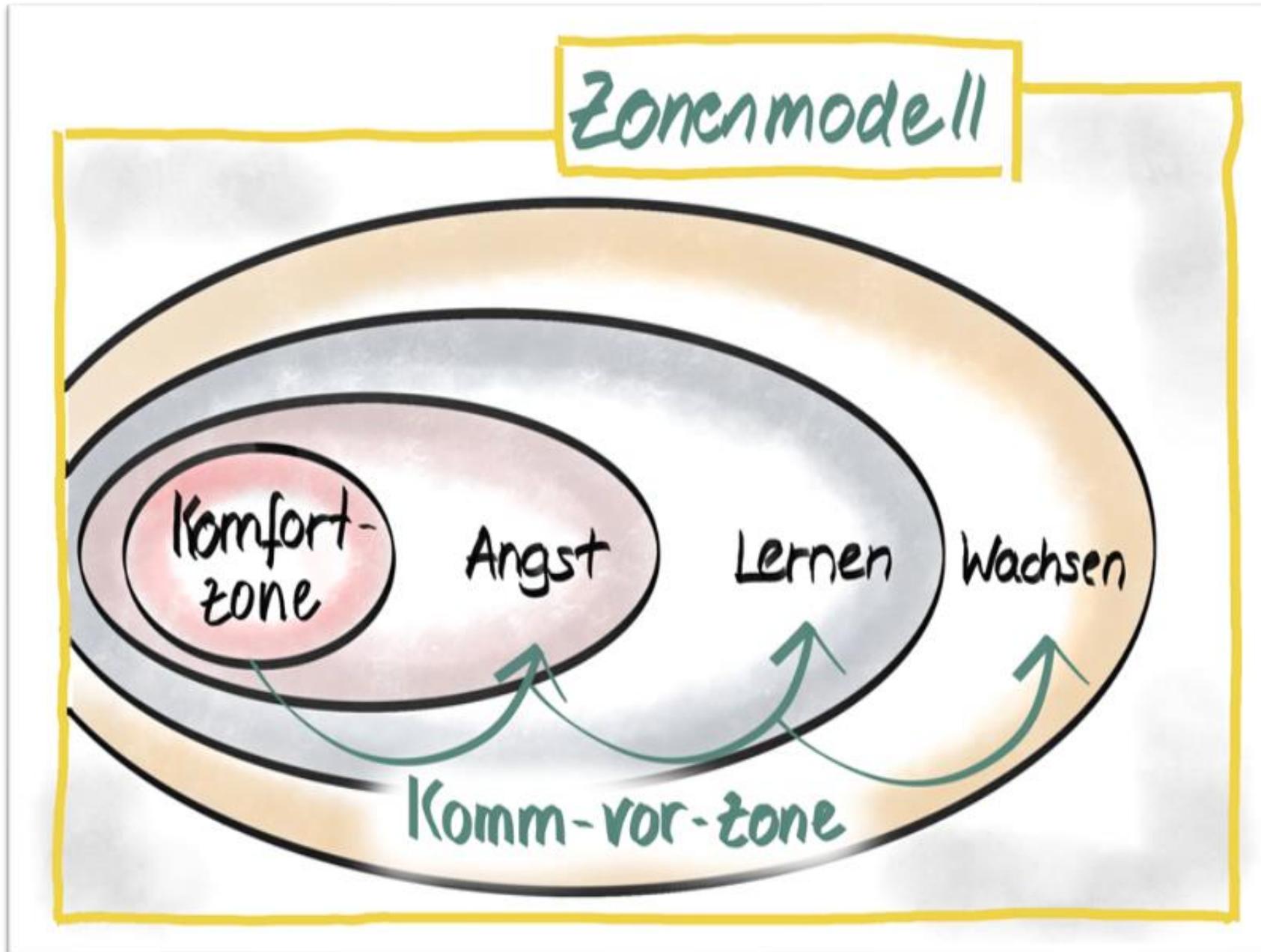


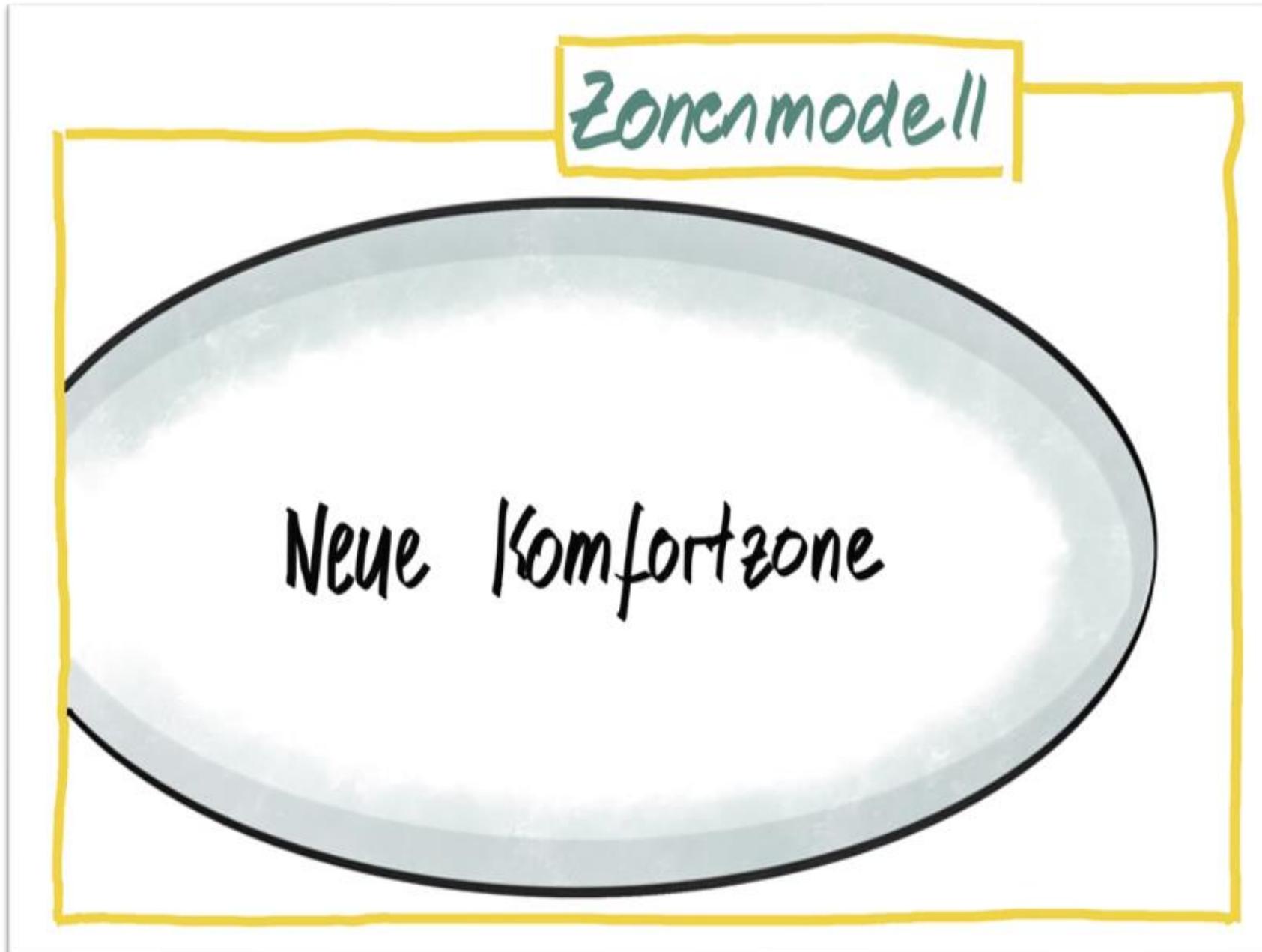














Denken Sie  
Immer daran!

**Sie sind:**  
**Possibilisten**