

# INHALT

<b>ARBEITSALLTAG</b>	
* <b>WAS DU HEUTE KANNST BESORGEN ...</b>	4
So gewinnen Sie den Kampf gegen die To-do-Liste!	
* <b>INNOVATION MIT SYSTEM</b>	7
Mehr Kreativität gefällig? Mit einer neuen Strategie produzieren Sie Ideen en masse	
<b>KOMMUNIKATION</b>	
* <b>GEKONNT ÜBERZEUGEN</b>	10
Die Gesetze der Kunst, anderen Ihre Ansicht schmackhaft zu machen	
<b>DIE RICHTIGEN WORTE FINDEN</b>	14
Wer sich in Gesprächen seinem Gegenüber anpasst, erreicht leichter sein Ziel	
<b>LEBENSFÜHRUNG</b>	
* <b>»GEWONNEN UND VERLOREN WIRD ZWISCHEN DEN OHREN«</b>	17
Profitieren Sie von den Mentaltricks der Leistungssportler!	
<b>AB DURCH DIE GOLDENE MITTE</b>	20
Das Geheimnis der Arbeitszufriedenheit: eine Tätigkeit zu finden, die den eigenen Fähigkeiten optimal entspricht	
<b>LERNEN</b>	
<b>MIT ALLEN SINNEN</b>	26
Die Suggestopädie verspricht effizienten Wissenserwerb, der Freude macht	
<b>MERKTRICKS FÜR LEGASTHENIKER</b>	30
Kindern mit Lese-Rechtschreib-Schwäche hilft ein gezieltes Gedächtnistraining	
<b>RICHTIG PRÄSENTIEREN</b>	
<b>FLIPCHART STATT POWERPOINT</b>	34
Oft ist es leichter, sein Publikum mit ganz einfachen Mitteln zu begeistern	
<b>ELEKTRONISCH – PRAKTISCH – GUT</b>	38
Richtig gestaltet, sprechen computergestützte Präsentationen das Gehirn optimal an und vermitteln Inhalte effektiv	
Impressum	22
Sonderteil Gehirntraining	23
Marktplatz	42

\* Das sind unsere Coverthemen

Titelmotiv: Gehirn&Geist / Andreas Rzakowsky



Hartwig Hanser  
Redakteur/Chef vom Dienst  
bei »Gehirn&Geist«

## GEHIRNTRAINING FÜR HELLE KÖPFE

**Willkommen zu unserem etwas anderen Gehirntraining!** Statt einer Ansammlung von Denksportaufgaben präsentieren wir Ihnen die besten Artikel aus der »Gehirn&Geist«-Rubrik »Besser Denken«: ausgewählte Anleitungen und Hilfestellungen aus der Feder renommierte Trainer und Coachs, damit Sie Ihr Gehirn im Beruf und Privatleben optimal nutzen lernen.

Lesen Sie, wie Sie Ihre Kreativität fördern (S. 7), andere überzeugen (S. 10), leichter lernen (S. 26), gelungene Präsentationen gestalten (S. 34 und 38) und mit Ihrem Leben zufriedener werden (S. 20).

Für das herkömmliche Gehirntraining finden Sie ab S. 23 einige Übungsaufgaben. Zudem bietet unsere Webseite [www.gehirn-und-geist.de/trainer](http://www.gehirn-und-geist.de/trainer) alle zwei Wochen eine neue Onlineübung an, mit der Sie Ihr Gehirn spielerisch fit halten können.

Viel Vergnügen und Erfolg wünscht  
Ihr

**Spektrum**  
DER WISSENSCHAFT

GEHIRN&GEIST – das Magazin für Psychologie  
und Hirnforschung aus dem Verlag Spektrum  
der Wissenschaft