



Bildungsveranstaltung 2022  
**Vortrag von Volker Kitz**  
([www.volkerkitz.de](http://www.volkerkitz.de))



© Joachim Gern

# „Konzentration – warum sie so wertvoll ist und wie wir sie bewahren“

Mangelnde Konzentration ist nicht nur für Katastrophen wie Zugunglücke und Flugzeugabstürze verantwortlich, sondern auch für die alltäglichen Fehler, die die Wirtschaft jedes Jahr Milliarden kosten. Vor allem schafft sie persönlichen Frust, denn ohne Konzentration gelingt nichts und macht nichts Freude. Doch unsere Fähigkeit, sich zu konzentrieren, nimmt rapide ab. Immer mehr Reize durchströmen uns, Studien legen nahe, dass elektronische Medien die Gehirnstruktur verändern. In vielen wächst die Sehnsucht, sich endlich wieder einmal in Ruhe auf etwas einzulassen.

Für mehr Konzentration in der digitalen Arbeitswelt: Mit unterhaltsamen Live-Experimenten erkundet Volker Kitz mit seinem Publikum, warum Konzentration so wertvoll ist und wie wir sie bewahren: Wie vermeidet man Störungen bei der Arbeit? Welche Geräusche helfen und welche schaden der Konzentration? Wohin legt man am besten sein Smartphone, wenn man sich konzentrieren will? Konzentriert man sich leichter allein oder in Gesellschaft? Wie bricht man aus dem Teufelskreis des Aufschiebens aus? Wann funktioniert Multitasking?

Wann? **Freitag, 01.07.2022, 19 Uhr**

(Einlass ab 18.30 Uhr) –

*Es gelten die dann aktuellen Hygienevorschriften Brandenburgs!*

Wo? **Gemeindesaal Hoppegarten**

(Lindenallee 14, 15366 Hoppegarten)

Eintritt? Unkostenbeitrag von 12 Euro, wenn eine Teilnahmebestätigung gewünscht wird zzgl. 1 Euro, per Vorkasse

Anmeldung? [info@hoppegarten-aktiv.de](mailto:info@hoppegarten-aktiv.de), Sie erhalten dann eine Bestätigung mit Mitteilung der Kontoverbindung zwecks Überweisung.

Wir danken der Gemeinde Hoppegarten und dem Ortsbeirat Dahwitz-Hoppegarten für ihre Unterstützung.