

Herbstforum Altbau – 24. November 2021

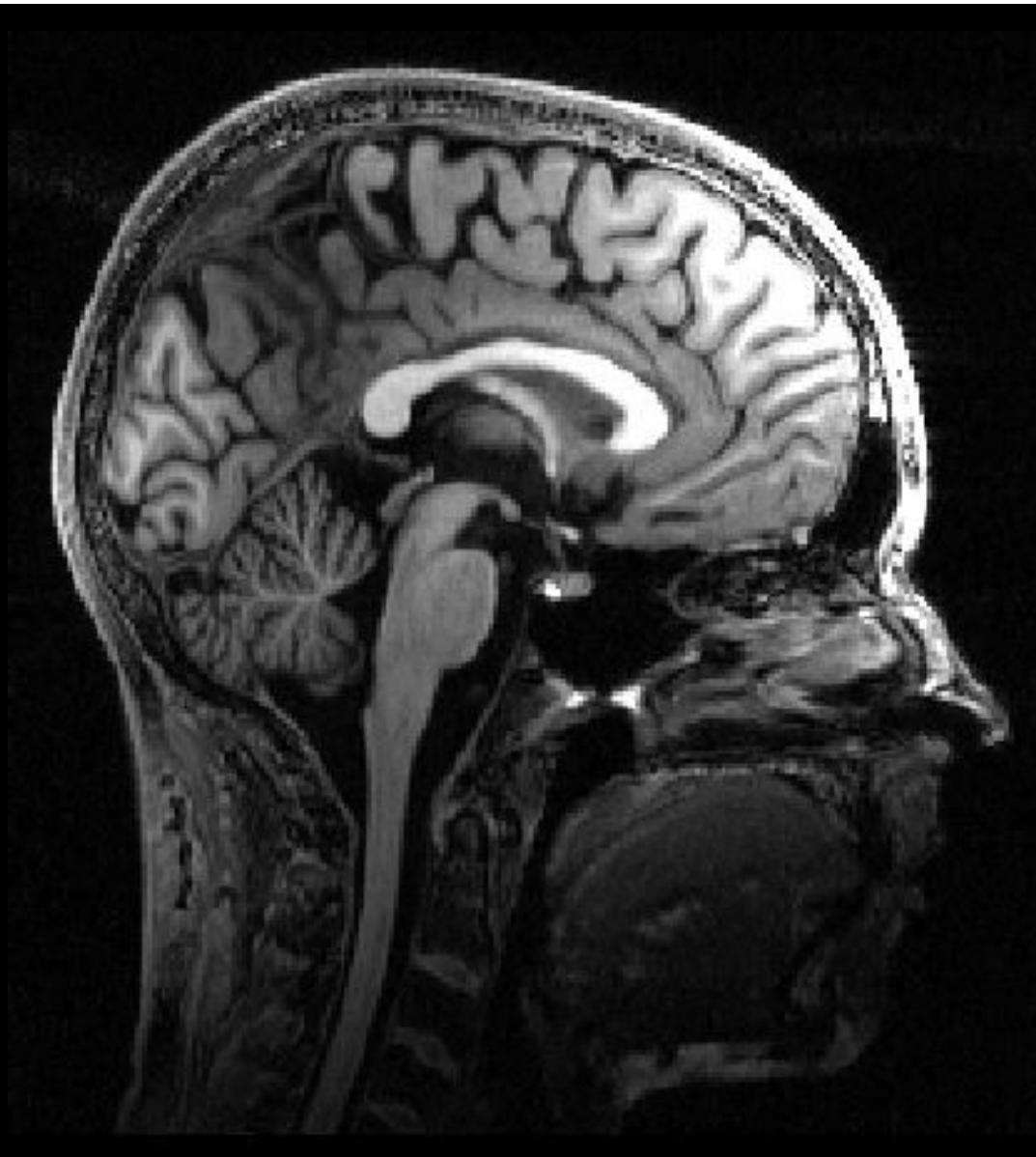
**Das Reden über Probleme schafft Probleme,
das Reden über Lösungen schafft Lösungen**

Prof. Dr. Maren Urner



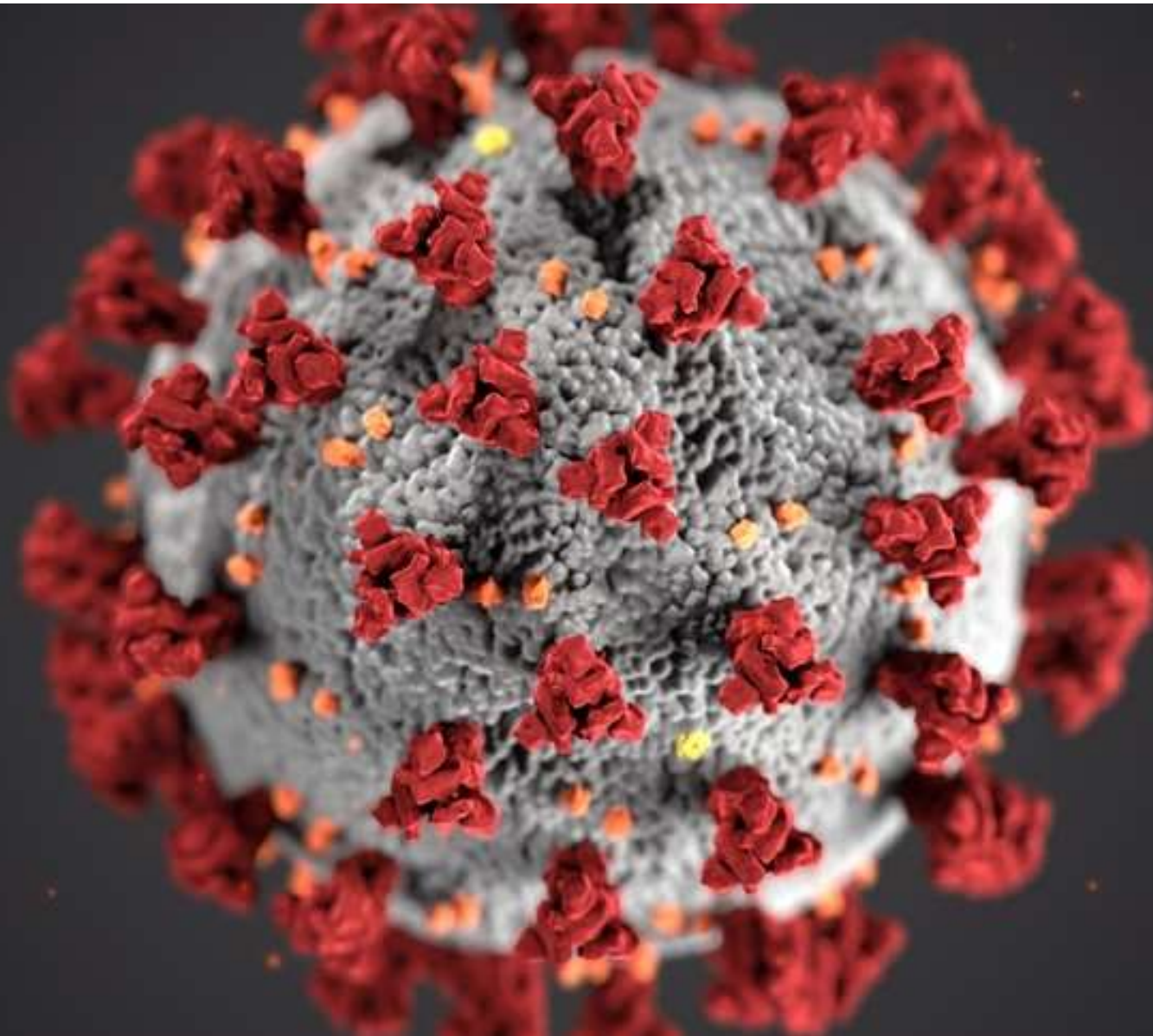
Hochschule für Medien
Kommunikation und Wirtschaft
University of Applied Sciences

H M K W









1. Die Herausforderung „Steinzeithirn“

1. Die Herausforderung „Steinzeithirn“

2. Raus aus der Box oder: Den Schalter umlegen

1. Die Herausforderung „Steinzeithirn“

2. Raus aus der Box oder: Den Schalter umlegen

3. Die Chance „Steinzeithirn“

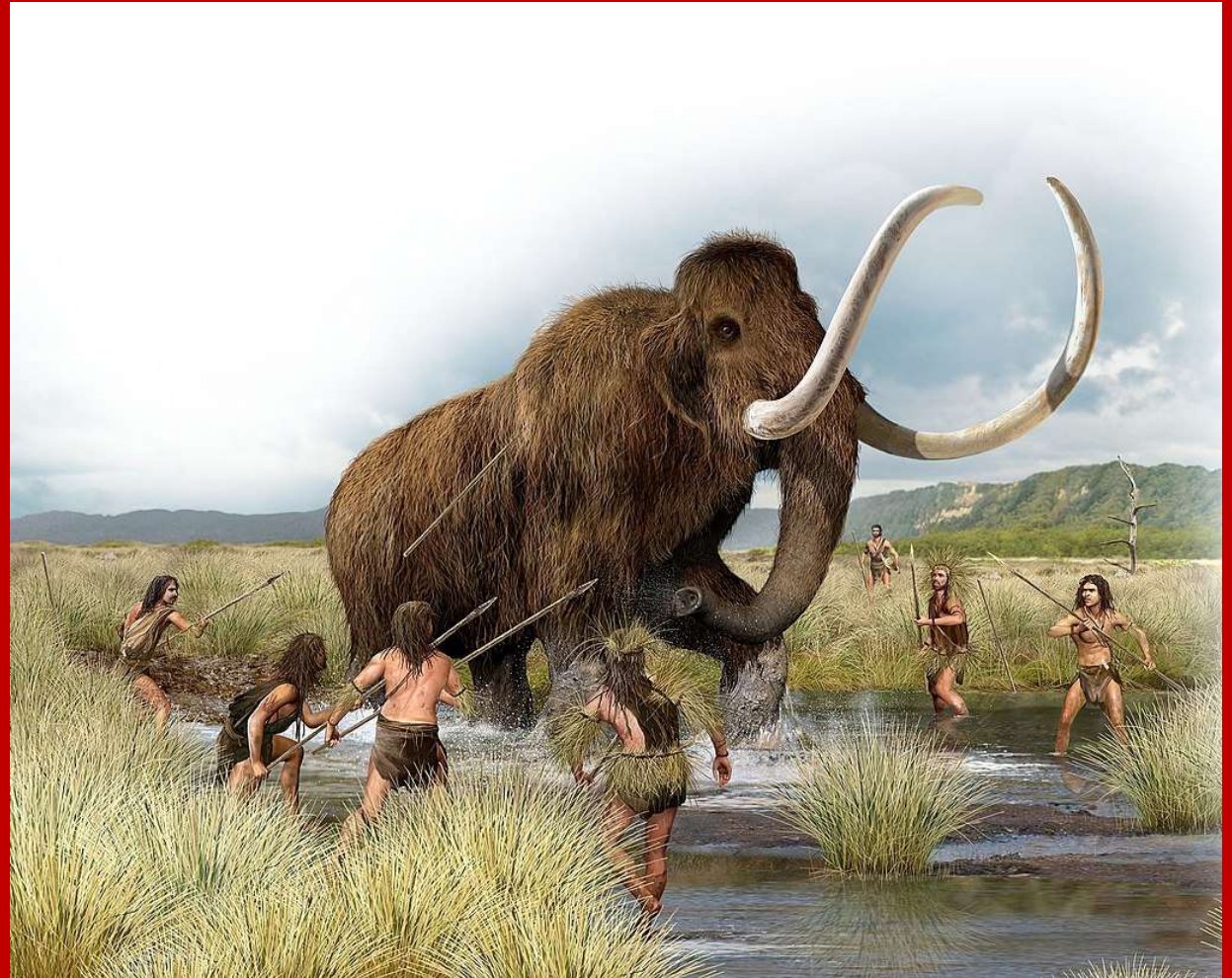
1. Die Herausforderung „Steinzeithirn“

2. Raus aus der Box oder: Den Schalter umlegen

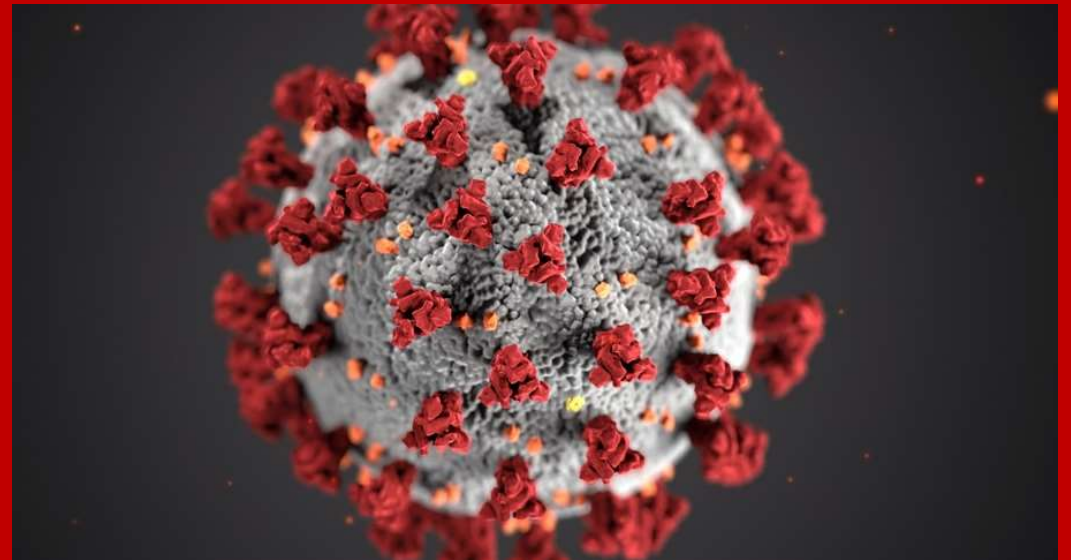
3. Die Chance „Steinzeithirn“



1. Unser Hang zum Negativen



2. Angst & Unsicherheit sind schlechte Berater



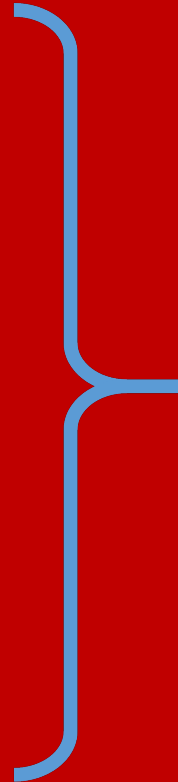
3. Die Macht der Gewohnheiten



**1. Unsere Vorliebe
fürs Negative**

**2. Angst & Unsicherheit
sind schlechte Berater**

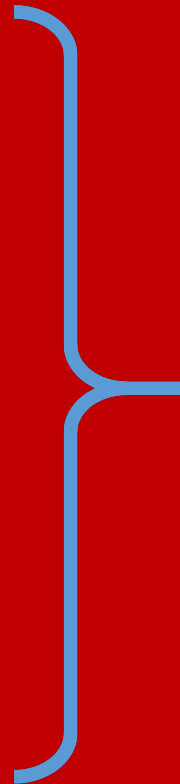
**3. Die Macht
der Gewohnheiten**



**1. Unsere Vorliebe
fürs Negative**

**2. Angst & Unsicherheit
sind schlechte Berater**

**3. Die Macht
der Gewohnheiten**



Erlernete Hilflosigkeit

Die Folge: Erlernte Hilflosigkeit



1. Die Herausforderung „Steinzeithirn“

2. Raus aus der Box oder: Den Schalter umlegen

3. Die Chance „Steinzeithirn“

Neue Erfahrungen
&
Lernen

**Neue Erfahrungen
&
Lernen**

**Aktuelle
Gehirn-Aktivität**



Neue Erfahrungen
&
Lernen

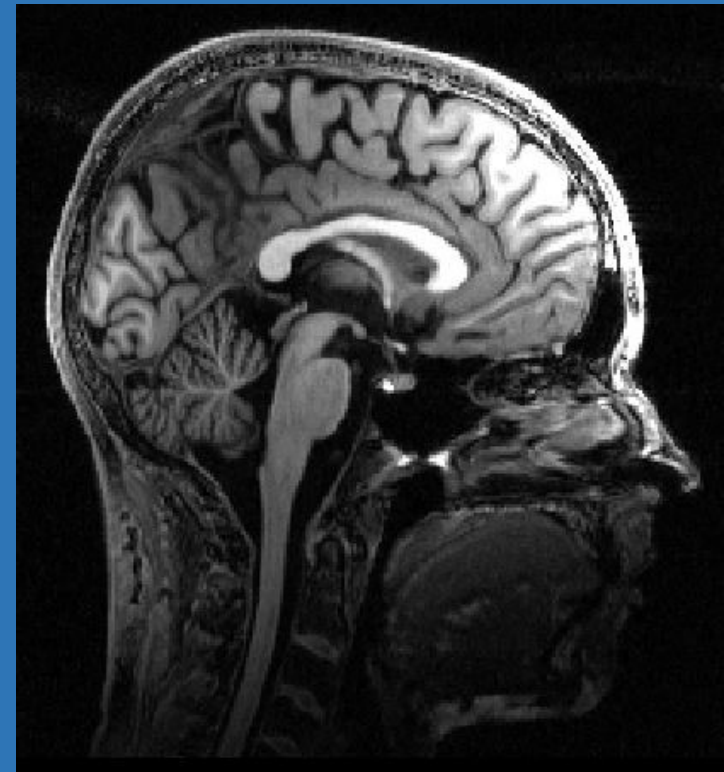
Aktuelle
Gehirn-Aktivität

Neue Erfahrungen
&
Lernen

Aktuelle
Gehirn-Aktivität



Unser Gehirn verändert sich – ein Leben lang



»Das Reden über Probleme schafft
Probleme,
das Reden über Lösungen schafft
Lösungen.«

/ Steve de Shazer

Die wichtigste Frage:
Was jetzt?



1. Die Herausforderung „Steinzeithirn“

2. Raus aus der Box oder: Den Schalter umlegen

3. Die Chance „Steinzeithirn“

1. Die Herausforderung „Steinzeithirn“

2. Raus aus der Box oder: Den Schalter umlegen

3. Die Chance „Steinzeithirn“ oder ...

**... vom statischen Denken
zum dynamischen Denken!**

1. Bessere Fragen stellen: „Wofür“ statt „wogegen“



- a. Was frustriert Sie am meisten an der Basis in Ihren Bemühungen zum Klimaschutz?
- b. Was sind die größten Vorurteile, die Ihnen entgegenschlagen?
- c. Wo sind Ihre größten Frustpunkte an der Basis, wenn es um Klimaschutz geht?
- d. Was ist Ihr persönlicher Top-Tipp, um andere noch mehr für Umweltschutz zu begeistern?

a. Was frustriert Sie am meisten an der Basis in Ihren Bemühungen zum Klimaschutz?

b. Was sind die größten Vorurteile, die Ihnen entgegenschlagen?

c. Wo sind Ihre größten Frustpunkte an der Basis, wenn es um Klimaschutz geht?

d. Was ist Ihr persönlicher Top-Tipp, um andere noch mehr für Umweltschutz zu begeistern?

1. Bessere Fragen stellen: „Wofür“ statt „wogegen“



2. Lagerdenken überwinden: Neue Gruppen denken



2. Lagerdenken überwinden: Neue Gruppen denken



3. Neue Geschichten erzählen: Selbstwirksamkeit erleben



**1. Unsere Vorliebe
fürs Negative**

**2. Angst & Unsicherheit
sind schlechte Berater**

**3. Gewohnheiten &
erlernte Hilflosigkeit**

~~1. Unsere Vorliebe
fürs Negative~~

1. Bessere Fragen stellen:
„Wofür“ statt „wogegen“

2. Angst & Unsicherheit
sind schlechte Berater

3. Gewohnheiten &
erlernte Hilflosigkeit

~~1. Unsere Vorliebe
fürs Negative~~

~~2. Angst & Unsicherheit
sind schlechte Berater~~

3. Gewohnheiten &
erlernte Hilflosigkeit

1. Bessere Fragen stellen:
„Wofür“ statt „wogegen“

2. Lagerdenken überwinden:
Neue Gruppen denken

~~1. Unsere Vorliebe
fürs Negative~~

~~2. Angst & Unsicherheit
sind schlechte Berater~~

~~3. Gewohnheiten &
erlernte Hilflosigkeit~~

1. Bessere Fragen stellen:
„Wofür“ statt „wogegen“

2. Lagerdenken überwinden:
Neue Gruppen denken

3. Neue Geschichten erzählen:
Selbstwirksamkeit erleben

Vielen Dank!

maren-urner.com

[@PositiveMaren](https://www.instagram.com/PositiveMaren)

