

## Wozu kognitive Beratung?

### Kognition ist der Schlüssel zu Autonomie und Freiheit.

Wenn wir unsere autonomen Entscheidungs- und Handlungsspielräume gestalten wollen, müssen wir lernen, unsere kognitiven Leistungen richtig zu entwickeln. Ohne Kognition keine Autonomie – keine Autonomie ohne Kognition!

Was ist aber Kognition? Kognition ist der wissenschaftliche Ausdruck für *Denken*. Er steht für alle geistigen Fähigkeiten, die von einfachen Wahrnehmungs- und Erkennungsprozessen über das Erinnern und Lernen bis hin zu komplexen Funktionen der Reflexion und Abstraktion reichen. In den Natur- und Geisteswissenschaften – sei es in der Evolutionsbiologie und den Neurowissenschaften, der Psychologie und Anthropologie, der Linguistik und Informatik – zielt Kognition zumeist auf die Gleichsetzung mit Intelligenz ab. Alles was kognitive Leistungen einschließt, sind zuletzt Funktionen von Intelligenz, die in Intelligenztests *quantitativ messbar* oder in mathematisch-informationstechnischen Algorithmen *funktional strukturiert* werden können. Sosehr allerdings Kognition mit Intelligenz verbunden ist, sosehr umfassen Kognition und Denken wesentlich mehr und anderes. In einem allgemeinen Sinne gehören auch die *qualitativen* Fähigkeiten und Fertigkeiten der *Intuition* und *Kreativität*, *Inspiration* und *Gestaltungskraft*, der *Vorausschau* und des *Überblicks* sowie der *Urteilkraft*, *Abwägungs-* und *Entscheidungskompetenzen* hinzu.

Was heißt also Denken und wie entwickeln wir es? Um diese Frage optimal zu beantworten, müssen wir die Strukturen und Prozesse, Funktionen und Methoden des Denkens begreifen und verstehen, die Ordnung und Orientierung im Denken vertiefen. Reflexivität und Abstraktion schulen, Intuition und Kreativität entfalten sowie schließlich die eigene Urteilkraft trainieren. Genau darin können wir Sie unterstützen.

Wir vermitteln Ihnen Konzepte, die über formale Intelligenzkonzepte und Fachkompetenzen hinaus gehen und darauf abzielen, Ihren Denk- und Handlungsspielraum reflexiv zu erweitern. Wir ermöglichen Ihnen, spielerisch Ihre Entwicklungsmöglichkeiten neu zu entdecken, sodass Sie Ihr Potential ganzheitlich ausschöpfen können. Wir zeigen Ihnen, wie Sie Ihr Bewusstsein so entfalten, dass Sie letztendlich durch das eigene Denken autonomer und souveräner werden.

Dafür stellen wir Ihnen ein inspirierendes Programm zu Schlüsselbegriffen der Kognitionswissenschaft, der Anthropologie und Humanistischen Psychologie, der Erkenntnis- und Handlungstheorie sowie der Ethik zusammen. Es umfasst gleichermaßen das gesamte begriffliche Spektrum von Kognition und Denken bis hin zu Konzepten wie Autonomie und Freiheit, Reflexivität und Urteilkraft, Intuition und Kreativität, Selbstbestimmung und Selbstverwirklichung. Diese werden in übergeordneten Fragestellungen des Kognitionstrainings, Autonomietrainings, Motivationstrainings, Orientierungstrainings, Persönlichkeitstrainings und Kommunikationstrainings zusammengestellt.

Unsere ein- oder zweitägigen Workshops führen wir in einer ungezwungenen Atmosphäre durch, die sowohl konzentrierte als auch spielerische Phasen enthält. Dadurch können Sie das Gefühl von Freude und Leichtigkeit im Lernen wiederentdecken, das Sie möglicherweise in Sorge und Stress von Alltag und Beruf verloren haben. Sie entdecken wieder das, was echtes Lernen im Kern überhaupt ausmacht – die *Freiheit des Denkens*.