

THE TIPPING POINT

Building the skills for today and tomorrow



AANBOD INSPIRATIESESSIES

Korte, krachtige en interactieve presentaties



INHOUDSTABEL : *

WHO WE ARE

INSPIRATIESESSIE

01 BRAIN BASED LEARNING

02 HACKING THE STRESS BRAIN

03 EMOTIONAL INTELLIGENCE & THE BRAIN

04 FEEDBACK & THE BRAIN

05 OUR SOCIAL BRAIN

06 MINDSET & THE BRAIN

07 CHANGE & THE BRAIN

08 THE HAPPY BRAIN (@WORK)

09 FOCUS & THE BRAIN

10 SLEEP & THE BRAIN

11 BRAINLEADERSHIP

ONLINE TRACK

HI.BRAIN

PRIJS

CONTACT

***KLIK OP DE TITELS OM NAAR DE PAGINA TE GAAN**



WHO WE ARE

We merken dat veel organisaties zich op een "tipping point" bevinden. Snelle en voortdurende verandering wordt het nieuwe 'normaal'. Veel banen (en sectoren) zullen in de komende jaren onder druk van technologische innovatie en economische concurrentie veranderen of verdwijnen. Terwijl tegelijk nieuwe jobs en werkvormen aan een hoog tempo zullen groeien.

Deze nieuwe wereld van permanente verandering vergt andere emotionele en sociale *skills* van de mensen die erin leven en werken. Zo moeten medewerkers en leidinggevendenden weerbaar (*resilient*) en wendbaar (*agile*) zijn om in een context van permanente verandering te kunnen floreren. Maar weerbaarheid en wendbaarheid zijn slechts twee voorbeelden van de talrijke *skills for today and tomorrow* die mensen in hun werklevens nodig (zullen) hebben.

Vanuit The Tipping Point beantwoorden wij twee vragen voor u:

1. Welke emotionele & sociale *skills* zullen aan belang winnen?
2. Welke methoden zijn er om deze *skills* doeltreffend te implementeren in uw organisatie?

Dankzij onze neurowetenschappelijke insteek, onze passie voor leren & ontwikkelen, en onze uitgebreide *business* ervaring hebben wij een aantal instrumenten ontwikkeld om organisaties en hun medewerkers klaar te stomen voor wat ons wacht aan de overzijde van het kantelpunt:

[ADVIES](#) | [OPLEIDING](#) | [INSPIRATIESESSIES](#) | [EVENTS](#)

Vanuit deze expertise heeft The Tipping Point een aantal **specifieke keynotes of inspiratiesessies** ontwikkeld. Het gaat om korte, krachtige en interactieve presentaties van 1u tot 2,5u die kunnen gegeven worden voor grotere groepen.

In deze brochure vind je een korte omschrijving van de meest gegeven keynotes. Uiteraard kunnen deze aangepast worden aan de specifieke leerdoelstellingen en verwachtingen van de organisatie.



BRAIN BASED LEARNING

LAAT JE OPLEIDINGEN AANSLUITEN BIJ DE MANIER
WAAROP ONS BREIN LEERT

Het brein is hot! Je kan geen magazine meer openslaan of je leest wel iets over die grijze stof in onze bovenkamer. De laatste 10 jaar zijn we namelijk veel te weten gekomen over het functioneren van onze hersenen. Deze kennis is een echte goudmijn voor professionals die actief zijn op gebied van leren en veranderen. Als je weet hoe ons brein leert, kan je daar rekening mee houden bij het opzetten, uitrollen en evalueren van leer- en verandertrajecten. Tijdens deze interactieve keynote leggen we uit wat deze *'brain based learning'* nu juist inhoudt en hoe je er in leren en ontwikkelen mee aan de slag kunt.

PROGRAMMA :

- De neuropsychologie van leren
- Introductie in breinleren
- Neuroplasticiteit
- De 7 breinprincipes
- Introductie in de 7 breinprincipes
- Hoe pas ik deze breinprincipes toe tijdens het opzetten, uitrollen en evalueren van een opleiding?
- Oefening: de 7 breinprincipes in de praktijk

HACKING THE STRESS BRAIN

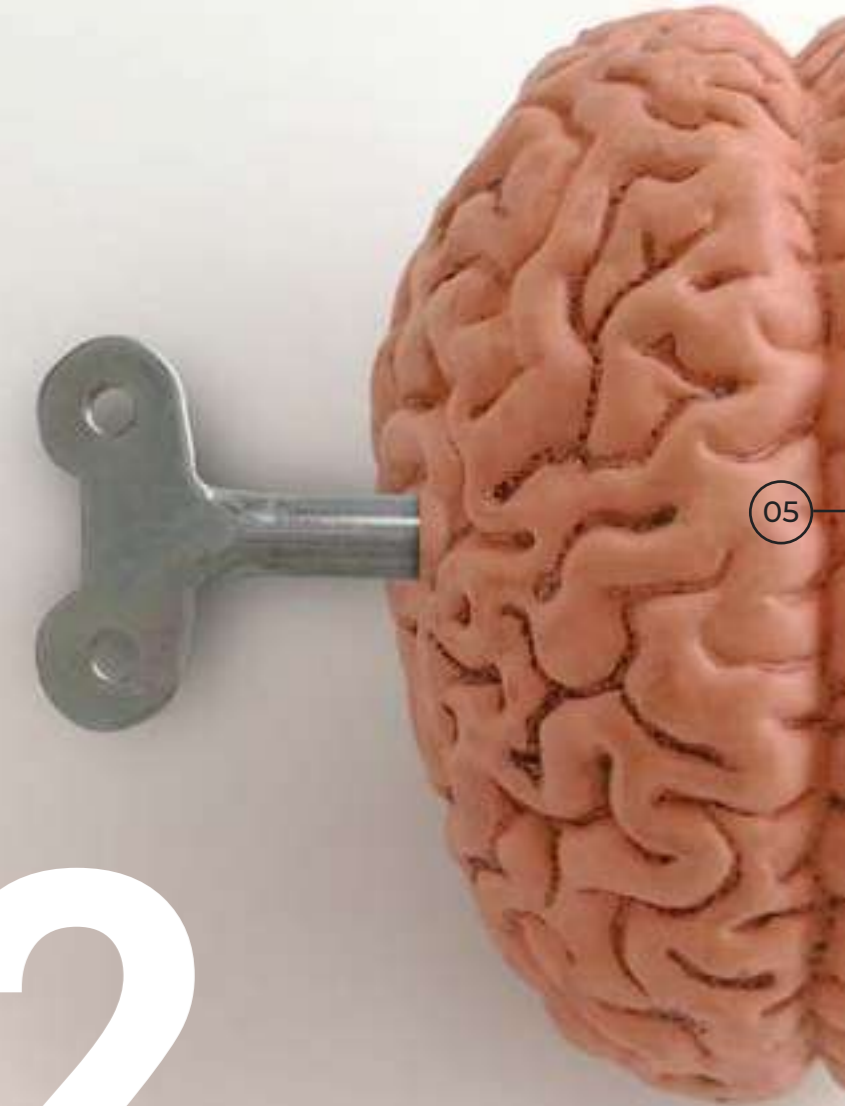
GA BETER OM MET STRESS DANKZIJ EEN BETER
INZICHT IN JE BREIN

Iedere dag worden we gebombardeerd met een massa aan informatie, veranderingen en to do's. Je brein is continu in actie. Op zich geen probleem, zolang we ons brein goed gebruiken. Helaas gebeurt dit niet altijd en kunnen deze to do's uiteindelijk ontaarden in langdurige stress.

Langdurige negatieve stress heeft een nefast effect op de werking van ons brein, wat zowel ons professionele als persoonlijke leven drastisch kan beïnvloeden. Tijdens deze interactieve keynote beantwoorden we de volgende vragen: Wat verandert er in ons lichaam tijdens stress? Welk effect heeft dit op onze hersenfuncties en bijgevolg onze prestaties? En vooral, kunnen we dit beïnvloeden?

PROGRAMMA :

- Wat is het nut van stress?
- Wat gebeurt er in het brein?
- Wat is het verschil tussen acute en chronische stress?
- Hoe kan ik mijn stresssignalen herkennen?
- 7 *brainhacks* om dagelijkse stress te voorkomen



02



EMOTIONAL INTELLIGENCE & THE BRAIN

VERWERF INZICHT IN JEZELF EN ANDEREN OM
BETERE RESULTATEN TE BOEKEN

Volgens het World Economic Forum is 35% van de vaardigheden die we nu nodig hebben in ons werk over vijf jaar niet langer relevant. Andere vaardigheden worden net belangrijker om de huidige (technologische) revolutie te doorstaan. Eén van de *skills* die nog belangrijker zal worden, is emotionele intelligentie. Vooral van leidinggevendenden zal verwacht worden dat zij hun 'inzicht in mensen' kunnen aanwenden om de nodige resultaten te boeken, om aan alle veranderingen het hoofd te kunnen bieden en om een meer coachende en inspirerende rol te kunnen opnemen. Tijdens deze inspirerende keynote wapenen wij uw leidinggevendenden om zowel de eigen emoties te beheersen als de emoties en noden van medewerkers te (h) erkennen.

PROGRAMMA:

- Emotionele intelligentie als vaardigheid van de toekomst?
- Waarom overheerst IQ op EQ bij veel leidinggevendenden?
- Emotionele intelligentie en het brein? Kan dit worden ontwikkeld?
- Principe 'Mis de bocht niet': toolbox met 5 tips & trics



FEEDBACK & THE BRAIN

BEGRIJP HOE FEEDBACK EEN AANVAL IS OP ONS
BREIN EN HOE JE DIT KAN OMZEILEN

Feedback heeft onnoemelijk veel voordelen en wordt wel eens terecht '*the breakfast of champions*' genoemd. Positief gedrag wordt erdoor erkend en negatief gedrag gecorrigeerd. Er ontstaat begrip voor elkaar en de relaties tussen personen wordt verduidelijkt. Toch is er in de meeste organisaties geen cultuur van feedback. Te weinig, te aanvallend, te laat... zijn steeds terugkerende elementen. Zelfs specifieke feedbacktrainingen gaan vaak hun doel voorbij. Vanuit ons brein bekeken, is dat helemaal niet zo vreemd. Feedback is een aanval op ons emotionele brein en kan zo een 'amygdala hijack' veroorzaken. In deze inspiratiesessie bekijken we wat feedback geven zo moeilijk maakt, waarom we ons vaak aangevallen voelen wanneer we feedback ontvangen en hoe we dit kunnen vermijden.

PROGRAMMA:

- Feedback een cadeau?
- Emotioneel brein vs. menselijk brein
- Neuropsychologie van feedback: amygdala hijack
- Principe 'mis de bocht niet'
- De rol van positieve feedback



OUR SOCIAL BRAIN

GA VAN SILO DENKEN NAAR SAMENWERKEN MET
ENKELE SIMPELE BRAIN TRICKS

In 90 minuten nemen we de deelnemers mee in de neurobiologische verklaring van waarom mensen geneigd zijn om in "silos" te werken en denken.

Collaboration (samenwerking) is nochtans één van de *skills for the future*. Het is essentieel dat organisaties er alles aan doen om mensen uit hun 'hokjes' te halen en over de 'grenzen' heen te kijken.

Vanuit recente wetenschappelijke onderzoeken (o.a. rond de *in-* vs. *out-group*) staan we stil bij wat het effect is van silo-denken en geven we sterke handvaten rond hoe je dit kan omzeilen.

08

PROGRAMMA:

- Ons sociale brein?
- Waarom we gemaakt zijn om samen te werken?
- En waarom we dit vaak niet doen?
- Hoe omzeil je silo denken?



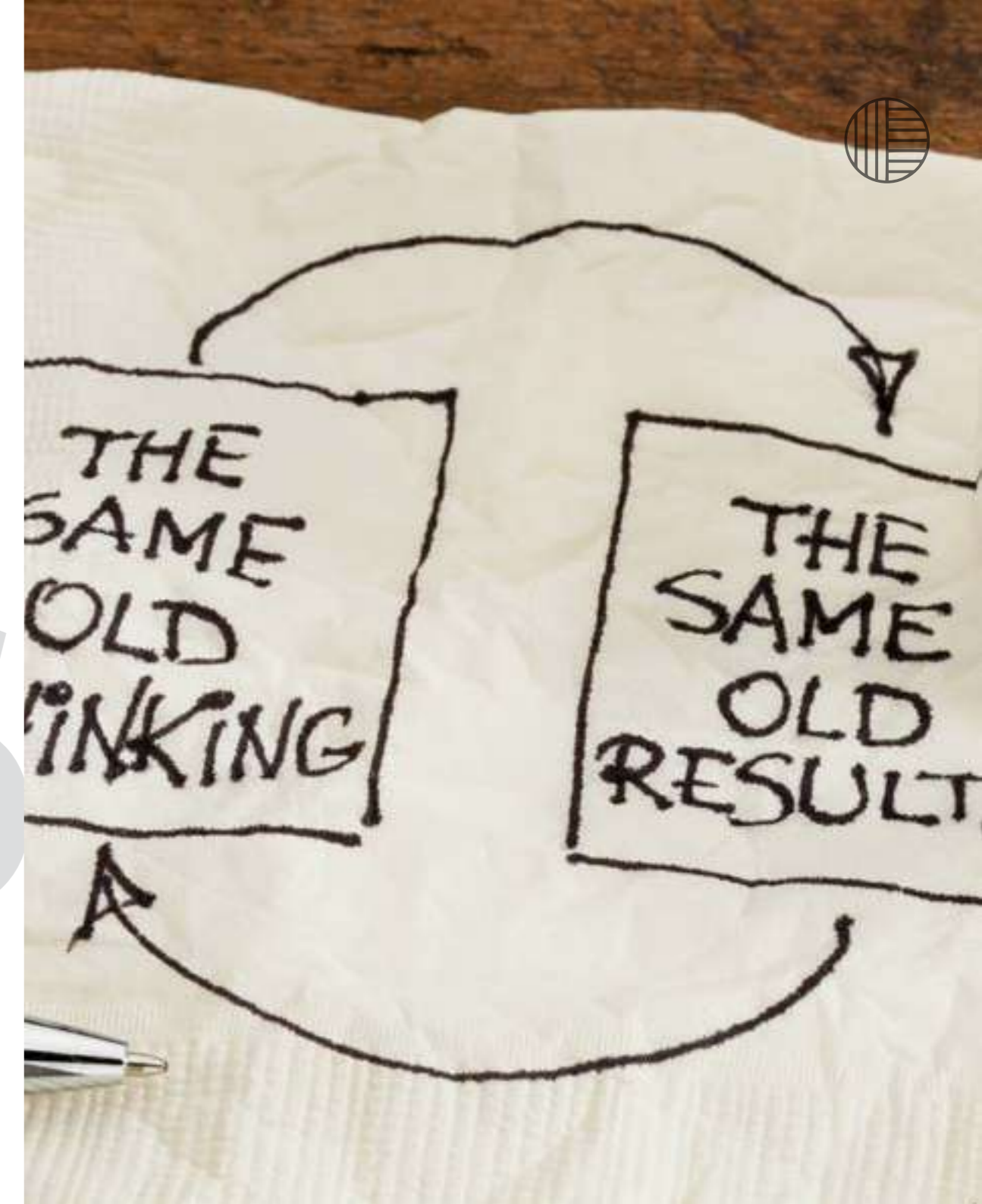
MINDSET & THE BRAIN

CREËER EEN GROEI-MINDSET OM BETER OM TE GAAN
MET VERANDERING OP HET WERK

Niet alleen onze talenten en vaardigheden zorgen voor succes. Het hangt ook af van onze mindset, onze denkstijl. Zeker wanneer we werken in een snel veranderende omgeving, is een growth mindset (op groei gerichte mindset) cruciaal! Als je succes ziet als een zaak van aangeboren talent en een mislukking als een bewijs dat je iets niet kan (en iets dat je in de toekomst moet vermijden), heb je volgens professor Carol Dweck een fixed mindset (statische mindset). Je gelooft dat de eigenschappen van mensen (talent of het gebrek daaraan) vastliggen en niet door leren kunnen veranderen. Wie zijn eigen mislukkingen met nieuwsgierigheid bekijkt, als een kans om iets te leren, heeft daarentegen een typische growth mindset. Heel zijn of haar brein is gericht op verbetering en groei: je staat open voor nieuwe dingen en ook voor de ongemakkelijkheden en mislukkingen die daarmee gepaard gaan. Zelfs mensen met een growth mindset kunnen echter niet zomaar beslissen om Einstein te worden of Lionel Messi. Er zijn grenzen aan de groei, maar het staat wel vast dat de grenzen rekbaar zijn. Tijdens deze inspiratiesessie leer je je eigen mindset-triggers kennen en hoe je kunt reageren op de dagelijkse uitdagingen met een growth mindset.

PROGRAMMA:

- Wat is een mindset?
- Fixed versus growth mindset?
- Mijn mindset?
- Hoe stimuleer ik een growth mindset?





CHANGE & THE BRAIN

OPEN JEZELF VOOR VERANDERING DOOR INZICHT IN DE VOORWAARDEN DIE HET BREIN STELT AAN VERANDERING

De plaats die werk inneemt in ons leven en de manier waarop we werk inrichten, is scherp veranderd. We leven in een uiterst dynamische maatschappij waarin transformaties binnen en buiten de werkplek zich snel opstapelen. Onze hersenen ontwikkelen zich echter veel minder snel. Ons brein is van nature ingesteld om de wereld te voorspellen en begrijpen, om zo tot de overleving van onze soort bij te dragen. Maar de voortdurende veranderingen van vandaag kunnen daarbij roet in het eten gooien. Ons brein is niet ontworpen voor de roerige werkplek van de 21ste eeuw. Kennis van de fysiologie van ons brein en van de processen die in gang worden gezet tijdens verandering, kunnen ons gelukkig helpen om ook in tijden van transformatie en onzekerheid optimaal te functioneren. Verandering wordt een stuk aangenamer wanneer we rekening houden met de werking van onze grijze (en witte) massa.

PROGRAMMA:

- *Agility (wendbaarheid) als skill of the future*
- Waarom ons brein niet houdt van verandering?
- Tenzij... voorwaarden tot verandering
- Tips om je brein open te stellen tot verandering.



THE HAPPY BRAIN (@WORK)

STIMULEER GELUK OP DE WERKVLOER MET 5 TIPS EN TRICKS

Tot twintig jaar geleden werd aangenomen dat geluk op het werk niet zorgde voor hogere productiviteit. Recent wetenschappelijk onderzoek wijst op het tegendeel: wie gelukkig is tijdens het werk presteert beter. Daarmee is geluk op het werk niet alleen een zaak van het welbevinden van werkende mensen, maar ook van economische rentabiliteit. Ongelukkige organisaties zullen hun talenten kwijtraken en slechter boeren. Geluk is daarmee bij uitstek een *skill of the future*. Organisaties van de toekomst moeten in staat zijn om het werk zo in te richten dat de kansen op geluk bij hun medewerkers en leidinggevenden zo groot mogelijk zijn. En al wie werkt moet de vaardigheid bezitten om zijn werktijd zo gelukkig en dus productief mogelijk te maken. Beide zijden moeten hun verantwoordelijkheid nemen om te leren wat nodig is.

PROGRAMMA:

- Geluk op het werk en economische rentabiliteit
- Waarom geluk een *skill of the future* is
- Geluk als een vaardigheid die je kunt leren
- Wat organisaties moeten leren over werkgeluk: vijf tips en trics
- Wat individuen moeten leren over werkgeluk: vijf tips en trics

08



FOCUS & THE BRAIN

LEER DE KUNST VAN FOCUS DANKZIJ INZICHT IN JE BREIN

Nooit was er meer afleiding als vandaag. We zijn van 's ochtends tot 's avonds blootgesteld aan een nietaflatende stroom van telefoontjes, whatsapps, mails en notificaties van Facebook, Instagram of nieuwssites. In die omgeving van continue afleiding is er een *skill* die elke dag aan belang wint: focus. Wie de vaardigheid bezit om zijn aandacht op een taak gevestigd te houden zonder zich te laten verstrooien door externe of interne prikkels is veel productiever en spaart de hele dag door kostbare mentale energie. Focus is misschien wel 'de' *skill of the future*. Tijdens deze keynote verdiepen we ons in focus en de manieren waarop we deze *skill off the future* kunnen aanleren. We beginnen met de vraag wat focus en afleiding betekenen in ons brein: beide toestanden zijn zichtbaar in onze grijze massa en beide hebben een functie. Elke deelnemer brengt zijn eigen interne en externe triggers (de zaken die ons afleiden) in kaart en leert technieken om langer in een toestand van focus te kunnen blijven. Ons brein is plastisch en trainbaar. Ook voor meer focus.

Verwacht je aan de laatste wetenschappelijke inzichten over focus en afleiding en aan onmiddellijk toepasbare technieken om beter om te gaan met de talrijke prikkels die wij op een dag te verwerken krijgen. Na deze keynote kun je onmiddellijk aan de slag om je te perfectioneren in de *skill* van focus.

PROGRAMMA:

- Waarom focus een essentiële *skill of the future* is
- Wat zijn focus en afleiding in ons brein?
- Kun je focus leren?
- Wat zijn triggers die je aandacht kunnen kapen?
- Technieken en tips om focus te leren

09



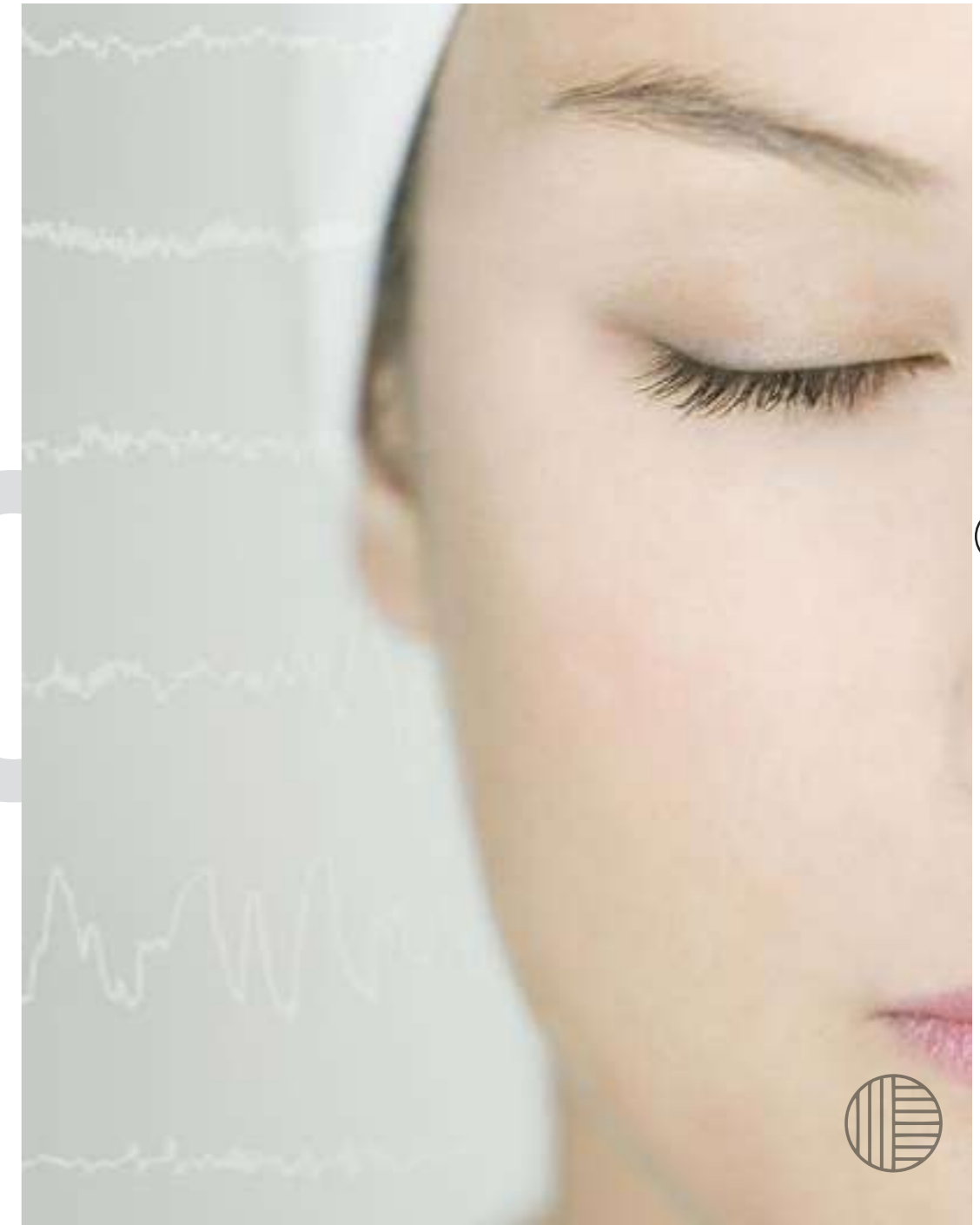
SLEEP & THE BRAIN

SCHEP BEWUSTZIJN OVER HET BELANG VAN GOEDE SLAAP
DOOR EEN KIJKJE TE NEMEN IN HET SLAPENDE BREIN

Iedereen kent de gezondheidsvoordelen van een goede slaaphygiëne op ons lichaam. Maar wist je ook dat je hersenen erg actief zijn tijdens je slaap? Ze maken je slimmer, frisser en veerkrachtiger tijdens je wakkere uren. Recente onderzoeken tonen aan dat mensen in topfuncties over het algemeen meer slapen dan hun collega's. Niet omdat ze meer tijd hebben om te slapen, maar omdat ze slaap waarderen als fundament voor hun prestaties. En ze hebben gelijk! Slaap stelt je hersenen in staat je focus te herbouwen, herinneringen en ervaringen te consolideren en veerkracht te creëren voor de uitdagingen waar je de volgende dag voor staat. Met voldoende kwalitatieve slaap, zul je sneller denken, je beter voelen en slimmer werken. In deze keynote staat een goede slaaphygiëne centraal!

PROGRAMMA:

- Slapen en het brein
- Moeder, waarom slapen wij?
- Slaapmythes
- Essentiële factoren van een goede slaaphygiëne
- Technieken en tips om te leren slapen



BRAINLEADERSHIP: UPGRADE YOUR BRAIN

KRIJG INZICHT IN ZELFLEIDERSCHAP DANKZIJ DE
NEUROWETENSCHAP

14 Door de vele veranderingen die in organisaties plaatsvinden, weergalmt de roep om zelfleiderschap. Partnerships, wijzigingen in structuren en digitale transformaties zorgen ervoor dat we vaker beroep moeten doen op onze 'breinkracht'. Ondertussen weten we, door allerlei gezondheidsinitiatieven, hoe we ons lichaam kunnen verzorgen. En hoewel een goede nachtrust, voldoende beweging en gezonde voeding voldoende kunnen zijn voor een gezond lichaam, volstaat dit niet voor een alert, creatief en efficiënt denken. We weten doorgaans weinig over hoe constante onderbrekingen en een bombardement aan informatie ons mentaal welzijn negatief kunnen beïnvloeden. Toch bestaat er al heel wat neurowetenschappelijk onderzoek over deze breinhygiëne. Dit onderzoek hebben wij vertaald naar 7 concrete peilers en bijhorende tips & tricks om toe te passen op de werkvloer.

PROGRAMMA:

- Zelfleiderschap gedemystifieerd
- De 7 hygiënefactoren voor zelfleiderschap
- Hoe kunnen we deze factoren makkelijk integreren in onze routines?
- Optioneel: deze inspiratiesessie wordt vaak gecombineerd met ons online leerprogramma om jouw persoonlijke veerkracht te verhogen: hi.**BRAIN**. (www.hibrain.be)



hi.**BRAIN**

UPGRADE ONLINE YOUR BRAIN

KRIJG INZICHT IN ZELFLEIDERSCHAP DANKZIJ DE
NEUROWETENSCHAP

Werken aan je veerkracht gebeurt niet alleen op het werk, maar evengoed in je privésfeer. De manier waarop we thuis voor onszelf zorgen heeft een grote impact op ons functioneren op de werkvloer. Om medewerkers hierbij te ondersteunen heeft The Tipping Point een nieuw en volledig digitaal leertraject ontwikkeld. Organisaties kunnen zo hun medewerkers ook in de privésfeer ondersteunen bij het werken aan hun veerkracht. hi.**BRAIN** is geen droge theoretische online cursus, maar leert je hoe jij jouw brein in topvorm krijgt door een reeks van boeiende challenges die je uitvoert in je dagelijkse leven. Ons team van neurowetenschappers en expert trainers hebben de zeven pilaren van een topfit brein voor jou geselecteerd en omgezet in een track die je mentale gezondheid en je hele leven zal verbeteren!

PROGRAMMA:

- Je kiest zelf op welke manier je de opdrachten aangaat
Waar je wil, wanneer je wil en op jouw toestel naar keuze
- Breng je eigen veerkracht in kaart met het online assessment
- Krijg inzicht in de werking van je brein door te lezen en te kijken in de bibliotheek vol kennis
- Beslis zelf aan welk tempo je de challenges doet
- Nodig zelf een buddy uit die samen met jou de challenges aangaat
- Kies zelf welke hoofdstukken jij aan je medewerkers wil aanbieden
- Meer info op www.hibrain.be



BUILDING
THE SKILLS
FOR TODAY
AND
TOMORROW



The Tipping Point
Persoonshoek 7 bus 3
2800 Mechelen
info@thetippingpoint.be
+32 15 68 26 10