

## Wahrnehmungsillusionen und bereichernde Perspektivwechsel

### KURZBESCHREIBUNG

„Verändere die Sicht auf die Dinge und die Dinge verändern sich“ – wer hat das nicht schon einmal erlebt, was der amerikanische Psychologe Wayne Dyer so treffend formuliert hat. Oft genug spielt uns unsere Wahrnehmung einen Streich und gaukelt uns etwas vor, das wir als „Wahrheit“ erkennen, aber bei genauerer Überprüfung sich als subjektive Sichtweise herausstellt. Unser schnelles Denken ist gut darin, Kausalitäten herzustellen, wo keine sind. Denn unsere erste Natur möchte so ressourcenschonend wie möglich Dinge erklären. Das gibt Sicherheit, die allerdings oft zu Missverständnissen führt. Sie lernen erkennen, wie schnell wir den eigenen Verzerrungen (Bias) erliegen, und wie wichtig es ist, gerade in verfahrenen Situationen bewusst auf das langsame Denken umzuschalten. Wie das gehen kann, erfahren Sie während dieses Trainings

### IHR NUTZEN

Sie lernen Ihre Wahrnehmungsfallen zu erkennen und zu vermeiden

Sie erfahren wie "langsames Denken" Ihnen hilft bewusste Entscheidungen zu treffen und Missverständnisse vorzubeugen.

Sie können mit dem Wissen aus diesem Seminar leichter einen zweiten Blick auf Themen / Entscheidungen werfen und so Fehleinschätzungen vermeiden.

### SCHWERPUNKT

Sie entdecken, wie Sie durch einen bewussteren Umgang mit Wahrnehmung und Denken neue Lösungswege finden und Ihre beruflichen Herausforderungen erfolgreicher meistern können.

### ZIELGRUPPE

Mitarbeiter\*innen aus allen Bereichen auch mit lateraler Führungsfunktion und in rotierenden Funktionen, Team- und Projektleitungen

### THEMEN

Der Einfluss unserer Wahrnehmung auf unsere Weltsicht und unser (Vor-)Urteile

Methoden, um mehr Verständnis füreinander zu entwickeln und die Zusammenarbeit zu erleichtern

- Heuristiken: Verfahren um schnell aber nicht immer zutreffend zu Antworten/Lösungen zu kommen. Wie der Mere-Exposure-Effekt und die Repräsentations- und die Ankerheuristik
- Attributionen und typische Attributionsfehler aus der Psychologie kennenlernen

Übungen zum "langsamen Denken"

Transfer in den Arbeitsalltag

### LEHRMETHODEN

Die Inhalte werden praxisorientiert in einem Mix aus Lehrvortrag, Diskussion, Gruppenarbeit und Aufforderung zur persönlichen Reflexion vermittelt.

### TERMINE

**10.09.2026 (10:00 Uhr) bis**

**11.09.2026 (16:00 Uhr)**

Präsenz | Nürnberg

ARD.ZDF medienakademie (BR-Gelände)

Preis: 1.140,- € p.P.

Seminarleitung: Peter Kujath

### INHALTLICH VERANTWORTLICH

Bettina Winter

E-Mail: [b.winter@ard-zdf-medienakademie.de](mailto:b.winter@ard-zdf-medienakademie.de)

Telefon: +49 911 9619-458

### KUNDENSERVICE

Ute Sperling

E-Mail: [kundenservice@ard-zdf-medienakademie.de](mailto:kundenservice@ard-zdf-medienakademie.de)

Telefon: +49 911 9619-367

### SEMINARNUMMER

44 196